



DIE URALTE WISSENSCHAFT DES KRIYA YOGA

**Kriya Yoga Einweihungsseminar
Hamburg
24. - 26. Oktober 2025**

**mit
Swami Mangalanandaji**



Was ist Kriya Yoga?

KriyaYoga ist eine uralte Meditations- und Lebenswissenschaft, die Körper, Geist, Intellekt und Seelenbewusstheit kultiviert, indem sie kraftvolle yogische und meditative Übungen einsetzt. Sie hilft uns durch Konzentrationstechniken, Körperstellungen und Atmung die drei göttlichen Qualitäten Licht, Schwingung und Ton zu erleben. Dadurch wird ein einpunktiger Geist entwickelt, der uns befähigt zu den tiefsten Bewusstseinssebenen vorzudringen und unser Leben zu verändern. Kriya Yoga lehrt, dass jede Aktion, kri, durch ya, die inwohnende Seele ausgeführt wird. Es ist eine universelle spirituelle Disziplin, die alle Trennungen und Grenzen überwindet.

Paramahansa Hariharananda (1907-2002)

Hat als Schüler von Swami Shriyukteshwarji und Paramahansa Yoganandaji Kriya Yoga im Osten und Westen verbreitet.

Erfüllt von Mitgefühl, Weisheit, Humor und Liebe hat er letztlich Nirvikalpa Samadhi (den Zustand ohne Puls und Atem) erreicht, das höchste Ziel eines realisierten Yogi.

Paramahansa Prajnanananda

Sein Nachfolger, setzt seine Mission fort und verbreitet nur eine Lehre: die Lehre der Liebe. Er fordert uns auf, in jeder Handlung und in jedem Atemzug unsere Göttlichkeit zu erkennen. Durch Selbstdisziplin und die einfache Praxis von Kriya Yoga erreichen wir diesen glückseligen Zustand göttlicher Liebe und Zufriedenheit.



Paramahansa Hariharananda (rechts)
mit Paramahansa Prajnanananda

EINWEIHUNG

Wer die Technik des Kriya Yoga erlernen möchte, muss zuerst eine Einweihung von einem von Paramahansa Hariharananda oder Paramahansa Prajnanananda autorisierten Lehrer oder Lehrerin erhalten.

Während der Einweihungszeremonie werden der Körper, die Wirbelsäule und die Sinne gereinigt. Dann kann man die dreifachen göttlichen Qualitäten von Licht, Ton und Vibration wahrnehmen.

Bringen Sie bitte folgende Gaben für die Einweihung mit:



FÜNF FRÜCHTE

(repräsentieren die Früchte aller Handlungen eines Lebens)



FÜNF BLUMEN

(repräsentieren die fünf Sinne)



SPENDE VON € 150,-

(repräsentieren den physischen Körper)

Nach der Einweihungszeremonie wird die erste Stufe der Kriya Yoga Techniken gelehrt. Neueingeweihte sollten zumindest an drei Meditationsklassen während des Seminars teilnehmen, um die Techniken besser zu erlernen und so zu integrieren. Bitte bringen Sie eine Decke/ Isomatte und Kissen mit. Wir empfehlen lockere, komfortable Kleidung.

Für das gemeinsame Buffet am Sonntag bitten wir unsere Teilnehmer etwas Vegetarisches beizutragen.

Kommen Sie bitte mindestens 30 Minuten vor Beginn der Einweihung und 15 Minuten vor Beginn den Meditationen.

Schalten Sie Ihr Handy für die Dauer der Veranstaltung aus.

SEMINARABLAUF

Freitag, 24. Oktober 2025

19:30 Uhr Einführungsvortrag (Eintritt frei)

Samstag, 25. Oktober 2025

09:00 Uhr Einweihung – Ankunft bitte 08:30 – danach

ca 12:00 Uhr Meditation

Pause

15:30 Uhr Erklärung der Technik, danach

ca. 16:30 Uhr Meditation

Sonntag, 26. Oktober 2025

09:00 Uhr II. Kriya Meditation (nur für Eingeweihte in den II. Kriya)

10:30 Uhr Meditation

12:00 Uhr gemeinsames Buffet im Saal

Pause

14:00 Uhr Hand in Hand

14:30 Uhr Fragen & Antworten

15:00 Uhr Meditation bis ca. 16:30 Uhr (Ende des Seminars)

An den Meditations- und Technikklassen können nur Eingeweihte der Linie von Paramahansa Hariharananda und Paramahansa Prajnanananda teilnehmen.

Kosten: (nicht für Neueingeweihte)

Die Seminare in Hamburg werden ehrenamtlich getragen und über Spenden/Beiträge finanziert.

Sa. und So.: jeweils € 50 pro Tag
(Nachlass auf Anfrage)

Ort:

Gemeindesaal der Christuskirche, Bei der Christuskirche 2,
20259 Hamburg-Eimsbüttel
(direkt bei der U-Bahn-Haltestelle Christuskirche)

mail@kriyayoga-hamburg.de

www.kriyayoga-hamburg.de