

Was ist KRIYA YOGA?

- KRIYA YOGA ist eine uralte Lebens- und Meditationsmethode, die Körper, Geist, Intellekt und das Bewusstsein der Seele durch kraftvolle meditative und yogische Disziplinen kultiviert. Es hilft uns, die drei göttlichen Qualitäten von Licht, Schwingung und Ton mit Hilfe von Konzentration, Körperhaltung und Atmung wahrzunehmen. Dadurch entsteht ein ganz konzentrierter Geist, der es uns ermöglicht, die tiefsten Ebenen des Bewusstseins zu durchdringen und unser Leben zu verändern. Kriya Yoga lehrt, dass jede Handlung, *kri*, von *ya*, der innewohnenden Seele, ausgeführt wird. Es ist eine universelle spirituelle Disziplin, die alle Spaltungen und Grenzen überwindet.
- 1.



PARAMAHAMSA
HARIHARANANDA
(1907-2002, im Foto rechts)

erfüllt von Reinheit und Liebe, stammt aus einer langen, ungebrochenen Linie von Meistern und erlangte schließlich Nirvikalpa Samadhi, das höchste Ziel eines verwirklichten Yogis. Als Schüler von Swami Shriyukteshwarji und Paramahansa Yoganandaji verbreitete er Kriya Yoga in Ost und West.

PARAMAMSA PRAJNANANANDA
(im Foto links)

sein Nachfolger, setzt seine Mission fort und lehrt eine einzige Lektion: die Lektion der Liebe. In jeder Handlung und jedem Atemzug fordert er uns auf, zu erkennen, dass wir alle göttlich sind und diesen glückseligen Zustand göttlicher Liebe und Zufriedenheit durch einfache Selbst-disziplin und die Praxis des Kriya Yoga zu erreichen.

LINIE DER MEISTER



DIE URALTEN & WISSENSCHAFTLICH FUNDIERTEN LEHREN DES KRIYA YOGA

Münster, 10. - 12.10.2025



mit **Yogacharia Nada Steinmann**

Dieses Kriya Yoga Programm ist auch für bereits praktizierende Kriya Yogis geeignet, um ihre Praxis zu vertiefen und Fragen zu klären.

Freitag, 10. Oktober

19:00 - 20:30 Uhr Einführungs-Vortrag (kostenfrei)
*Die uralte Wissenschaft des Kriya Yoga
(Anahata Yoga Schule,
Beelertstiege 5, 48143 Münster)*

Samstag, 11. Oktober

09:00 Uhr Einweihung, Meditation
13:00 Uhr Mittagspause
16:00 - 18:30 Uhr Erklärung der Kriya Yoga Technik,
Meditation

Sonntag, 12. Oktober

09:30 Uhr Meditation, Wiederholung der Technik
13:00 Uhr Mittagspause
15:00 - 17:00 Uhr Fragen zur Technik, Meditation

Ort:

Anahata Yoga Schule, Beelertstiege 5, 48143 Münster

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich per e-mail an: kriya.ms@posteo.de
Gaben zur Einweihung: 5 Blumen, 5 Früchte, € 150

Das Programm am Wochenende (Sa & So) ist nur für Teilnehmer, die an der Einweihung teilnehmen möchten oder bereits in Kriya Yoga in der Linie von Paramahansa Hariharananda und Paramahansa Prajnanananda initiiert sind.