

Inhoudsopgave

<i>Voorwoord</i>	3
<i>Kriya Yoga nieuws</i>	4
<i>Viering 20 jaar Sterksel; komt allen ! door yogacharya Claudia Cremers</i>	5
<i>“Het leven van Jezus – deel I” door Paramahansa Prajnanananda</i>	7
<i>“Kriya Yoga – lezing van 1986” door Paramahansa Hariharananda</i>	16
<i>Programma’s in het Kriya Yoga Centrum Sterksel onder leiding van Swami Atmavidyananda</i>	26
<i>Programma’s in het Kriya Yoga Centrum Sterksel onder leiding van Swami Samarpananda</i>	28
<i>Programma’s in het Kriya Yoga Centrum onder leiding van Peter van Breukelen, Claudia Cremers en Petra Helwig</i>	30
<i>Huisregels in Sterksel</i>	31
<i>Meditatie weekenden in Rotterdam o.l.v. Petra Helwig</i>	33
<i>Meditatie weekend in Amsterdam o.l.v. Claudia Cremers</i>	33
<i>Meditatie weekend in Den Haag o.l.v. Claudia Cremers</i>	34
<i>Waar ligt het Kriya Yoga Centrum?</i>	35
<i>Groepsmeditaties</i>	36
<i>Wat is Kriya Yoga?</i>	38
<i>Overzicht van publicaties</i>	39
<i>Het Kriya Yoga Centrum te Sterksel</i>	41
<i>Donaties / giften voor de Stichting KYM</i>	42
<i>Internationale adressen – Kriya Yoga Centra</i>	44



Rajarshi Peter van Breukelen en Paramahansa Prajnanananda

Voorwoord

Hierbij ontvang je de nieuwsbrief 2013 met vele programma's en activiteiten. Dit jaar vieren we het heugelijke feit dat ons meditatiecentrum 20 jaar bestaat. In deze tijd is het Kriya Yoga Centrum uitgegroeid tot een internationaal bekende plaats in de Kriya Yoga traditie.

Ons meditatiecentrum dient als oase in het vaak onrustig bestaan. Om tot inkeer te komen en de essentie van het leven meer te doorgronden. Te ervaren dat de kracht van God ons hele wezen doordringt.

Paramahansa Hariharananda zegt:

“Alle religies onderwijzen hoe God te verkrijgen. Maar Kriya Yoga leert gelijktijdige ontwikkeling van lichaam, intellect en ziel. Door het beoefenen van Kriya Yoga zal algehele ontwikkeling komen. Je zult voortdurend bewustzijn van het innerlijke Zelf krijgen. Je zult altijd kalmte in de geest hebben. Door de kalmte in de geest kun je God realiseren. Kalmte is goddelijkheid.”

Graag tot ziens bij de meditatie.

Peter van Breukelen

Kriya Yoga Centrum
Heezerweg 7
6029 PP Sterksel
Tel. 040 - 2265576

Kriya Yoga nieuws

20 Jaar Kriya Yoga Centrum Sterksel

Op 6 augustus is het 20 jaar geleden dat Paramahansa Hariharananda de Ashram in Sterksel officieel geopend heeft. We gaan dit vieren en hopen dat je ook wilt komen om dit heugelijke feit feestelijk op te luisteren.

Nieuwe E-Mail en Website Adres

De nieuwe adressen zijn:
info@kriyayogameditatie.nl
www.kriyayogameditatie.nl

Hand in Hand

Er is weer een nieuwe DVD uitgebracht waarvan de opbrengst volledig bestemd is voor de Balashram school. Deze DVD is een verslag van de pelgimstocht die Paramahamsha Prajnanananda, samen met ruim 200 deelnemers, gemaakt heeft.

Het is een 2 uur durend verslag van de plaatsen waar de Kriya Yoga meesters geleefd en gemediteerd hebben. Het is te bestellen voor € 22.- inclusief porto.

De DVD "Video biography of a Yogi" over het leven van Paramahansa Hariharananda is ook nog te bestellen voor dezelfde prijs.

Van de programma's in Sterksel gaat 10% van de opbrengst naar de projecten van Hand in Hand. Voor verdere informatie over verschillende projecten zie:

www.handinhandnederland.org



De meditatiezaal in Sterksel

Viering 20 jaar Sterksel; komt allen!

Door Yogacharya Claudia Cremers

Dit jaar vieren we in Sterksel het 20 jarig jubileum van het Kriya Yoga Centrum. Om precies te zijn: op 21 april 1993 werd het koopcontract getekend en op 6 augustus van dat jaar werd de ashram ingewijd in persoonlijke aanwezigheid van onze geliefde Gurudev Paramahansa Hariharanandaji. Gurudev was voor de gelegenheid speciaal uit India gekomen en verbleef vanaf dat moment een aantal weken per jaar in Sterksel. Vanaf 1993 tot 1996 kwam hij ieder jaar om ons mooie centrum met zijn aanwezigheid te heiligen.

In de loop der jaren is het “Kriya Yoga Centrum” uitgegroeid tot een internationaal meditatiecentrum van betekenis, waar mensen uit diverse landen en culturen elkaar ontmoeten om samen Kriya Yoga te beoefenen. Gurudev had Rajarshi Peter Baba aangewezen om het centrum te leiden en

verder te ontwikkelen en Peter heeft op zijn beurt Baba's droom verder vorm gegeven. Tot op heden groeit het centrum nog steeds; in aantallen bezoekers, programma's en capaciteit.

Twintig jaar jubileum is natuurlijk niet het eindpunt van deze ontwikkeling. We hopen dat ons centrum nog vele bezoekers mag ontvangen en mag dienen met mooie meditatieprogramma's en bijzondere leraren zoals Paramahansa Prajnanananda die reeds vele malen bij ons te gast was.

Gurudev zei regelmatig: "This is your ashram, not my ashram", wijzend op de vele devotees die aan zijn voeten mediteerden. En ja, er zijn nog steeds vele trouwe zielen die het Kriya Yoga Centrum een warm hart toedragen en ondersteunen met donaties of persoonlijke inzet. Maar de meeste dank zijn we natuurlijk verschuldigd aan Peter Baba en Silvia Ma, die zich vanaf het begin belangenloos hebben ingezet voor het welzijn van ons allen.

Om deze mijlpaal van 20 jaar te vieren, zal er dit jaar, tijdens het programma dat loopt van 2 t/m 7 augustus, speciale aandacht worden besteed aan de stichtingsdag -6 augustus- van het Kriya Yoga Centrum. We zullen dan luisteren naar een aantal sprekers die over Paramahansa Hariharananda en de begintijd van de ashram vertellen, er is een concert waaraan diverse professionele kriyavans deelnemen, er wordt een speciale maaltijd bereid en er zijn nog diverse andere activiteiten in de planning. Natuurlijk zullen we ook met plezier mediteren onder leiding van Peter Baba. Het programma begint om 07.30 met de ochtendmeditatie en wordt om 19.00 uur afgesloten met de avondmeditatie. Meer informatie komt rond de zomer op de website.

***J**e wordt van harte uitgenodigd om deze bijzondere dag: **6 augustus** te reserveren in je agenda en je bent welkom om deel te nemen aan alle onderdelen van het programma.*

Yogacharya Claudia Cremers (secretaris Stichting Kriya Yoga Meditatie)



Het leven van Jezus – Deel 1

door Paramahansa Prajnanananda

Deel 1 uit een serie van vier – Uit een toespraak die Paramahansa Prajnanananda gehouden heeft in de ashram van Homestead op Goede Vrijdag 9 april 2004

Toen Jezus gevangen genomen werd, bad hij tot God: “O God, zegen hen allen zodat zij uw aanwezigheid voelen. Zoals u in mij bent, zo ben ik in u. Laten zij allen voelen dat zij in ons zijn en wij in hen.” Laten wij de aanwezigheid van Jezus in ons waarnemen door onze liefde en toewijding. Laat de zegeningen van God, Christus en de meesters met ons allen zijn. Aum amen.

In het tiende boek van de *bhagavatam*, bekend als de *samaskamba*, vinden wij de liederen van de Gopis om Krishna te herinneren en te eren. In één van de verzen staat:

*Tabah katamritam tatahjivanam kabirvireritam
kalmasapaham sravnamangalam srimatarthatam bhubhidrinantite
bhuridajanah*

Oh Heer, uw leven en onderwijzingen zijn als nectar. Het is prachtig mooi. Als het leven vol lijden is door wereldlijke kwellingen, komt troost en liefde.

tabah katamritam tatahjivanam kabirvireritam

Als iemand zingt over uw glorie, uw leven, uw onderwijzingen en de schoonheid die daarin is, is het zonder einde. Het verwijdt alle onzuiverheden en vervuiling uit het leven.

sravnamangalam

Het brengt geluk in het leven van degene die ernaar luistert.

srimatarthatam

Zij kunnen tot u komen door uw leringen, door uw leven, door uw onderwijzingen.

bhubhidrinantite bhuridajanah

Zij die liefde voor u hebben zingen uw glorie op deze aarde.

In de Bhagavad Gita staat:

Janakarmadivyam evam yo vete tatvatah

Mijn geboorte, mijn leven, mijn doen en laten zijn goddelijk. Zij die dit weten in de waarachtige betekenis: *tatvatah*, vinden vreugde en liefde in hun hart en krijgen uiteindelijk ook bevrijding.

Als we deze twee verzen toepassen op het leven van Christus, als we zijn leven en zijn onderwijzingen echt begrijpen, kunnen we zien hoe dit in ons eigen leven toepasselijk wordt.

Het leven is een gave

Het leven is een gave. Laat het leven in liefde groeien. Wij zouden zo moeten leven dat we geven zo veel als we kunnen. We zouden dienstbaar moeten zijn. Vergeet niet dat het leven geen gemakkelijke of rechte weg is. Zo is het nooit; als we kijken naar het leven van grote persoonlijkheden, dan zien we dat zelfs als zij in die hoge staat van Godbewustzijn verkeerden, zij nog veel moeilijkheden en lijden moesten doorstaan. En waar zijn wij als ons leven vol fouten is, vol emoties, vol van ons ego? Natuurlijk zijn er veel moeilijkheden. Dat is niet iets om je zorgen over te maken. Maar hoe moeten we in deze wereld leven ondanks problemen en moeilijkheden?

Wij vinden de mensen aardig die van ons houden, maar het is moeilijk voor ons om de mensen die ons willen bedriegen te accepteren, voor ze te bidden of van ze te houden. In ons dagelijks leven zullen we ontdekken dat sommige mensen betrouwbaar zijn, maar met sommige mensen kunnen we moeilijk omgaan. Hoe moeten we dan met ze omgaan? In de spirituele literatuur vind je beide soorten persoonlijkheden. Er was eens een heilige man in India die zei: "Ik ben een pelgrim die aan de kant van de weg zit, ik zie goede en slechte dingen maar ik ben noch goed

noch slecht.” Dit is een prachtige uitspraak als je hem begrijpt. In ons leven zullen zowel goede als slechte dingen gebeuren, sommige mensen zullen onze lof zingen en anderen zullen ons beschuldigen of bekritisieren. Sommige mensen zullen vervelende dingen tegen je zeggen en anderen vinden je heel aardig.

De waarheid is moeilijk te accepteren.

Zelfs Jezus werd bekritiseerd en uiteindelijk verraden. “De Judaskus” is een algemeen bekende uitdrukking. Het wil zeggen dat we ons aardig voordoen maar dat we innerlijk verbitterd zijn. Sommige mensen waren niet blij met wat Jezus leerde, omdat de waarheid niet altijd goed te verdragen is. Mensen kunnen de waarheid niet accepteren omdat zij niet in de waarheid willen leven. Dus toen Jezus over de waarheid sprak, konden veel mensen dat niet accepteren. Ze probeerden iets te vinden dat verkeerd was aan hem. Dit is typerend voor de menselijke geest; we proberen altijd iets verkeerd te vinden. Als we iemand niet mogen, proberen we altijd te kijken naar de fouten in zijn leven. De vijanden van Jezus wilden iemand vinden die kon helpen hem gevangen te nemen en hem te straffen. Zij vonden Judas. Denk aan een ketting: er zijn veel schakels, maar als er een zwakke schakel is, zal hij daar breken. Zo ook bij Jezus, hij had geweldige discipelen, mannen zowel als vrouwen. Er was er één zwak, en wij weten uit de bijbel dat het Judas was. Veel mensen noemen Judas de verrader. Waarom verraadde Judas Jezus? Had hij echt een hekel aan Jezus, kon hij niet accepteren wat hij leerde? Nee. Hij hield van hem, maar tegelijkertijd had hij een zekere hebzucht.

Als je de bijbel diepgaand hebt gelezen, weet je dat Judas het geld van Jezus beheerde. Hoewel Jezus zelf niet met geld omging, moesten hij en zijn leerlingen belastingen betalen omdat zij rondtrokken en als zij naar de tempel gingen, hadden zij ook geld nodig. Judas beheerde dat geld, hij was de penningmeester. Iemand die geld beheert heeft twee mogelijkheden – hij kan eerlijk zijn, of hij kan hebzuchtig zijn. Judas was een getrouwd man en hij had familieverbindingen. Soms stuurde hij wat geld van Jezus naar zijn familie zonder dat iemand het wist. Dit laat een element

van oneerlijkheid of hebzucht zien. Hij ging naar de hogepriester en zei dat hij wilde helpen Jezus gevangen te nemen, maar hij wilde er wel iets voor hebben. Het verhaal gaat dat Satan in hem voer en dat hij daarom zo begon te denken. Satan kan op elk moment bij ons komen. Als wij zwakheden hebben, juist dan is Satan dicht bij ons. Als we liefde hebben en kracht, is God met ons. En toen Judas zwak werd en hebzuchtig, ging hij naar de priester en nam dertig zilveren geldstukken aan, in ruil voor Jezus. Hij zei dat hij Jezus zou kussen als een teken en dan zouden de priesters weten wie zij moesten arresteren.

In de vier evangeliën vinden we drie versies van de Judaskus. In de boeken van Matthëus en Marcus staat dat hij vooruitging en Jezus kuste en zei: "Rabbi!" In het evangelie van Lucas zei Jezus als eerste: "Judas, je zult me kussen en verraden." In het evangelie van Johannes staat een heel andere versie. Jezus ging zelf naar zijn vijanden toe en zei hen dat hij Jezus was. Hij kwam zelf naar voren en maakte zich bekend. Misschien was het moeilijk om in de nacht duidelijk te onderscheiden. Deze daad van Jezus voorkwam dat iemand anders zijn leven zou opofferen door te doen alsof hij Jezus was.

Ieder mens is als de maan

Laten we weer kijken naar Judas in relatie tot ons leven. We zouden ons leven moeten analyseren en ons moeten afvragen in hoeverre we echt eerlijk zijn. Aan de buitenkant doen we ons heel aardig voor, heel bescheiden, heel vriendelijk. Hebben we binnen in ons eigenlijk ook die eerlijkheid, of niet? Het is niet gemakkelijk van binnen en aan de buitenkant hetzelfde te zijn. De meesten van ons houden er een dubbele standaard op na. Mark Twain, de Amerikaanse schrijver, zei dat iedereen is als de maan, we hebben zowel een lichte als een donkere kant. Iedereen toont de lichte kant, en verstopt de donkere kant. Wie kan zeggen: "Dit is mijn zwakheid, dit is mijn kracht"? Slechts heel weinigen. We zijn misschien niet zo als we ons voordoen. Toen Gandhi zijn autobiografie schreef, noemde hij deze: "Mijn Experiment met de waarheid". Het is een prachtige autobiografie en iedereen die spiritueel op zoek is zou het moeten lezen. Hij schrijft schitterend over zijn eigen zwakheden. Hij vertelt zelfs hoe hij naar het huis van een

prostituté ging omdat zijn vrienden hem daartoe aangemoedigd hadden. Hij heeft geprobeerd alles openhartig te vertellen.

Als we een spiritueel leven leiden, geven we liefde aan God, aan ons hart. We zouden tenminste moeten proberen eerlijk te zijn tegenover onszelf. Ja, ik weet waar mijn kracht ligt, ik ken mijn zwakheden, en ik probeer ze te overwinnen. Maar vaak negeren we onze zwakheid. Vergeet niet dat als een ziekte niet wordt behandeld, hij fataal kan worden. Wees voorzichtig. Iedere zwakheid is een ziekte in ons.

Toen Jezus gevangen werd genomen zei hij: "Waarom willen jullie mij gevangen nemen? Ben ik soms een crimineel? Heb ik iets verkeerd gedaan? Ben ik niet openlijk bij jullie in de tempel geweest? Wat ik gezegd heb, heb ik in het openbaar gezegd. Toen kwamen jullie niet om mij gevangen te nemen. Jullie komen hier, in de nacht, met lampen, met stokken en andere wapens, alsof ik een opstand zou gaan beginnen?" Eén van zijn discipelen probeerde te voorkomen dat Jezus gevangen genomen werd en viel de dienaar van de hogepriester aan met een zwaard. Waarom, kun je je afvragen, hadden de discipelen van Jezus een zwaard? Op een dag zei Jezus: "Ga heen, verkoop je kleren en koop een zwaard." En men nam het letterlijk. Vergeet niet dat spirituele onderwijzingen niet altijd letterlijk en direct zijn. Toen iemand zei: "We hebben zwaarden", zei Jezus niets. Misschien heeft hij gedacht: "Ze zijn als onwetenden als ze proberen mij te begrijpen. Hoe willen deze mensen mij kunnen begrijpen?" Dus één van de apostelen nam het zwaard en sloeg het rechter oor van de dienaar af. Jezus zei: "Wat doe je? Laat het zwaard op zijn plaats zitten. Weet dat wie het zwaard gebruikt door het zwaard zal sterven. Je moet dit niet doen." Hij nam het oor en hield het op de goede plaats en, zoals je in de bijbel kunt lezen, genas het meteen. En toch, hoewel hij een teken liet zien van zijn spirituele heerlijkheid, konden de mensen hem niet begrijpen en zij namen hem gevangen.

Het echte leven is een leven van verdraagzaamheid

De priesters deden onderzoek naar Jezus. Men vertelde veel over zijn onderwijzingen en wat hij gedaan had, maar niets was een geldige reden om hem te straffen, of om hem een doodvonnis te geven. Sommigen werden opgeroepen en legden een vals getuigenis af. Maar dit alles was niet genoeg. De hogepriester vroeg uiteindelijk aan hem: "Waarom zeggen al deze mensen dit alles over je? Heb je daar iets op te zeggen?" In de verschillende evangelies staan verschillende versies. Ergens staat dat hij niet antwoordde. In een andere versie antwoordde hij: "Ik heb alles in het openbaar gezegd. Jullie kunnen zelf nagaan wat waar is van wat ik gezegd heb." Een van de priesters kwam naar voren en sloeg hem, en zei dat je zo niet tegen de hogepriester mocht spreken. Als we nu beide versies bestuderen, zei hij in het begin niets.

Wat Jezus deed, zou ik willen vergelijken met een mooi verhaal. In een dorp raakte een jong meisje zwanger voordat zij getrouwd was. Toen ze zwanger was en het bekend werd, vroegen de mensen met inbegrip van haar eigen familie hoe haar dat was overkomen. Ze zei dat de monnik van het dorp verantwoordelijk was. De dorpingen gingen in een grote groep naar de monnik, vernederden hem en scholden hem uit. Zij brachten ook het meisje en zeiden tegen hem dat hij voor haar moest zorgen. De monnik zei niets ondanks de vernedering. De tijd ging voorbij. Het meisje kreeg een kind. Op een dag vertelde het meisje de waarheid: "Hoor eens, ik heb gelogen. De monnik was helemaal niet schuldig. Een jonge man uit het dorp had een relatie met mij. De monnik is onschuldig." Toen de jonge man ondervraagd werd, gaf hij toe. De mensen realiseerden zich dat zij een fout hadden gemaakt en gingen naar de monnik. Zij vroegen hem waarom hij niets had gezegd hoewel hij niet verantwoordelijk was voor de zwangerschap van het meisje. De monnik zei niets.

Waarom bleef de monnik stil? Als de monnik zijn mond open had gedaan, zouden de mensen hem dan hebben geloofd? Het was een kwestie van vertrouwen. De monnik bleef stil, en tolereerde het. In de *Vivekacudamani*, geschreven door Adi Sankara -een schitterend boek over spiritueel leven en een stap

voor stap discussie over hoe te leven en hoe je je leven en je manier van denken kunt veranderen- staat: "Het echte leven is een leven van verdraagzaamheid."

Sahanam sarvadukhanam, apratikara purvakam

Verdraag al het lijden, klaag niet, mopper niet, probeer geen wraak te nemen. Men zal slechte dingen van je zeggen. Iemand die slechte dingen zegt vervuult zijn of haar tong. Waarom zou je jezelf dat aandoen?

Sahanam sarva dukhanam apritakara purvakam cinta vilaparahita, sapitiksha nigadhyate.

Blijf in een toestand van gelijkmoedigheid, zonder zorgen, zonder angst, zonder klagen; ik weet wie ik ben. Ik weet wat ik doe. Ik laat mij niet storen door deze dingen. Blijf stil. Het hoeft niet. Maar leef een verstandig leven, een bewust leven, een leven van liefde. Leef niet het leven van een dwaas.

Jezus zei dus niets tegen de priesters.

Johannes, de discipel die het dichtst bij Jezus stond.

In het andere evangelie, het evangelie van Johannes, zei hij meer. Het evangelie van Johannes is het laatst geschreven. Veel mensen denken dat het niet zo authentiek is omdat het veel later is geschreven. En veel mensen denken dat Johannes al deze dingen niet gehoord of gelezen heeft omdat hij nog zo jong was. Maar dat hoeft niet waar te zijn. Johannes was jong, misschien nog een tiener. En omdat hij jong was, kon hij gemakkelijker naar Jezus toe gaan. Als we ouder zijn letten we op de formaliteiten. We vragen toestemming; kan ik gaan of niet? Ik heb dat gezien bij Baba. Ik klopte nooit op zijn deur. Ik deed hem gewoon open, keek en ging. Het was niet nodig om te kloppen, waarom? Ik wil naar mijn vader gaan; zou jij kloppen? Als er formaliteiten zijn, is er enige afstand. Alle oudere discipelen waren dicht bij hem, maar zover ik weet stond Johannes hem veel nader. Geen van de andere mannelijke discipelen was er toen Jezus werd gekruisigd, behalve Johannes.

Ik denk dat wat Johannes heeft opgeschreven, juist een directer verslag is van de gebeurtenissen. In zijn evangelie zei Jezus dat hij in het openbaar had gesproken in de tempel, niet in besloten kring. Hij zei dat ze konden nagaan wat hij had gezegd.

Iemand beschuldigde hem ervan dat hij bedreigd had deze, door de mensen gemaakte, tempel af te breken, en dat hij hem in drie dagen weer op zou bouwen. Jezus zei niets. Het was waar. Jezus had dat gezegd. Maar hij sprak over zichzelf, en hij bedoelde de tempel van zijn lichaam. Je weet dat je lichaam de tempel is waarin het goddelijke aanwezig is. Het past ook in het beeld als je in het evangelie van Johannes leest wat er na het Laatste Avondmaal gebeurde toen Jezus naar buiten ging om te bidden. Hij had voor drie groepen mensen gebeden; in het eerste gebed bidt hij voor zichzelf, hij bidt tot God over zijn relatie met God. Dit is zijn gebed voor de Heer. Het tweede gebed was voor hen die in hem geloofden, voor zijn volgelingen, voor zijn discipelen. Het derde gebed was voor alle mensen. Toen hij voor zichzelf bad, vroeg hij om kracht om Gods glorie aan de mensen bekend te maken. Hij zei: "U bent in mij en ik ben in u." Hieruit blijkt zijn volledige eenheid met het goddelijke: u bent in mij, ik ben in u; wij zijn onafscheidelijk. Iemand die zich dit realiseert is in Godsbewustzijn. Iemand die zich dit niet realiseert is in lichaamsbewustzijn.

De verloochening door Petrus.

Jezus zei tegen Petrus dat hij hem drie keer zou verloochenen voor de haan zou kraaien. Petrus volgde Jezus toen zij hem naar het huis van de hogepriester brachten. Petrus zat in de binnenplaats, het was koud en de soldaten zaten bij het vuur om zich te warmen. Petrus ging tussen de soldaten zitten om te zien wat er gebeurde en hij zag hoe Jezus was gevangen en werd vernederd. Een dienstmeisje van de hogepriester kwam erbij. Zij keek naar Petrus en zei: "Ben jij niet een van de mannen die bij Jezus was?" Petrus antwoordde: "Ik weet niet waar je het over hebt." Hij ging weg bij het vuur en de soldaten. Toen hij naar buiten ging zag een andere vrouw hem en ook zij herkende hem. "Jij bent toch zeker die man die een discipel

van Jezus is.” Petrus zei: ”Ik zweer dat ik dat niet ben.” Ze vroegen het een derde keer en opnieuw zei hij: ”Ik ken hem niet.” Let op de verandering in zijn antwoorden. De eerste keer zei hij: ”Ik begrijp niet waar je over praat.” De tweede keer zei hij: ”Ik ben niet degene over wie je praat.” De derde keer zei hij: ”Ik ken hem niet.” Meteen nadat hij dit gezegd had begon de haan te kraaien. Petrus ging zitten, kreeg berouw en begon te huilen. ”Zie hoe ieder woord van de godheid bewaarheid wordt.”

Vivekananda ontdekte dit ook bij zijn guru Ramakrishna. Ramakrishna zei: ”Let op het spel van de goddelijke Moeder. Als zij het wil, geeft ze je zo’n dik bed dat het even dik is als mijn hand lang is. Als zij het niet wil, zul je geen plek vinden waar je kunt slapen.” Vivekananda had het gehoord, maar hij nam het niet serieus. Vele jaren na de mahasamadhi van Ramakrishna ging hij voor het eerst naar de VS. De eerste nacht kon hij geen plek vinden om te slapen. Hij bracht de hele nacht door in een goederenwagon op het station. Het was september en het was koud in Boston. De volgende morgen was hij uitgeput van de slapeloze nacht. Hij had het koud en hij had honger. Het gebeurde dat hij geen eten kon krijgen in diverse restaurants, ook al had hij wat geld. Hij klopte aan bij een huis. Een dame opende de deur en zij zag een man in vreemde kleren, een man vol vrede. Toen zij zich realiseerde dat hij een afgevaardigde was op weg naar het parlement van religies, nodigde zij hem in haar huis. Zij gaf hem te eten. Ze zag dat hij er moe uitzag en ze wees hem een slaapkamer. Het was een mooie, goed ingerichte slaapkamer. Hij zag het bed, en het was behoorlijk dik. Toen hij het mat met zijn hand, was het zo dik als zijn hand lang was, en hij herinnerde zich de profetie van zijn guru. Het was letterlijk waar. Hij huilde en kon niet slapen. Je kunt hetzelfde lezen in de “Autobiografie van een Yogi”. Shri Yuktेशwarji voorspelde dat Yogananda aardbeien met slagroom aangeboden zou krijgen. En toen Yogananda in het Westen kwam, kreeg hij de aardbeien met room en hij herinnerde zich de woorden van zijn guru.

Laten we teruggaan naar Petrus. Hij huilde bitterlijk. “Ik ben zo zwak. Ik kon hem niet accepteren en ervoor uitkomen dat ik een discipel ben.” Toen Petrus gekruisigd werd zei hij dat hij niet op dezelfde manier als zijn Heer gekruisigd wilde worden

maar met zijn hoofd naar beneden. Op die manier eindigde zijn leven. Het leven is een spel; we moeten het spelen.

Judas heeft berouw

Wat is er verder met Judas gebeurd? Tenslotte zijn we het verhaal met Judas begonnen. Toen Judas de vernedering en marteling van Jezus zag en de leugens hoorde die verteld werden, begreep hij dat Jezus gestraft ging worden en hij kreeg hij berouw. Hij schreeuwde het uit, nam de buidel met de dertig munten en zei tegen de hogepriester: "Ik heb een zonde begaan. Ik heb mijn meester verraden. Hij is onschuldig. Neem je geld terug. Ik wil het niet hebben." De priester zei echter: "Wij hebben niets met dit geld te maken. Ga weg!" Judas gooide hen het geld toe en rende weg. De priester gaf opdracht dat deze muntstukken niet terug gedaan mochten worden bij de tempelschatten, omdat het bloedgeld was. "Laten wij met dit geld een stuk land kopen waar we een begraafplaats kunnen maken voor de vreemdelingen." Judas rende weg en hing zich op. Judas pleegde zelfmoord uit berouw.

De boodschap van dit verhaal is dus dat we sterker moeten zijn als de verzoeking komt. Bid om de zwakheden in ons leven te kunnen overwinnen. Jezus zei dat niemand volmaakt is, maar dat we zouden moeten proberen om volmaakt te zijn, net zoals de hemelse Vader volmaakt is. We zouden het opnieuw en opnieuw moeten proberen ondanks de miljoenen fouten die we maken. Als we het proberen met oprechte gebeden, met liefde en toewijding zullen we langzaam groeien.

Vandaag, op deze speciale dag, nu we aan Christus denken, laten we dan ons leven overdenken: wat is onze kracht en wat is onze zwakheid. Een strijder die naar het slagveld gaat, kent zijn eigen zwakheid en zijn kracht. Als hij op het slagveld is, denkt hij niet aan zijn zwakheid maar aan zijn kracht, want als hij aan zijn zwakheid denkt, maakt dat hem zwak. Heb berouw maar ga door met kracht. Belijd je zwakheid aan God maar ga verder met kracht; zeg: "Ja, ik ben een kind van God, ik zal mijn zwakheid overwinnen. Ik zal vechten."

Toen Jezus zei: “breng een zwaard in plaats van je kleren”, wat bedoelde hij toen? In plaats van je lichaamsbewustzijn, breng het zwaard van het onderscheid. Dan zul je onderscheid kunnen maken tussen goed en kwaad, dan kun je in de waarheid zijn. Ontwikkel die instelling van onderscheiden, die instelling van kennis. In de Bhagavad Gita wordt het voorbeeld van het zwaard gegeven aan het eind van het vierde hoofdstuk; het zwaard is kennis. In de Tantrische geschriften wordt ook gezegd dat je met het zwaard van de kennis de zwakheid in je leven moet doden. Dus toen Jezus zei “breng een zwaard”, bedoelde hij het zwaard van het onderscheid, het zwaard van de kennis. Dat we onze kleren zouden moeten verkopen betekent dat we ons lichaamsbewustzijn op moeten geven om er de tempel van God van te maken, de tempel van liefde, de tempel van toewijding. Dan zal ons leven schitterend zijn.

Wil je rechttop gaan zitten en je ogen sluiten?

Toen Jezus midden in de nacht tot God bad, zei hij: “Ik ben in u en u bent in mij. Laten allen die van mij houden weten dat zij in ons zijn en wij in hen.” Voel de aanwezigheid van God in je lichaam, in je fontanel: het centrum van de Ziel (ofwel het Christusbewustzijn). Als we onze aandacht daarop richten, voelen we de aanwezigheid van Christus, de aanwezigheid van God in ons. “Niet alleen zijn God en Christus in mij, ik ben in hen”. Dit is de gedachte van een onafscheidelijk bestaan. We moeten ons dat realiseren. En om ons dat te kunnen realiseren moeten we vrij zijn van lichaamsbewustzijn en we moeten het zwaard van het onderscheid hebben. Ik wil Christus liefhebben, God liefhebben. In ons leven zullen mensen proberen ons te verraden, maar vergeef hen. Zij die iets verkeerd doen zullen wel vergelding krijgen. Ik wil geen wraakzuchtige houding aannemen in mijn leven. Zoals je zaait zul je oogsten. Zoals je handelt zul je behandeld worden. Wees voorzichtig. De vruchten komen naar de mens die vanuit zijn ego en vanuit gehechtheid handelt. Judas verraadde Jezus, maar Jezus hield van hem. Wees in de waarheid. Wij zijn allemaal kinderen van het goddelijke. Houd van God,

houd van Christus, houd van de Gurus. Verspil geen tijd, adem met liefde. Laten wij eindigen met een lied van Yoganandaji – hij zong dit meestal tijdens de Paasdagen:

Oh my Christ, Oh my Christ, Jesus Christ Come!

Oh my Cloud Colored Christ Come!

Laten wij zingen met diepe liefde voor Christus, met diepe liefde voor God.

Mogen de zegeningen van God, Christus en de meesters met ons allen zijn.

Aum amen.



*Paramahansa
Prajnananand*

Kriya Yoga

Lezing uit 1986

door Paramahansa Hariharananda

Er is een goddelijke kracht in ieder mens, maar dat wordt tegenwoordig nergens onderwezen.

Omdat God alles heeft geschapen, is God aanwezig in al het geschapene. Iedereen is daarom een kind van God. In de Upanishaden staat geschreven:

srumbantu sarve amritasya putrah

“Luistert allen. O kinderen van onsterfelijke gelukzaligheid.” De mensen zijn onsterfelijke kinderen van God. Zij stammen af van God. Zij moeten terugkeren naar hun oorspronkelijke staat, hetgeen betekent dat zij God moeten realiseren, één zijn met God. Alleen dan zullen al hun aspiraties vervuld worden en zullen zij oprecht gelukkig zijn. Zij zullen vrede ontvangen, gelukzaligheid en goddelijk geluk. Dit is mogelijk door het toegewijd en regelmatig beoefenen van Kriya Yoga.

Het ultieme mysterie van Kriya Yoga kwam in de wereld toen het geschapen werd voor de mensheid. In oude tijden, duizenden jaren geleden, in het Satya-Yuga tijdperk van de waarheid waren er nog geen Rama, Krishna, Kali, Durga enz. Ook boeken als de Vedas, de Bijbel en de Koran bestonden toen nog niet. Maar er waren veel invloedrijke monniken en rishis die geweldige wonderen verrichtten en grote inzichten hadden. In die tijd beoefenden de mensen deze oeroude Kriya Yoga techniek. Door de speciale ademhalingstechniek van Kriya Yoga kregen zij voortdurend vrede, gelukzaligheid en kalmte. Slechts door het beheersen van de ademhaling kregen zij zelfbeheersing, want adembeheersing is zelfbeheersing, en het stadium zonder adem is het stadium zonder dood.

Tegenwoordig zijn bijna alle mensen religieus, maar zij zijn alleen maar druk bezig met een religieus spel. Veel mensen gaan maar door met het zingen van mantras en beoefenen

verschillende Puja technieken. Ondanks dit alles kunnen zij hun rusteloosheid niet kalmeren en hun egoïsme, wreedheid en boosaardigheid niet kwijtraken. Daarom hebben zij geen enkel voordeel van hun religieuze activiteiten. Als bijvoorbeeld iemand nectar drinkt uit een gifbeker, wat zal dan het resultaat zijn? Vergelijkbaar is het als mensen religieus zijn en zij van de ene guru naar de andere gaan. Aangezien zij innerlijk hun negatieve eigenschappen niet overwonnen hebben, ontwikkelen zij geen spirituele groei in zichzelf.

Je zou naar een gerealiseerde guru moeten gaan, iemand die de pracht van de natuur en van alle religies heeft ontsluit en die het goddelijke doel heeft bereikt. Zo'n guru kan de goddelijke kracht in korte tijd aan een leerling overdragen.

Er zijn veel manieren om het goddelijke doel te bereiken, maar Kriya Yoga is de kortste, snelste en meest wetenschappelijke weg. Het is de gemeenschappelijke snelweg van alle religies. Het is de essentie van alle religies. Maar Kriya Yoga zelf is geen religie, noch is het sektarisch of dogmatisch.

Er zijn vier belangrijke technieken in Kriya Yoga. Ze zijn eenvoudig, gemakkelijk te leren en leiden snel tot het doel. Het is niet moeilijk ze te beoefenen. Je hoeft niet je adem in te houden terwijl je op je hoofd staat met je benen de lucht in. Normaliter ervaart iemand die gaat zitten om Puja te doen of te mediteren rusteloosheid, afleidende gedachten, zorgen en angsten die in hem opkomen. Zijn Puja of meditatie is dan zonder resultaat. Dit probleem wordt gemakkelijk overwonnen door het oefenen van de eerste techniek van Kriya Yoga, en dat duurt maar twee minuten. Door deze techniek te beoefenen vergeet je je ego en je lichaamsbewustzijn, en ontwikkel je een geweldig bovenbewustzijn en kosmisch bewustzijn.

Je kunt onmiddellijk je levenskracht veranderen in een stralende, alles vervullende goddelijke kracht. Deze kracht zal dan je fysieke, mentale en intellectuele groei versnellen. Je hersenen zullen vruchtbaar zijn, je geheugen scherp en je zult goddelijke verandering krijgen.

De tweede techniek is een universele remedie voor allerlei kwalen. Het geneest vele ziektes. Het geeft je een gezond en schitterend lichaam. Het vertraagt het verouderingsproces.

Met de derde techniek kun je je hele wezen aan God offeren. Je handen zijn niet jouw handen. Zij zijn Gods handen. God werkt door jouw handen. Je hart is niet jouw hart, het is van God. God ademt in je, zodat je hele wezen kan handelen. Je hebt trek in eten omdat je leeft. Een dode heeft geen trek in eten. Wij zijn niet degene die voedsel gebruikt, God gebruikt voedsel door ons. Wij verdienen geen geld, het is God die dat doet. Wij moeten alles wat we hebben aan God offeren en ons realiseren dat ons hele Zijn het Zijn van God is.

Meestal ervaren we dit niet zo, omdat niet alles in harmonie met elkaar functioneert. We hebben twee neusgaten. Zolang de adem niet met gelijke druk door de beide neusgaten komt, zal onze spirituele akker niet ontgonnen worden. We moeten onze eigen spirituele akker bewerken, en dat is ons eigen lichaam. Ramprasad, een gerealiseerde Yogi, schreef:

“O mijn geest, deze prachtige akker van jou blijft onontgonnen, je weet niet hoe je hem moet bewerken.”

Al onze boosheid, trots en onzekerheid zijn geconcentreerd in de rechter hersenhelft en ons spraakcentrum bevindt zich in de linker hersenhelft. Er is ook nog een ander hersendeel: de pons. Boven en achter de pons bevinden zich de middel hersenen, waar de verzamelde balansen van onze levens zijn opgeslagen. Goede en slechte gedachten zijn daar opgeslagen. Dat is de reden dat we in slechts één ogenblik verbijsterd en woedend kunnen raken. Door het beoefenen van Kriya Yoga zullen onze gedachten evenwichtig worden.

Met behulp van de vierde techniek zullen we in staat zijn te voelen dat het slechts de kracht van God is, die ons lichaam en denken activeert. Als we de techniek beoefenen, kunnen we buitengewone kalmte ontvangen. Als we deze diepe rust krijgen, horen we de mantras van binnen uit. Iedereen die is ingewijd in de “mantra” van Rama, hoeft niet Ram, Ram, Ram te zingen. Zijn Zelf is Ram. Bij Kriya Yoga kan hij de Ram mantra automatisch horen alsof het van verre komt. Ieder ander die Siva, Kali, Durga

enz. aanbidt, hoeft niet te chanten en zingen. Hij kan het goddelijke geluid automatisch horen. Hij zal zelfs de goddelijke vibratie voelen in zijn hele lichaam en het goddelijke licht zien. Zelfs in de hoge hemel, tot in het oneindige, zal hij de kracht van God voelen. Ook in zijn fontanel zal hij een gevoel van heen en weer bewegen en pulseren bemerken. Met behulp van deze waarnemingen zullen al zijn negatieve en slechte eigenschappen verdwijnen, hij zal voelen dat de kracht van God altijd met hem is.

In de Bijbel staat geschreven :”Als je ogen God niet zoeken, steek ze dan uit. Je mond is niet alleen gemaakt om te eten, maar de woorden die uit je mond komen zijn de woorden van God.”

In Kena Upanishad staat hetzelfde geschreven:

*Yad vacha anavyuditem yena vagvyutuate tadeva Brahmetwam
viddhi nedam yadidam upasate*

Dat wat woorden niet kunnen ontsluiëren, maar dat wat de woorden ontsluiert, weet dat dat alleen God is.

*Yanmanasa ne mennte yenhurnano matam tadeva Brahmatwam
viddhi nedam yadidem upasate*

Dat wat de geest niet kan bevatten, maar wat de geest uitdrukt, weet dat dat alleen God is.

Nog eens benadruk ik het meest belangrijke. Het is slechts de kracht van God die ademt vanuit het zevende knooppunt van ieder wezen. We leven dus en doen zoveel dingen. Wij zijn de kinderen van God. De schitterende kracht van God is altijd aanwezig in ieder van ons. In hoofdstuk acht, vers tien van de Bhagavad Gita staat:

*bhruvor madhye pranam avesya samyak sa tam param purusam
upaiti divyam*

Als iemand de prana shakti vast kan houden met behulp van de adem, kan hij midden tussen zijn wenkbrauwen (hypofyse) zijn stralende goddelijke Zelf ontwaren.

In de Schriften staat ook:

Jaban naiva pravisati charana maruta madhya marge; Jabad bindur nabhavati drdhah pranavata prabandhat. Jabad dyane sahasadrisa jayate naiva tattwam; Tabat gyanam vadati tadidam dambha mithya pralapate

Zo lang je gedachten niet geconcentreerd blijft op het punt waar God de adem naar binnen brengt en je Hem niet rustig daar zoekt, zul je je niet spiritueel ontwikkelen.

Je wilt graag een goed huis hebben, materiele welvaart en genot voor je zintuigen. Je wilt dit alles, maar daarbij zou je moeten mediteren. Mediteren betekent:

samlina manasah nirbisaya manah

De geest is vrij van wereldlijke dingen. Je hebt kennis, bewustzijn en bovenbewustzijn.

In de Bijbel staat geschreven: “Wees stil en weet dat Ik goddelijk ben.” Door Kriya Yoga meditatie te beoefenen, kun je je geest stil maken en zo de levende aanwezigheid van God voelen.

God is goed, zachtmoedig en liefdevol; als iemand deze techniek vijf tot tien minuten per dag beoefent, is het mogelijk om al deze eigenschappen te ontwikkelen. Hij zal dag en nacht waarnemen dat hij de kracht van God is.

Tenslotte wil ik buigen voor alle mensen overal ter wereld, want God is overal.

Om Shantih, Shantih, Shantih





Paramahansa Hariharanandaji onderwijst de Kriya Yoga techniek



De yogacharya's voor Europa

*Programma's in het Kriya Yoga Centrum
onder leiding van*

Swami Atmavidyananda

van **Dinsdag 10 september** tot en met **Zondag 15 september** plaats **Sterksel***

Het programma begint op dinsdag 10 september met een meditatie. Op vrijdag 13 september is er om 20:00 een lezing.

***Programma indeling:**

Dag	Tijdstip	Onderdeel
10-09 Dinsdag	20.00 uur	Meditatie
11-09 Woensdag 12-09 Donderdag	07.30 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	17.00 uur	Lezing
13-09 Vrijdag	19.00 uur	Meditatie
	07.30 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	17.00 uur	Meditatie
14-09 Zaterdag	20.00 uur	Introductie lezing over Kriya Yoga
	07.30 uur	Meditatie
	10.30 uur	Inwijding
	16.00 uur	Uitleg Kriya Yoga techniek
	17.00 uur	Meditatie
15-09 Zondag	19.00 uur	Meditatie
	07.30 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	12.30 uur	2^e Kriya Meditatie
	16.00 uur	Meditatie



Swami Atmavidyananda

*Programma's in het Kriya Yoga Centrum
onder leiding van*

Swami Samarpananda

van

tot en met

plaats

Vrijdag 17 mei

Maandag 20 mei

Sterksel*

Het programma begint op vrijdag 17 mei met een lezing. Op zaterdag 18 mei is er om 10.30 een inwijding.

Programma indeling:

Dag	Tijdstip	Onderdeel
17-05 Vrijdag 18-05 Zaterdag	20.00 uur	Lezing
	07.30 uur	Meditatie
	10.30 uur	Inwijding
	16.00 uur	Uitleg Kriya Yoga techniek
	17.00 uur	Meditatie
	19.00 uur	Meditatie
19-05 Zondag	07.30 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	12.30 uur	2^e Kriya Meditatie
	17.00 uur	Meditatie
	19.00 uur	Meditatie
20-05 Maandag	07.30 uur	Meditatie
	10.30 uur	Meditatie
	16.00 uur	Meditatie



Swami Samarpananda

*Programma's in het Kriya Yoga Centrum onder
leiding van*
***Peter van Breukelen,
Claudia Cremers en Petra Helwig***

<i>Van</i>		<i>Tot en met</i>	<i>Programma</i>	
vrijdag	25 januari	zondag	27 jan.	Nederlands
vrijdag	01 maart	zondag	03 maart	weekend uitsluitend voor II. Kriya (Engels)
donderdag	28 maart	maandag	01 april	Duits
dinsdag	02 april	zondag	07 april	Werkdagen (Engels)
vrijdag	17 mei	maandag	20 mei	Swami Samarpananda (Engels)
vrijdag	02 augustus	woensdag	07 aug.	(Engels) 06 aug. 20 jaar Sterksel Ashram
dinsdag	10 sept.	zondag	15 sept.	Engels (Swami Atmavidyananda)
vrijdag	11 oktober	zondag	13 okt.	weekend uitsluitend voor II. Kriya (Engels)
maandag	14 oktober	zondag	20 okt.	Werkdagen (Engels)
vrijdag	22 november	zondag	24 nov.	Nederlands
maandag	23 december	woensdag	01 jan. 2014	Engels

- Tijdens de werkdagen van 02 april tot en met 07 april 2013 en van 14 oktober tot en met 20 oktober 2013 is er om 07.30 uur en om 19.00 uur meditatie. Overdag wordt er gewerkt in het gebouw en in de tuin. **Tijdens de werkdagen is het verblijf gratis!**
- De weekenden van 01 maart tot en met 03 maart en van 11 oktober tot en met 13 oktober zijn alleen toegankelijk voor diegenen die ingewijd zijn in de 2e Kriya techniek.
- **Op 06 augustus is er een speciale viering ter gelegenheid van de 20^e verjaardag van het Kriya Yoga Centrum.**

Indeling programma: Aanvang programma's op vrijdag 20:00

<i>Dag</i>	<i>Tijdstip</i>	<i>Onderdeel</i>
vrijdag	20.00 uur	lezing Nederlandse programma's
	20.00 uur / 21.30 uur	meditatie Duitse programma's / meditatie Nederlandse programma's
zaterdag	07.30 uur	meditatie voor ingewijden
	10.30 uur	inwijding
	16.00 uur	techniekuitleg
	17.00 uur	meditatie
	21.00 uur	meditatie
zondag	07.30 uur	meditatie
	11.30 uur	meditatie
	13.00 uur	meditatie ingewijden 2 ^e Kriya
	16.00 uur	meditatie
maandag tot en met vrijdag	07.30 uur	meditatie
	11.30 uur	Vragen & antwoorden, uitleg Kriya Yoga techniek en meditatie
	17.00 uur	meditatie
	19.00 uur	meditatie

Huishoudelijke regels in Sterksel

- ❖ De kosten bedragen € 100,- voor een weekend in een 4 of 6 persoonskamer, incl. vegetarische maaltijden. Elke dag extra kost € 50,-
- ❖ Je dient zelf hoeslaken, sloop en dekbedovertrek/slaapzak mee te brengen!
- ❖ Iedereen dient mee te helpen aan de werkzaamheden in de keuken en het schoonmaken van het gebouw.
- ❖ Roken en het gebruik van alcohol is niet toegestaan.
- ❖ Huisdieren kunnen niet worden meegebracht.
- ❖ Aanmelding dient schriftelijk gedaan te worden d.m.v. inschrijfformulier (zie verder in deze nieuwsbrief).
- ❖ Diegenen die komen voor de 1e Kriya inwijding dienen mee te brengen:
 - 5 bloemen als symbolisch offer van de 5 zintuigen,
 - 5 vruchten als symbolisch offer van alle ervaringen,
 - een donatie van € 150,- als symbolisch offer van het stoffelijk lichaam.



Silvia en Peter van Breukelen – hart en ziel van het Kriya Yoga Centrum Sterksel

Kriya Yoga meditatie weekend o.l.v. Petra Helwig in Rotterdam

Het weekend van **27 t/m 29 september** is er een Kriya Yoga meditatie weekend onder leiding van Petra Helwig op het adres Yogapraktijk Frans Helwig, Slaak 88 in **Rotterdam**. (Kosten: lezing gratis, per meditatie € 7,-)

Op vrijdag 27 september is er om 20.00 uur een introductie lezing over de eeuwen oude techniek van de Kriya Yoga Meditatie. Op 28 september om 14.00 uur is er inwijding en aansluitend meditatie. Op zondag 28 september is het programma als volgt :

10.00 uur uitleg techniek	11.00 uur meditatie
12.00 uur pause	15.00 uur vragenuurtje
16.00 uur meditatie	

Informatie en opgave bij Petra, tel.010-4118562. Locatie: yogaFrans, Slaak 88, 3061 CZ Rotterdam (ingang aan de achterzijde) voor routebeschrijving: www.yogafrans.nl

Kriya Yoga meditatie weekend o.l.v. Petra Helwig in Gent (België)

Het weekend van **15 t/m 17 februari** is er een Kriya Yoga meditatie weekend onder leiding van Petra Helwig op het adres **Prinsenhof 39b, 9000 Gent** ,Centrum het Rustpunt', zaal 'Het Cenakel'. (Kosten: lezing € 3,-, per dag € 20,-, het hele seminar € 35,-. Degene die komen voor inwijding betalen geen seminar kosten) **Informatie: Patrick Christens: tel. 0032 499/157513. Mail: patrick.christens@telenet.be / www.kriya-yoga-institute.be**

Vrijdag 15 febr. 20.00 uur introductie lezing over de eeuwen oude techniek van de Kriya Yoga Meditatie. **Zaterdag 16 febr.** 9.30 – 12.30 inwijding en meditatie. 15.00 – 16.00 uitleg van de techniek. 16.00 – 17.30 meditatie. **Zondag 17 febr.** 07.00 – 08.00 meditatie. 08.00 onbijt. 09.00 2^e Kriya meditatie uitsluitend voor 2^e Kriya beoefenars. 11.00 – 12.00 meditatie, 15.00 – 16.00 vragenuurtje, 16.00 – 17.00 meditatie. Er bestaat de mogelijkheid te overnachten – zie informatie.

Extra lezing, inwijding en meditatie in Amsterdam

**** Lezing over Kriya Yoga Meditatie in Amsterdam ****

Op **donderdag 11 april om 20.00** uur is er een **lezing** over Kriya Yoga Meditatie in Centrum De Roos, (Blauwe Zaal) P.C.Hoofdstraat 183, (www.roos.nl) door **Yogacharya Claudia Cremers**. Voorafgaand van 18.30-19.30 is er een **extra meditatie** voor ingewijden.

Op **zaterdagmorgen 13 april 10.30 - ca. 17.00 uur** (pauze 13.00-15.00) zijn er **inwijdingen**, gevolgd door uitleg en meditatie ten huize van Riele Wölpper: Singel 66.

Op **zondag 14 april om 11.00 uur** ook ten huize van Riele: **meditatie** voor alle ingewijden, daarna verdere uitleg. Telefonische info bij Riele Wölpper: 06-52446070 of Elise Friebe: 020-6715723

Lezingen en inwijdingen in Den Haag o.l.v. Claudia Cremers

➤ Lezing over Kriya Yoga op **woensdag 20 maart** op de Laan van Meerdervoort 1A. 20.00 uur . Zaal open: 19.30. Bijdrage €7 incl consumptie.

➤ Inwijding, techniekuitleg en meditatie op **zaterdag 23 en 24 maart** en op **19 en 20 oktober** (data/locatie onder voorbehoud van wijziging), beide dagen van 13.00-17.00 uur. Op zaterdag is er inwijding, korte techniekuitleg (15.30) en meditatie (16.00). Op zondag meditatie, techniekuitleg (15.00) en om 16.00 sluiten we af met meditatie. Deze weekenden zijn ook toegankelijk voor reeds ingewijden ter verdere verdieping.

Impressies van het oudejaarsviering op 31-12-2012

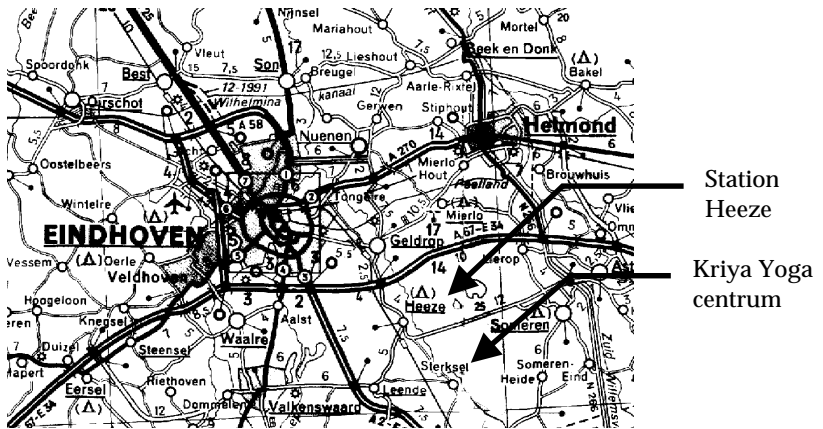


Waar ligt het Kriya Yoga Centrum?

Het adres van het Kriya Yoga Centrum is:

Heezerweg 7; 6029 PP Sterksel; tel. 040-2265576 - fax 040-2265612

Sterksel ligt 12 km ten zuiden van Eindhoven. Het Kriya Yoga Centrum ligt net buiten de bebouwde kom aan de weg van Sterksel naar Heeze. Zie verder de plattegrond. Je kunt ook in het centrum gebeld worden op tel. 040-2265681 (munttelefoon).



Per trein naar Sterksel

Vanuit *Eindhoven Centraal Station* met de trein richting Weert van perron 4 naar *station Heeze*. Vertrek: 2 keer per uur, om XX:04 en XX:34. Op zondagen en werkdagen **na 20.00 uur**, 1 keer per uur, om XX:34. Reistijd 10 minuten. Vanuit Heeze met de bus naar Sterksel, vertrek ieder uur om XX.50 tussen 08.00 en 18.00 uur, alleen niet op zaterdag en zondag. Aangepaste tijden in de zomermaanden. Als je een dag tevoren belt, kan je vanaf station Heeze worden opgehaald.

Per auto naar Sterksel

Vanaf de A 67 *Eindhoven-Venlo* neem je de afslag Geldrop/Heeze. In Heeze staat Sterksel aangegeven. Vanaf de A 2 *Amsterdam-Maastricht* neem je de afslag Leende. In Leende staat Sterksel aangegeven.

Groepsmeditaties

Amsterdam

Iedere 4de maandagavond van de maand om 20.15 uur is er meditatie ten huize van Riele Wölpper. **Op 23 december is er geen meditatie.**

Adres: Singel 66, 1015 AC Amsterdam (na binnenkomst is het een van de bovenste etages). Vanaf het Centraal Station is het 10 minuten lopen. Tramhalte Nieuwezijds Kolk (tram 1, 2, 5, 13,17).

Je wordt verwacht om ca. 20.00 uur. De meditatie begint om 20.15 uur. Telefonische info bij Riele Wölpper: 06-52446070 of Elise Friebe: 020-6715723

Den Haag

Iedere eerste en derde donderdag van de maand meditatie o.l.v. Claudia Cremers in Spiritueel Centrum De Ruimte, Witte de Withstr. 27 Den Haag, aanvang 18.45 uur.

Bereikbaar met tram 3 en 17. Als je met de auto komt kan je vrij parkeren bij de AH op de Elandstr. (5 min. lopen). **Zie ook:** www.deruimtedenhaag.nl Als je niet regelmatig naar de meditatie komt, bel dan even te voren of het doorgaat: **040-2266217. Er zijn geen meditaties op 18 juli, 15 augustus en 5 september.**

Rotterdam

Iedere tweede en vierde woensdag van de maand om 20.30 uur meditatie o.l.v. Petra Helwig (tel. **010-4118562**). Alle andere woensdagavonden (eerste, derde en eventueel vijfde) is er tweede Kriya voor diegene die ingewijd zijn in de tweede Kriya techniek.

De meditatie vindt plaats op het adres Slaak 88 in Rotterdam. Bereikbaar met tram lijn 1 vanaf Rotterdam C.S. richting Esch, uitstappen halte Oostplein. Bij de hoek van "De Dijk" is rechts beneden de Slaak. Of met de metronaar halte Oostplein, vanaf C.S. overstappen Beurs.

We gebruiken de achteringang. **Geen meditaties in juli, augustus, met Kerst en Nieuwjaar.**

Sterksel

Iedere donderdagavond om 20.00 uur meditatie o.l.v. Peter van Breukelen in het Kriya Yoga Centrum, Heezerweg 7 in Sterksel (tel. 040-265576). **Geen meditatie** op **07/02 – 21/02 – 25/04 – in juli – 05/09 – 14/11**. **Als je niet regelmatig naar de meditatie komt, bel dan even naar Peter om te vragen of de meditatie doorgaat.**

Kortrijk, België

Iedere vrijdag avond meditatie o.l.v. Jos Ide, Kortrijk, België.
Meld je van te voren even aan bij Jos Ide, (tel. 056-216719).

Gent, België

Iedere donderdag avond is er om 20.45 groepsmeditatie (tel. Patrick Christens tel. 0032 499/157513).



*De acharya's van het Kriya Yoga Centrum in Sterksel, v.l.n.r.:
Claudia Cremers, Rajarshi Peter van Breukelen, Petra Helwig*

Wat is Kriya Yoga?

- ❖ Deze Kriya Yoga is de authentieke meditatietechniek zoals doorgegeven door Babaji Maharaj, Lahiri Mahasaya, Swami Sri Yukteswar en Paramahansa Hariharananda.
- ❖ Paramahansa Hariharananda is een discipel van Swami Sri Yukteswar en Paramahansa Yogananda. Hij heeft het stadium van nirvikalpa samadhi bereikt, het stadium waar het lichaam volledig onder controle is. Hij is 95 jaar geworden.
- ❖ Kriya Yoga meditatie is een wetenschappelijke meditatietechniek die gelijktijdig lichaam, geest en ziel ontwikkelt.
- ❖ Het combineert verscheidene vormen van Yoga in een beknopte, effectieve techniek om voorbij lichaam, zintuigen en gedachten te gaan.
- ❖ Kriya Yoga omvat een aantal ademhalings-, lichaams- en concentratieoefeningen die de levensenergie transformeren in kosmisch bewustzijn.
- ❖ Beoefening van Kriya Yoga meditatie geeft ervaringen van goddelijk licht, geluid, pulsatie en kennis van de goddelijke toestand van de ziel.
- ❖ “Kri” betekent handelen en “Ya” betekent de ziel. Kriya is het waarnemen van goddelijkheid in alles.
- ❖ Kriya Yoga is niet sektarisch of dogmatisch. Het is de essentie van alle religies.
- ❖ Om Kriya Yoga te kunnen beoefenen dient men eerst een inwijding te ontvangen. Tijdens de inwijding worden lichaam en geest gereinigd zodat men goddelijke ervaringen van licht, geluid en vibratie kan waarnemen.
- ❖ Iedere Kriya Yoga ingewijde kan deelnemen aan de Kriya Yoga programma's tegen een minimale vergoeding van € 7.- per meditatie.
- ❖ Paramahansa Prajnanananda, Swami Shuddhananda, Swami Mangalananda, Yogacharya Christine Jacobsen, Rajarshi Peter van Breukelen en Yogacharya's Claudia Cremers, Petra Helwig en Uschi Schmidtke geven regelmatig inwijdingen en begeleiding in de meditatie in vele plaatsen in Europa..

Overzicht van publicaties

De volgende publicaties zijn in Sterksel verkrijgbaar.

Kriya Yoga door Paramahansa Hariharananda

Inleiding in de grote Yoga-filosofie en een praktisch handboek tot Zelfrealisatie (uitgaven in het Nederlands, Engels en Duits). Nederlandse uitgave € 18,-, Engelse uitgave € 15,-, Duitse uitgave € 14,-

Bhagavad Gita deel I, II en door Paramahansa Hariharananda

Interpretatie van de Bhagavad Gita **III** in het licht van de Kriya Yoga. Een uitzonderlijke metaforische uitleg voor Godsrealisatie. Engelse uitgave in drie delen. Prijs € 12,- per deel.

Isha Upanishad Hariharananda door Paramahansa

De Isha Upanishad is een deel van Vedas, de oudste Indiase geschriften. Deze interpretatie geeft inzicht in oude wijsheden, in het licht van Kriya Yoga.

Nederlandse editie € 13,- (gebonden), eenvoudige Engelse editie € 4,-

Mahavatar Babaji door Paramahansa Prajnanananda

Leven en leer van de geheimzinnige Mahayogi, die de Kriya Yoga in de moderne tijd tot leven bracht, en van de door hem opgerichte lijn van meesters, die Kriya Yoga in het Oosten en Westen verspreidden. Engelse uitgave € 7,- Duitse uitgave € 7,-

Lahiri Mahasaya door Paramahansa Prajnanananda

Biografie en goddelijke boodschap van de grote Yogi, die, terwijl hij het leven van een wereldlijk man leidde, het koninkrijk Gods bereikte en de wetenschap van de Kriya Yoga toegankelijk maakte voor een breder publiek. Engelse uitgave € 7,-

Swami Sri Yukteswar door Paramahansa Prajnanananda Leer en leven van een grote Goeroe, wiens discipline en rigoureuze training het leven van vele prominente leerlingen vormde en transformeerde, zoals Paramahansa Yogananda en Paramahansa Hariharananda. Engelse uitgave € 7,-

Paramahansa Hariharananda, River of Compassion

door Paramahansa Prajnanananda Een fascinerende vertelling van een liefhebbende leerling en een samenstelling van vele aangrijpende getuigenissen van personen wier leven door Paramahansa Hariharananda getransformeerd werd. Een biografie vol details over het leven en de leer van de ze verlichte meester. Engelse uitgave € 15,-

The Bible, the Torah and Kriya Yoga

door Paramahansa Prajnanananda Metaforische weergave van de Torah en het Nieuwe Testament in het licht van Kriya Yoga van Paramahansa Prajnanananda en Paramahansa Hariharananda. Het bespreekt de essentie van deze geschriften, waarbij de mens als levende bijbel wordt voorgesteld. Engelse uitgave € 15,-

Words of Wisdom door Paramahansa Prajnanananda

Verhalen en parabels van Hariharananda, samengesteld door Prajnanananda.

Diepe inzichten en wijsheden van een gerealiseerd meester in de vorm van betekenisvolle parabels.

Engelse uitgave € 7,-

***Nectar Drops* door Paramahansa Prajnanananda**

Woorden en aforismen van een meester, die hoge spirituele waarheden bevatten en ertoe inspireren een spiritueel en moraliserend leven. Engelse uitgave € 5,-

Discourses on the Bhagavad Gita

door Paramahansa Prajnanananda Met Kriya Yoga als uitgangspunt en werktuig ter interpretatie onthult de auteur de verborgen waarheid die aanwezig is in de uiterst complexe passages van deze heilige tekst. Engelse uitgave € 7,-

***Yoga - Pathway to the divine* door Paramahansa Prajnanananda**

Lezingen en leringen gegevens tijdens seminars. Diep inzicht en praktische aanwijzingen hoe een spiritueel leven te leiden in de materiële wereld. Engelse uitgave € 10,- Duitse uitgave -Der Göttliche Weg- € 9,-

***Path of Love* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 9,-

***Life and Values* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 9,-

***The Universe Within* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 9,-, Duitse uitgave (Das Innere Universum) € 9,-

***My Time with the Master* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 15,-

***Divine Blossoms* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 9,-

***Yoga, der Göttliche Weg* door Paramahansa Prajnanananda**

Duitse uitgave € 9,-

Mahavatar Babaji, Das Ewige Licht Gottes

door Paramahansa Prajnanananda Duitse uitgave € 9,-

Die Kriya Yoga Meister – Kurzbiographien und Lehrsätze

door Paramahansa Prajnanananda Duitse uitgave € 9,-

***Jnana Sankalini Tantra* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 15,-

***Daily Reflections* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 12,-

***Gautama Buddha* door Paramahansa Prajnanananda**

Engelse uitgave € 3,-

The Complete Works of Paramahansa Hariharananda 10 boeken soft cover
€ 120,-

Kriya Yoga Centrum te Sterksel

In 2013 bestaat ons Centrum 20 jaar. Wij zijn verheugd dat velen uit binnen- en buitenland de weg naar het Kriya Yoga Centrum gevonden hebben.

Wij zullen ons blijven inspannen om regelmatig intensieve programma's te organiseren om zodoende de zegeningen van Kriya Yoga meditatie aan al onze bezoekers door te geven.

De vloeren in de badkamers en de keuken zijn aan vervanging toe. We gaan daar nieuwe stenen vloeren leggen. We vragen je vriendelijk om een bijdrage hiervoor te geven.

Je kunt je donatie overmaken op de volgende rekeningen:

ABN-AMRO rekening nr. 41.25.14.931 of

ING rekening nr. 41.47.957

t.n.v. Stichting KYM

Heezerweg 7

6029 PP Sterksel

Voor de Nederlanders zijn de donaties aan de stichting onder bepaalde voorwaarden aftrekbaar bij de inkomstenbelasting. Meer hierover op de volgende pagina.

Bij voorbaat hartelijk dank voor je bijdrage!



Donaties/giften voor de Stichting KYM

1. Notariële schenking

Overweeg je om het Kriya Yoga Centrum regelmatig of voor een langere periode te steunen? Dan is het voordelig om dit vast te laten leggen in een notariële akte. Je gift is dan namelijk volledig aftrekbaar van je belastbare inkomen. Afhankelijk van je inkomen ontvang je 33,15 tot 52% van het gedoneerde bedrag terug. Sinds 1 januari 2006 betaalt het Kriya Yoga Centrum als goed doel 0% successie/ en schenkingsrecht.

Voorwaarden:

Je betaalt voor een periode van minimaal 5 jaar een vast bedrag per jaar;

De schenking wordt per notariële akte vastgelegd.

Rekenvoorbeeld bij een inkomstenbelastingtarief van 42%

	Zonder akte	Met akte
Jaarlijkse schenking	€ 100	€ 172
Teruggave belasting	€ 0	€ 72
Netto schenking	€ 100	€ 100

De **voordelen** op een rij:

- Het gehele bedrag van de periodieke schenking is aftrekbaar van het belastbaar inkomen;
- De fiscus betaalt een aanzienlijk deel van de schenking;

- Het Kriya Yoga Centrum is voor een periode van minstens vijf jaar verzekerd van je steun en zo krijgen we meer inzicht in onze inkomsten over een langere periode en kunnen we makkelijker meerjarige projecten zoals een verbouwing steunen.

Zo geregeld!

Je kunt de akte door een notaris van je eigen keuze laten opstellen. De kosten (ca. € 125) komen voor je eigen rekening, maar je kunt deze kosten natuurlijk ook aftrekken van het totale schenkingsbedrag.

2. Eénmalige giften

Ook zonder notariële akte kunnen giften voor de Stichting KYM aftrekbaar zijn. Voorwaarde is dan wel dat de totale som van je giften aan goede doelen in een jaar boven de 1% van het bruto inkomen uit komt. Omdat echter veel mensen niet boven die 1% uit komen, is het doorgaans gunstig om via een notariële akte te schenken omdat er dan geen belastinggrens geldt.

INFO

Voor informatie over notarissen bij je in de buurt, over erfrecht of schenkingsrecht kun je onder meer terecht op www.notaris.nl of bij de Notaristelefoon: 0900 - 346 9393 (09.00 - 14.00 uur, ca. 25 eurocent p/m).

Wil je meer lezen over fiscale voordelen van schenkingen, kijk op www.belastingdienst.nl of bel de Belastingtelefoon: 0800 - 0543 (gratis). Als je vragen hebt ivm schenkingen specifiek voor de Stichting Kriya Yoga of voor Hand-in-Hand kan je bellen met Peter van Breukelen, tel. 040-2265576 of met Hanneke Drost, tel. 010-4524214.

Internationale adressen - Kriya Yoga Centra

Nederland	Sterksel: Rajarshi Peter van Breukelen	Kriya Yoga Centrum Heezerweg 7 6029 PP Sterksel tel. 040-2265576 e-mail: info@kriyayogameditatie.nl web: www.kriyayogameditatie.nl
Oostenrijk	Tattendorf: Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda	Kriya Yoga Zentrum Pottendorferstr. 69 A-2523 Tattendorf tel.0043 2253 81491 fax 0043 2253 80462 e-mail: kriya.yoga.centre@aon.at web: www.kriyayoga-europe.org
VS	Kriya Yoga Ashram	24757 SW 167 Ave. Homestead FL 33031-1364 USA tel. 001-305-2471960 fax 001-305-2481951 e-mail: institute@kriya.org web: www.kriya.org
India	Balighai Ashram	Hariharananda Gurukulam Balighai Post. Chaittanna Puri – 2 Orissa tel. 0091-6752 246644 e-mail: seva@prajnanamission.org
	Cuttack:	Kriya Yoga Ashram Nimapur p.o. Jagatpur Cuttack 754021 tel. 0091-671-2491724 e-mail: pmission@sify.com

Kriya Yoga contactadressen

België	Kortrijk: Jos Ide	Tulpenlaan 2 8500 Kortrijk tel. 0032-56-216719
---------------	----------------------	--