

# Kriya Yoga Seminar, nach Paramahansa Yogananda mit Gonesh Baba



## Infoabend

**Freitag, 02.09.2016, 19:00-21:00**

Themen: Was ist Kriya Yoga? Wofür  
Kriya Yoga? Wozu eine Einweihung?

Eintritt frei (Kollekte)



## Seminar

**Samstag 03.09.2016, 09:30-17:30**

Einschreibung und  
individuelle Einweihung neuer  
Kriyabans. Die Einweihungszeremonie  
dient der Reinigung des Körpers, der  
Wirbelsäule und der Sinne.  
Vermittlung der Kriya Yoga Übungen  
und innere Haltung.

**Sonntag 04.09.2016, 10:00-17:30**

Vertiefung der Technik mit Meditation.  
Fragen & Antworten.

## Gabe, Kosten und Spende

Für die Einweihung (Samstag) und  
Einführung (Samstag & Sonntag) in den  
Kriya Yoga bringst du mit:

- ✓ fünf Blumen und fünf Früchte deiner  
Wahl
- ✓ Fr. 300 / € 280 möglich passend in  
einem offenen Couvert mit deinem  
Namen beschriftet.

Wenn du bereits eingeweihter Kriyaban  
aus der Linie von Paramahansa  
Hariharananda bist, bist du sowohl  
Samstag als auch Sonntag willkommen,  
um die Technik in der Gruppe zu  
praktizieren. Deine Spende bestimmst  
du selbst.



## Hinweise

- ✓ Yogamatten und Meditationskissen  
sind vorhanden.
- ✓ Wir empfehlen dir vor und während  
dem Seminar nur leicht zu essen.
- ✓ Lange, lockere und bequeme Kleidung  
sind von Vorteil (schön wenn du Jeans  
vermeiden kannst).
- ✓ Die Einweihungszeremonie dauert im  
Durchschnitt 5-15 Minuten pro  
Person.
- ✓ Die gespendeten Früchte (Prasadam)  
und Blumen kannst du nach der  
Zeremonie wieder mit nach Hause  
nehmen.

## Ein wenig Geschichte

**Paramahansa Yogananda** (1893 –  
1952) war ein indischer Yoga-Meister  
und Philosoph. Hauptsächlich durch ihn  
wurde Kriya Yoga in der westlichen  
Welt (Amerika) bekannt gemacht.  
Paramahansa Yogananda war ein  
Jünger von Lahiri Mahasaya, der  
wiederum ein Jünger von Mahavatar  
Babadji gewesen sein soll.



1946 publizierte Yogananda die *Autobiographie eines Yogi*,  
die ein wichtiges Werk zum Verständnis der indischen  
Philosophie im Westen wurde. Dieses Werk ist die  
authentische Lebensbeschreibung eines fortgeschrittenen  
Yogi (Quelle Wikipedia).

Das Buch *Autobiographie eines Yogi* ist für diejenige, die sich  
für Kriya Yoga interessieren sehr empfehlenswert.



**Paramahansa Hariharananda** (1907 –  
2002) war ein grosser Heiliger und  
Meister des Kriya Yoga. Er wurde von  
Swami Sri Yukteswar eingeweiht (1932)  
und bekam die zweite Einweihung von  
Paramahansa Yogananda.

Hariharananda lehrte mit viel Liebe in  
aller Welt die Technik die ursprünglich  
in Indien von Swami Sri Yukteswar gelehrt wurde.  
Er hat Nirvikalpa-Samadhi erreicht, einen puls-  
und atemlosen Zustand des göttlichen Bewusstseins.



**Gonesh Baba** (Robert Henderson)  
wurde 1985 von Paramahansa  
Hariharananda in den Kriya Yoga einge-  
weiht und lernte alle höheren Tech-  
niken des Kriya von ihm. 1993 ermäch-  
tigte ihn Paramahansa Hariharananda,  
Suchende in den Kriya Yoga einzu-  
weihen. Heute bereist Gonesh Baba die  
ganze Welt, um die Technik des Kriya Yoga zu lehren.

Er ist ein für mich sehr eindrucksvoll in sich ruhender  
Mensch, der Demut und bedingungslose Liebe ausstrahlt.  
Viel sagt er nicht und dennoch berührt er mich zutiefst.



## Was ist Kriya Yoga

Kriya Yoga beinhaltet eine Kombination von Atem-, Konzentrations- und Körperübungen. Die Übungen dienen der Entwicklung von Körper, Seele und Geist und somit auch einer bewussteren Präsenz und achtsamerem Erleben des jetzigen Moments. Die Übungen ermöglichen die Verbindung eines erfüllten weltlichen Alltags mit spiritueller Entwicklung und Bewusstseinsweiterung. Sie können ungeachtet von Alter, Religion oder Herkunft praktiziert werden. Die direkte Erfahrung von göttlichem Licht, Ton und Vibration am Tag der Einweihung zeugt für unsere göttliche Natur und Verbundenheit mit dem Universum.



## Übernachtungsmöglichkeiten

Auf Anfrage schicke ich dir eine Liste mit einigen Tipps.

## Info & Anmeldung

**First come, first serve**

Michel Klein  
071 298 27 74  
info@agae.ch; www.agae.ch



Leiter der offenen Praxis  
für ein neues Bewusstsein  
**Andere Gefühle – anderes Erleben**  
in Wittenbach



agae



# Kriya Yoga



**Alltagstaugliche  
Meditationstechnik  
für mehr Wohlbefinden  
und Ausgeglichenheit**

**Zentrum beim Kreisel  
in Arbon**

**2. - 4. September 2016**

[www.zentrum-beim-kreisel.ch](http://www.zentrum-beim-kreisel.ch)