

## ***Inhaltsangabe***

<i>Vorwort</i>	3
<i>Kriya Yoga Neuigkeiten</i>	4
<i>"Atem und Meditation" von Paramahansa Hariharananda</i>	7
<i>"Die Acht Kräfte Gottes" von Paramahansa Hariharananda</i>	12
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum unter der Leitung von Paramahansa Prajnanananda</i>	18
<i>Programme in Europa unter der Leitung von Paramahansa Prajnanananda</i>	19
<i>Kriya Yoga Programme in Europa unter der Leitung von Paramahansa Prajnanananda</i>	20
<i>Sämtliche Kriya Yoga Programme in Europa für das Jahr 2008</i>	21
<i>Programme im Kriya Yoga Zentrum</i>	28
<i>Wie komme ich nach Sterksel</i>	30
<i>Hausregeln in Sterksel</i>	31
<i>Über Kriya Yoga</i>	33
<i>Publikationen</i>	34
<i>Das Kriya Yoga Zentrum in Sterksel</i>	38
<i>Kontaktadressen Kriya Yoga Gruppen</i>	39





## **Vorwort**

**H**iermit erhältst Du das Rundschreiben 2008.  
Dieses Jahr feiern wir das fünfzehnjährige Jubiläum des Kriya Yoga Zentrums. Auch in diesem Jahr sind wiederum viele Aktivitäten geplant.

Wir freuen uns besonders, dass Paramahamsa Prajnanananda vom 20. Juni bis einschliesslich 29. Juni, nach Sterksel kommt.

Wir laden Dich herzlich ein, an den Programmen teilzunehmen.

Paramahamsa Hariharananda sagt:

*“Jedes menschliche Wesen wird zur Selbst-Verwirklichung geboren.*

*Dieses Selbst oder diese Seele ist immerzu im Körper.*

*Man sollte die Seele in jeder Tätigkeit wahrnehmen.”*

Auf Wiedersehen in der Meditation.

Peter van Breukelen

Kriya Yoga Zentrum  
Heezerweg 7  
NL - 6029 PP Sterksel  
Tel.: 0031-40-2265576  
Fax: 0031-40-2265612



## ***Kriya Yoga Neuigkeiten***

### *Neue Kriya Yoga Lehrer*

**W**ährend der Abschlussfeier des 100. Geburtsjahres von Paramahansa Hariharananda in Cuttack, Indien wurde im letzten Jahr eine Anzahl neuer Kriya Yoga Lehrer ernannt. Es freut uns besonders, dass in Europa drei neue Yogacharyas tätig sein werden, und zwar: Claudia Cremers und Petra Helwig aus den Niederlanden und Uschi Schmidtke aus Deutschland. Sie werden auch Einweihungen geben und Meditationen leiten.



*Vor dem Samadhi Mandir von Paramahansa Hariharananda in Balighai: v.l.n.r.,  
Yogacharya Claudia Cremers; Haneke Drost, Sekretärin der Stiftung Hand in  
Hand Niederlande; Paramahansa Prajnanananda; Rajarshi Peter van Breukelen;  
Yogacharya Petra Helwig*



## *Ein neues Dach*

**D**as Kriya Yoga Zentrum in Sterksel hat ein neues Dach bekommen. Dank vieler Spenden und der Hilfe von Freiwilligen konnten ca. 800 m<sup>2</sup> erneuert werden. Leckagen gehören nun der Vergangenheit an und die Isolation wurde sehr verbessert. Das neue Dach besteht aus umweltfreundlichem Gummimaterial. Allen, die hierzu mit ihren Spenden oder ihrer Arbeit beigetragen haben, herzlichen Dank!



## *Fünfzehn Jahre Kriya Yoga Zentrum*

**A**m 6. August 2008 ist es 15 Jahre her, dass Paramahansa Hariharananda unser Zentrum eröffnet hat.

Wir möchten dies gemeinsam feiern. Alle Kriya Yoga Eingeweihten sind an diesem Tag herzlich willkommen. Die Meditationen am 6. August 2008 werden um 07:30 - 11:30 - 17:00 und um 19:00 Uhr stattfinden. Gegen 13:00 wird ein Festmahl serviert. Bitte meldet euch rechtzeitig an, wenn ihr mitfeiern möchtet (für Mahlzeit und/oder Übernachtung). Wir freuen uns auf euer Kommen.



## *Die Website des Kriya Yoga Zentrums*

**L**inks oben auf der ersten Seite unserer Website ist eine Glocke abgebildet. Klickt man diese Glocke an, erhält man einen Überblick der Kriya Yoga News. Diese Seite bietet auch eine Übersicht über alle Kriya Yoga Programme, sowohl in Sterksel als auch in ganz Europa. Die Website lautet:

[www.kriyayoga-meditatie.nl](http://www.kriyayoga-meditatie.nl)



*Swami Hariharananda Giri im Kriya Yoga Zentrum, 1994*



# ***Atem und Meditation***

***von Paramahansa Hariharananda***

*Ein Auszug aus 'Ocean of Divine Bliss', The Complete Works of  
Paramahansa Hariharananda, Band 8, Kapitel 5*

In der Bibel (Genesis 1:27) steht: "Gott erschuf Mann und Frau nach seinem Ebenbilde und er hauchte seinen Lebensatem in ihre Nasenlöcher." Wir wurden nach dem Ebenbild Gottes erschaffen, aber meistens nimmt der gewöhnliche Mensch dies nicht wahr. Gott ist rein und vollkommen. Er ist freundlich und liebevoll. Wir alle sind Abbilder Gottes in der Reinheit, Vollkommenheit, Freundlichkeit und der Barmherzigkeit. Die Ursachen unserer fehlenden Wahrnehmung sind unsere Unwissenheit und unsere Lebensführung im Stadium der Selbsttäuschung.

Gott ist allgegenwärtig. Unser Atem ist Gottes Atem. Wir leben, weil der Atem Gottes durch unsere Nasen strömt. Wir sind die lebendige Kraft Gottes. Obwohl Er formlos ist, sagte Gott, dass Er uns nach seinem Ebenbilde erschuf. Zwar leben wir als Form, jedoch besitzt der Körper ein formloses Gegenstück. Hinter diesem sichtbaren Körper verbirgt sich die Gegenwart der unsichtbaren Seele. Die Form des Körpers begleitet uns, um diese Schöpfung schöner und göttlicher zu machen. Der Körper dient unserer Evolution.

Das Konzept der Formenhaftigkeit innerhalb der Schöpfung, dient ausschließlich der Gottesverwirklichung. Du bist die Kraft Gottes. Du solltest Gott wahrnehmen und Gott verwirklichen, aber stattdessen vergißt du immerzu dein Selbst. Du vergeudest deine wertvolle Zeit unnötigerweise, indem du viele Handlungen verrichtest ohne das richtige Denken und ohne die richtigen Entscheidungen zu treffen. Du weißt nicht, wo du dich befindest oder was du gerade tust. Du kennst weder die Gegenwart Gottes in dir, noch weißt du, wer der Führer deines Lebens ist. Du weißt nicht von wo aus Er dich führt oder auf welche Weise Er dies tut. Wenn du dein Bewußtsein bittest, Ihn aufrichtig zu suchen, dann wirst du wahrnehmen, dass der Atem den du nimmst, von Gott gegeben wird. Die Grundlage unseres



Lebens ist der Atem. Der Atem ist unser Leben. In den Schriften der Yogis gibt es hierzu einen wunderbaren Vers:

*Ayur vayuh balam vayuh, vayuh dhata sharirinah, vayuh sarvam idam ishvam, vayuh pratyaksha devata.*

‘Der Atem ist deine Lebensdauer. Der Atem ist deine Kraft. Der Atem ist der Erhalter deines Lebens. Die Schöpfung ist im Atem gegründet. Der Atem ist die unmittelbar wahrnehmbare Göttlichkeit Gottes. ’

*Ayur vayuh*; der Atem (die Luft, die wir einatmen) bestimmt unsere Lebensdauer. Der Atem ist nicht nur die Ursache unseres Lebens, er reguliert ebenso unser Lebensqualität. Wie der Atem, so der Geist - und wie der Geist, so der Mensch. Üben wir eine langsame, lange und tiefe Atmung, so wird das Leben aktiver und friedvoller sein. Diejenigen, die schnell atmen haben eine kurze Lebensdauer. In der Natur ist dies deutlich erkennbar. Langsame Atmung bedeutet längeres Leben.

*Balam vayuh*; der Atem ist deine Lebenskraft. Der Körper ist aktiv aufgrund der Atmung. Ohne die Atmung kann der Körper weder stehen, noch irgendeine Arbeit verrichten. Wir haben Energie, weil wir atmen. Wir können gehen, arbeiten und sogar kämpfen, weil wir atmen. Wenn du nicht mehr atmen kannst, dann bist du ein toter Körper.

*Vayuh dhata sharirinah*; der Atem unterstützt die Erhaltung des Körpers. Alle Menschen leben, weil sie atmen. Es ist der Atem Gottes. Der Atem ist die Ursache von Schönheit und Pracht. Ist dort keine Atmung mehr, so wird derselbe wunderschöne Körper nicht länger schön bleiben und langsam in Verwesung übergehen.

*Vayuh sarvam idam ishvam*; dies bedeutet, dass die Luft die ganze Welt durchdringt. Der Atem ist alldurchringend im Körper-Universum und darum ist dort Leben. Ohne die Atmosphäre, die Luft, gibt es keine Schöpfung. So wie der Atem Leben ist, so ist die Liebe zum Atem, die Liebe zur ganzen lebendigen Schöpfung.

*Vayuh pratyaksha devata*; Luft ist die lebendige Gegenwart Gottes. Der Atem ist der einfache Weg, um sich mit Gott in





Verbindung zu setzen. In den Upanishaden steht auch geschrieben "Atem ist Gott":

*Pranam iti vijanat.*

'Erkenne das *prana*, oder den lebensspendenden Atem als Brahman.' Ebenso steht in der Hatha Yoga Pradipika (2:2):

*Chale vate chalam chittam nischale nischalam bhavet.*

'Ist der Atem ruhelos, so ist auch der Geist ruhelos.'

Wenn der Atem schnell geht, beispielsweise im Stadium von Leidenschaft oder Ärger, so wird man ruhelos. Diese Ruhelosigkeit ist nicht nur auf das schneller schlagende Herz beschränkt, sie breitet sich aus auf jede Zelle des Körpers. Diese erkennbare Ruhelosigkeit stört den Fluß der Lebensenergie sowie die Aktivität des Körpers. Ebenso wird die Ruhe des Geistes gestört. Lernt man andererseits, den Atem zu regulieren, so kann man auf natürliche Weise die Ruhe des Geistes und des Lebens wahrnehmen. Daher sprechen die Yogis stets von Atemkontrolle. *Pranayama* ist die Kunst der Regulierung des Atemstromes im Körper.

Wenn sich die Umgebung oder die Situation verändert, so verändert sich auch die Natur des Atems. Ist der Atem ruhig, beispielsweise so, als höre man zu, dann ist auch der Geist ruhig. Die Transformation deines Atems ist der einfachste Weg zur Beruhigung des Geistes und Lebens.

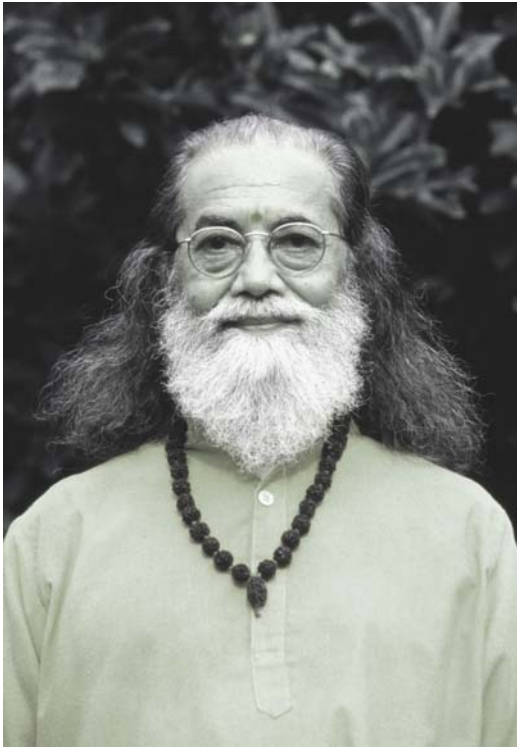
Auf welche Weise werden wir unruhig? Wie können wir ruhig werden? Beobachtest du dies, so kannst du leicht den Atem als Verursacher erkennen. Sei dir deiner göttlichen Natur bewußt. Erkenne den Zweck deines Lebens. Gott schuf die Menschen nach seinem eigenen Ebenbild. Das bedeutet, dass deine Beschaffenheit die Beschaffenheit Gottes ist. Gott erschuf Kühe und andere Tiere mit Wirbelsäulen horizontaler Ausrichtung. Sie haben kein rationales Vermögen. Deine Wirbelsäule ist vertikal und das befähigt dich zur Weiterentwicklung, zu schnellerem Wachstum. Gott tat sein Äußerstes, um ein rationales Wesen zu erschaffen. In der Taittiriya Upanishad (2:6) steht:

*sa tapo'tapyata, sa tapastaptva.*

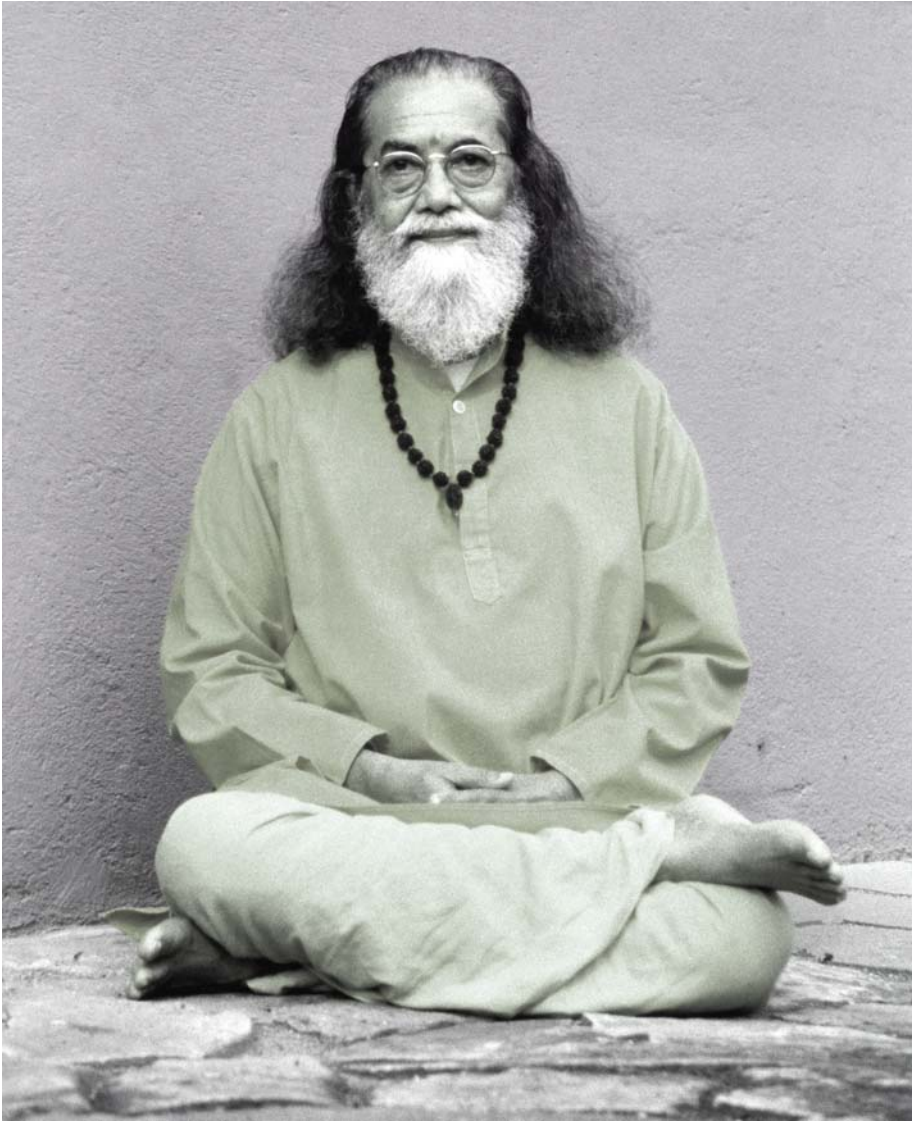


‘Er (die Höchste Seele) wünschte sich: “Laß mich viele werden – laß mich geboren werden.” ’

Er übte Askese und kontemplierte tief darüber, wie ein rationales Wesen zu schaffen sei. Dann erschuf Er Mann und Frau und trat in sie ein. Nur menschliche Wesen können ihre teuflischen Angewohnheiten, ihre Hochs und Tiefs, Fallstricke, Unzulänglichkeiten, ihren Ärger, Stolz und all ihre schlechten Eigenschaften verändern. Dann werden sie ihre eigene göttliche Natur wahrnehmen. Eine solche Transformation ist mit Hilfe des Atems leicht und einfach möglich. Dergestalt ist die Kunst und die Wissenschaft der Meditation, die jeder spirituelle Sucher meistern sollte.



*Paramahansa Hariharananda in den 80er Jahren*





# **Die Acht Kräfte Gottes**

**von Paramahansa Hariharananda**

Ein Auszug aus: 'Ocean of Divine Bliss', The Complete Works of  
Paramahansa Hariharananda, Band 8, Kapitel 10

**D**ie Isha Upanishad ist der letzte Teil des Yajur Veda. Sie spricht von der Wahrnehmung beständiger Einheit. Sie beginnt mit dem Mantra *ishavasyam* und spricht über Isha oder Ishwara: die Kraft Gottes. Wer ist Gott? Gott durchdringt alles, ist überall anwesend und allmächtig. Gott ist überall gegenwärtig, doch zeigt sich seine göttliche Kraft unterschiedlich, an verschiedenen Orten und in verschiedenen Schöpfungen. Obwohl die Kraft Gottes alles durchdringt, zeigt sich diese göttliche Kraft unverkennbar in den Chakren und in den unterschiedlichen Bewusstseinstufen der Menschheit.

In den Upanishaden werden acht Stadien der göttlichen Kraft beschrieben. Sieben Stadien befinden sich in den sieben Zentren oder Chakren der Wirbelsäule. Das achte Stadium, das sich über dem siebten befindet, ist alles durchdringend und vollkommen. Jedes menschliche Wesen hat sieben cerebrospinale Energiezentren: *muladhara*, *svadisthana*, *manipura*, *anabata*, *vishuddha*, *agya* und *sahasrara*. Von diesen sieben befinden sich fünf in der Wirbelsäule und die übrigen zwei im Gehirn.

## ***Vishwa, das Spiel des Universums***

**D**as *muladhara chakra* oder auch Steißbeinzentrum ist der Ort der materiellen Erfüllung. Hierauf konzentrieren sich alle menschlichen Handlungen in erster Linie. Tag und Nacht sind die Menschen mit der Ansammlung materieller Schätze beschäftigt. Dies ist das erste Stadium der Kraft Gottes und wird (in den Veden) *vishwa* genannt. Dieses Chakra steht für das Element Erde und *vishwa* bedeutet alles durchdringend. Wie das Universum ist es überall vorhanden. Hier manifestiert sich das



Ego zuerst – “Ich bin reich und wohlhabend.” Der Mensch vergisst dabei, dass er mit leeren Händen in diese Welt kam und sie auch mit leeren Händen verlassen wird. Nichts kann mitgenommen werden. Ist man sich jedoch der göttlichen Kraft von *vishva* bewusst, fühlt man, dass man ein Kind Gottes ist. Die Besitztümer eines solchen Menschen sind nicht klein, sie umfassen das ganze Universum. Sein Heim ist nicht klein oder groß, es umfasst die gesamte Welt.

### *Virata, das endlose Stadium*

**D**as *svabhastana* oder auch Kreuzbein Zentrum ist der Ort des körperlichen Vergnügens, der Liebe und Leidenschaft, der Familie und Kinder. Das zweite Stadium ist das zweite Zentrum, dessen göttliche Kraft *virata* genannt wird. *Virata* bedeutet: ‘ohne Ende’ oder ‘groß’ oder auch ‘ausgedehntes Königreich’. Hier hat der Mensch sexuelles Verlangen, das von Natur aus endlos ist. Selbst nach wiederholtem Genießen ist der menschliche Geist noch nicht zufrieden. Niemand wird jemals durch Genuß Zufriedenheit erlangen. Meditiert man aber und nimmt die göttliche Kraft als *virata* wahr, fühlt man, dass man mit Disziplin der Beherrscher seines Lebens wird und erkennt man die Unendlichkeit seiner Existenz. Wir sind die grenzenlose Kraft Gottes.

### *Taijas, die strahlende Kraft*

**I**n dem *manipura chakra* brennt unaufhörlich das *vaishvanara* Feuer. *Vaishvanara* bedeutet, dass man unaufhörlich verzehren und verdauen möchte. Nahrung wird verdaut, einverleibt und die Abfallstoffe werden durch die Verdauungskraft dieses Zentrum ausgeschieden. Der Name dieser göttlichen Kraft ist *taijas*. Dies bedeutet: Strahlen, Klarheit, Licht und Erleuchtung. Wird Nahrung auf die rechte Weise verdaut und aufgenommen, dann bekommt man ein brilliant funktionierendes Gehirn, einen gesunden Verstand und eine helle Ausstrahlung. Gute Nahrung schenkt eine gute Gesundheit und ein gutes Gedächtnis. Sie ist die



Voraussetzung für ein gesundes und glückliches Leben. Man sollte keine Nahrung zu sich nehmen, nur um den Geschmackssinn zu befriedigen, sondern um der Kraft Gottes im Nabelzentrum zu dienen. Meditiert jemand und fühlt dort im Nabelzentrum die Kraft Gottes, so nimmt er die Nahrung wie eine Opfergabe zu sich. Nicht nur, daß man auf diese Weise eine Beherrschung der Eßgewohnheiten erlangt, man wird auch wahrnehmen, dass Kochen, Servieren, Essen und Verdauen *yajna* ist (spirituelle Opferung). Das ist praktische Meditation.

### *Hiranyagarbha, die goldene Gebärmutter*

**D**as *anahata* (Herzzentrum) ist das kraftvollste und kritischste Zentrum. Es liegt in der Mitte der sieben Chakren. Es ist der Ort des Ichbewußtseins, der Emotion und der Liebe. Dieses Zentrum erzeugt emotionale Umwälzungen und viel Chaos im Leben. Man sollte dort sehr vorsichtig sein. In diesem Zentrum wird die Kraft Gottes *hiranyagarbha* (die goldene Gebärmutter) genannt. Der spirituelle Schatz der Liebe und Anbetung wird bedeckt von einer goldenen Scheibe der Täuschung, der Einbildung und Irrtümer. Durch die Meditation ist es auf einfache Weise möglich, den Knoten des Herzens zu durchdringen, dessen täuschende Kraft zu überwinden und bedingungslose, reine Liebe für alle Menschen zu empfinden.

### *Ishwara, der regierende Herr*

**D**as nächste Zentrum heißt *vishuddha* (Hals- oder Nackenzentrum). Hier ist der Ort des Verstandes, der Philosophie und der Religion. Ebenso spricht und hört man von diesem Zentrum aus. Jede intellektuelle Kommunikation erfolgt von dort aus. Es ist ein sehr kreatives Zentrum, Ort des Raumes oder des Äthers. Die Kraft in diesem fünften Zentrum heißt *ishwara*. Es ist das Vakuumzentrum. Hier ist Gott alldurchdringend. Wenn jemand die Kraft von den fünf unteren Zentren zurückziehen kann und in



das fünfte Zentrum gelangt, so wird er Reinheit und Vollkommenheit wahrnehmen. Das ist *ishwara*.

### *Abhasachaitanya, das aufleuchtende Bewußtsein*

**I**m sechsten Zentrum ist das *ajna chakra*. Dies ist der Ort der Intuition und der beginnenden Meditation. Er wird auch bezeichnet mit dem Wort *kutastha*. *Kuta* bedeutet 'versteckt', 'geheim', 'unteilbar' (Atom) und *stha* bedeutet 'bleiben'. *Kutastha* bedeutet also, 'an einem versteckten, geheimen Ort bleiben - einem Atompunkt gleich.' Dieser Ort wird auch 'Seelezentrum' oder 'Christus'- bzw. 'Krishnazentrum' genannt. Hier wird die Kraft Gottes *abhasachaitanya* (aufleuchtendes Bewußtsein) genannt. Es ist die sechste Kraft Gottes. Dringt die Aufmerksamkeit, beginnend vom Zentrum zwischen den Augenbrauen, acht bis zehn Zentimeter nach hinten gehend bis in die Hypophyse hinein, so kann man, wenn die Aufmerksamkeit dort verweilt, in jenes Zentrum eintreten, in dem die vitale Lebensenergie ihren Wohnsitz hat.

### *Sakshichaitanya, bezeugendes Bewußtsein*

**D**as letzte *Chakra* oben auf dem Kopf heißt *sahasrara* (Fontanelle). Es ist der Ort der Wirklichkeit und der Verwirklichung. Die siebte Kraft Gottes trägt hier den Namen *sakshichaitanya* (bezeugendes Bewußtsein). Befindet man sich dort, fühlt man immer, dass man der Zeuge von allem ist. Man ist frei und unverhaftet. Meditiert man aufrecht und bleibt auf diese Stelle konzentriert, dann begreift man und nimmt wahr, dass Gott überall ist. Dies ist eine Welt im Kleinen und von dieser Welt in Miniaturform aus, ist Gott überall anwesend.



## Pragyana, das Stadium der Weisheit

Die achte göttliche Kraft wird *pragyana* oder Weisheit genannt. Wer unaufhörlich in der Fontanelle bleiben kann, unbeeinflussbar von allen Wahrnehmungen, der vereint sich mit der Göttlichkeit. Dies ist Weisheit. Dieses Stadium ist nicht mit Worten zu beschreiben. Es ist die höchste Stufe des Wissens und verbunden mit einer alles durchdringenden Erfahrung. Daher wird das *pragyanam brahma* Stadium alles durchdringend genannt. Das ist Weisheit. Es durchdringt alles, befindet sich jedoch jenseits der sinnlichen Wahrnehmung. In den Upanishaden steht hierzu:

*Ayamatma brahma*; dieser *Atma* ist Brahman

*Sarvam khalvidam brahma*; was immer hier ist, ist Brahman

*Aham brahmasmi*; ich bin Brahman

*Tat tvam asi*; Du bist Das.

Die Seele ist Brahman. Was immer man im Universum wahrnimmt, ist Brahman. Ich bin Brahman. Du bist Das. Wir alle sind Kinder Gottes und wir alle sind göttlich. In der Isha Upanishad (Mantra 1) steht über *Isha*, der sich im Vakuum befindet: *isha vasyam idam sarvam*: 'Gott ist überall. *Isha* ist alles, was man im ganzen Universum sehen und wahrnehmen kann.

Gott kann nicht ignoriert werden: *yat kincha jagatyam jagat*. Wie unbedeutend etwas auch sei, vielleicht eine Bakterie oder ein kleines Insekt, sei es auch so klein wie ein Punkt, so ist es doch *Isha*.

Man soll die ganze Zeit wachsam sein. Wachsam sein bedeutet, sich des innewohnenden Selbst bewusst zu sein. Was immer man tut, es geschieht durch die Kraft Gottes. Siehst du mit deinen Augen, dann siehst du mit deiner Seele. Nimmst du Nahrung zu dir, gibt deine Seele dir den Appetit. Fühle immer, dass Er dir in jedem Augenblick deines Lebens hilft.

In den Upanishaden steht geschrieben, ein Menschenleben müsste 100 Jahre dauern, um Gott zu verwirklichen. Fast ein Drittel des Lebens wird schlafend





verbracht, in der Jugend beschäftigt man sich mit Freundschaften und nicht mit der Suche nach dem eigenen Selbst, man vergisst. Durch das Üben von Kriya Yoga ist man in der Lage zu erkennen, dass jede Tätigkeit durch die göttliche Kraft ausgeführt wird. Schlechte Eigenschaften können so leicht vermieden werden. Die göttliche Natur wird einem ununterbrochen bewusst sein. Himmel und Hölle sind beide in jedem Menschen vorhanden. Das göttliche Königreich oder der Himmel ist oben, die Hölle ist unten, in den unteren Chakren. Versuche in der Fontanelle zu bleiben. In den Schriften steht hierzu:

*Mana eva manushyanam karana bandha mokshayob.*

‘Nur deine Gedanken sind die Ursache deiner Anhaftung und auch die Ursache deiner Befreiung.’ (Amritabindu Upanishad, Mantra 2)

Bleiben die Gedanken in den unteren Chakren der Täuschung, Vorstellungen und Fehler, bleibt man gebunden. Steigt man höher hinauf, in die höheren Zentren, erlangt man Befreiung. Doch dafür muss man sich anstrengen und kämpfen.

Folge den Lehren der authentischen heiligen Schriften wie Bibel, Torah, Koran, Veden, Upanishaden, Patanjalis Yoga Sutren und Brahmasutra. Die Wahrheit wird dich ans Ziel bringen. Wird sie in deinem täglichen Leben beachtet und befolgt, dann erhältst du bleibende Befreiung.

*Yama* und *niyama* müssen geübt werden. *Yama* bedeutet die Beherrschung des Verstandes, der Gedanken, der Urteilskraft und des Egobewusstseins. *Niyama* heisst, dass man in seinem Leben Werte hat, wie Gebet, Studium und Reinheit. Hierdurch bekommt man *pratyahara* (Nicht Verhaftetsein). Der große Weise Patanjali sagt zu diesem Stadium: *shvasa prashvasayor gati viccheda*. ‘Den ein- und ausgehenden Atem nimmst du nicht wahr, sondern nur die Seele.’ Du bist der kausale Körper und wenn du den göttlichen Ton hörst, gehst du in ihm auf. *Sa laya nadama sbritiba* bedeutet: wie erkennt man, dass man im *pratyahara* Stadium ist? Wenn du den göttlichen Ton hörst, weisst du, dass du Fortschritte gemacht hast. Meditiere aufrichtig und schreite unbeirrt vorwärts



auf deinem spirituellen Weg. Je größer deine Fortschritte sind,  
umso mehr Demut und Liebe wirst du spüren.



*V.l.n.r.: Rajarshi Peter van Breukelen, Paramahansa Haribarananda und Swami  
Prajnanananda während des Kriya Yoga Programmes 1996*



*Paramahansa Prajnanananda unterwegs*



**Programme im Kriya Yoga Zentrum  
unter der Leitung von**

**Paramahansa Prajnanananda**

<i>von</i>		<i>bis einschließlich</i>		<i>Ort</i>
<b>Freitag</b>	<b>20. Juni</b>	<b>Sonntag</b>	<b>29. Juni</b>	<b>Sterksel*</b>

*\*Vortrag, am Freitag, den 20. Juni. Am Freitag, den 27. Juni findet Meditation statt.*

**\*Programmeinteilung:**

<b>Tag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Programm</b>
Freitag	20:00 Uhr	Vortrag (nur am Freitag, 20. 6.) Meditation (Freitag, 27.6.)
Samstag	07:30 Uhr	Meditation
	10:30 Uhr	Einweihung
	17:00 Uhr	Meditation
	19:00 Uhr	Meditation
Sonntag	07:30 Uhr	Meditation
	10:00 Uhr	Fragen und Antworten
	11:30 Uhr	Meditation
	13:00 Uhr	2. Kriya Meditation
	17:00 Uhr	Meditation
	19:00 Uhr	Meditation
Montag.	07:30 Uhr	Meditation
bis einschl. Freitag	10:00 Uhr	Fragen und Antworten
	11:30 Uhr	Meditation
	17:00 Uhr	Erläuterung der heiligen Schriften
	19:00 Uhr	Meditation



**Programme in Europa unter der Leitung von  
Paramahansa Prajnanananda**

<i>von</i>		<i>bis einschließlich</i>		<i>Ort</i>
Donnerstag	17. April	Sonntag	20. April	Tattendorf
Montag	12. Mai	Montag	19. Mai	Camaldoli
Freitag	20. Juni	Sonntag	29. Juni	Sterksel
Mittwoch	29. Oktober	Sonntag	02. Nov.	Hübingen, Seminar
Freitag	05. Sept.	Montag	15. Sept.	Tattendorf



*Swami Prajnanananda Giri*



# ***Sämtliche Kriya Yoga Programme in Europa für das Jahr 2008***

(Änderungen vorbehalten)

<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Organisation</b>	<b>Telefon &amp; E-Mail</b>	<b>Leitung</b>
04.01. - 06.01.	Reykjavík, Island	Valgeir G. Isleifsson	+354-517-4841 vallikriya@yahoo.com	Swami Mangalananda Giri
11.01. - 13.01.	Tenerifa	Maite Saez	+34 922841335 oder +34 616377706 maitesaez@yahoo.com	Swami Mangalananda Giri
18.01. - 20.01.	Poznan, Polen	Magda Kowalska	+48 0607 727014	Swami Mangalananda Giri
25.01. - 27.01.	Tattendorf, Österreich	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
25.01. - 27.01.	Kopenhagen, Dänemark	Hjørleif Chaldea	+45-7799 2828 chaldea@brnet.dk	Peter van Breukelen
01.02. - 03.02.	Sterksel, Niederlande (Niederländisch)	Kriya Yoga Zentrum, Sterksel	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
01.02. - 04.02.	Mallorca	Ingrid Urbach Lilian Freriks	+49 40650 43694 +43 638 726072 ingbach@yahoo.de	Swami Mangalananda Giri
08.02. - 10.02.	Bremen	Lutz Röpcke	+49 421 426658 lutzroepcke@aol.com	Peter van Breukelen
22.02. - 24.02.	Sterksel, Niederlande (nur <u>II. Kriya</u> , Deutsch)	Kriya Yoga Zentrum, Sterksel	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
07.03. - 09.03.	Budapest, Ungarn	Charlotte Fallier	+36-26-313735 fallieri@freestart.hu	Swami Mangalananda Giri
07.03. - 09.03.	Hannover,	Christa Willeck	+49 511 882905 ChristaWilleck@Web.de	Peter van Breukelen
14.03. - 16.03.	Köln	Thomas & Heidrun Slappa Mohr	+49 221 881383 th.mohr@yahoo.de	Peter van Breukelen



Datum	Ort	Organisation	Telefon & E-Mail	Leitung
14.03. - 16.03.	Salzburg, Österreich	Susanne & Peter Walker	+43-662-627481 susanne.walker@aon.at	Swami Mangalananda Giri
20.03. -24.03.	Sterksel, Niederlande (Deutsch)	Kriya Yoga Zentrum, Sterksel	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
21.03. - 24.03.	Tattendorf, Österreich Oster- Schweige Retreat	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
25.03. - 30.03.	Sterksel, Niederlande Arbeitswoche (Deutsch; gratis Aufenthalt)	Kriya Yoga Zentrum, Stekselsel	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
28.03. - 30.03.	Paris, Frankreich	Christian Bazeille	+33-1-43444737 chbazeille@noos.fr	Swami Mangalananda Giri
04.04. - 06.04.	Hamburg	Ingrid Urbach	+49 40650 43694 ingbach@yahoo.de	Peter van Breukelen
04.04. - 06.04.	Warschau, Polen	Mariusz Orzeszek, Krzysztof Pietrak	+48 600182 900 mariusz@krijajoga.pl +48 600499 494 skj@krijajoga.pl	Swami Mangalananda Giri
07.04. - 11.04.	Wroclaw, Polen	Grzegorz Kosturek	+48 0 601 050470 grzegorz@krijajoga.pl	Swami Mangalananda Giri
11.04. - 13.04.	Wroclaw, Polen	Grzegorz Kosturek	+48 0 601 050470 grzegorz@krijajoga.pl	Swami Mangalananda Giri
11.04. - 13.04.	Berlin	Norbert Brell	+49 30 78717014 info@kriya-berlin.de	Peter van Breukelen
17.04. - 20.04.	Tattendorf, Österreich Kriya Yoga Seminar nur für Fortgeschrittene	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda Giri
24.04. - 27.04.	Fatima, Portugal	Ricardo Fernandes, Margarida Agostinho Pires	+351-962664510 pinkdolfiny@hotmail.com	Peter van Breukelen



Datum	Ort	Organisation	Telefon & E-Mail	Leitung
25.04. - 30.04.	Tattendorf, Österreich Arbeitswoche. Aufenthalt gratis	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
01.05. - 04.05.	München	Gerti & Michael Rieser	+49 89 3083939 gm.rieser@Web.de	Swami Mangalananda Giri
02.05. - 04.05.	Sterksel, Holland (Niederländisch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
12.05. - 19.05.	Camaldoli, Umbrien, It. Retreat	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda Giri, Peter van Breukelen
23.05. - 26.05.	Reykjavik, Island	Valgeir G. Isleifsson	+354-517-4841 vallikriya@yahoo.com	Peter van Breukelen
23.05. - 25.05.	Zürich, Schweiz	Andrea Tharmar	+41-44-9511431 andrea.tharmar@freesurf.ch	Swami Mangalananda Giri
30.05. - 01.06.	Tattendorf, Österreich	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
06.06. - 08.06.	London, England	Bertie Cairns	+44 207 2772545 bertie.cairns@virgin.net	Peter van Breukelen
09.06. - 13.06.	Kent, England Retreat	Bertie Cairns	+44 207 2772545 bertie.cairns@virgin.net	Peter van Breukelen
06.06. - 09.06.	Zagreb, Kroatien	Katija Zubcic	+385 91 7998916 margita.surcic@zg.htnet.hr	Swami Mangalananda Giri
13.06. - 15.06.	Mainz	Andreas Dörnfeld	+49 6131 9073908 doernfeld@gmx.net	Swami Mangalananda Giri
20.06. - 29.06.	Sterksel, Holland (Englisch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda Giri, Peter van Breukelen



Datum	Ort	Organisation	Telefon & E-Mail	Leitung
04.07. – 09.07.	Budapest, Ungarn; Retreat	Charlotte Fallier	+36-26-313735 fallierl@freestart.hu	Swami Mangalananda Giri
11.07. – 13.07.	Riga, Latvia	Dzintars Vilnis Korns	+371-941-7596 dzintars.korns@apollo.lv	Swami Mangalananda Giri
05.08. – 10.08.	Sterksel, Holland (Deutsch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
15.08. – 20.08.	Tattendorf, Österreich Arbeitswoche, Aufenthalt gratis	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
22.08. – 24.08.	Stettin, Polen	Piotr Kaczmarczyk, Dariusz Witkowski	+48 692 499028 +48 508 262985 kyoga@vp.pl	Swami Mangalananda Giri
26.08. – 28.08.	Katowice, Polen	Joachim Piszczan	+48-32-3460152 joachim@krijajoga.pl	Swami Mangalananda Giri
29.08. – 31.08.	Krakow, Polen	Elzbieta Blazewska	+48 501 181855 elzbieta.nitya@krijajoga.pl	Swami Mangalananda Giri
05.09. – 15.09.	Tattendorf, Österreich	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda Giri, Peter van Breukelen
12.09. – 14.09.	Sterksel, Holland (Niederländisch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
19.09. – 21.09.	Warschau, Polen	Mariusz Orzeszek, Krzysztof Pietrak	+48 600182 900 mariusz@krijajoga.pl +48 600499 494 skj@krijajoga.pl	Peter van Breukelen
03.10. – 05.10.	Paris, Frankreich	Christian Bazeille	+33-1-43444737 chbazeille@noos.fr	Peter van Breukelen
03.10. – 05.10.	Hamburg	Ingrid Urbach	+49 40650 43694 ingbach@yahoo.de	Swami Mangalananda Giri





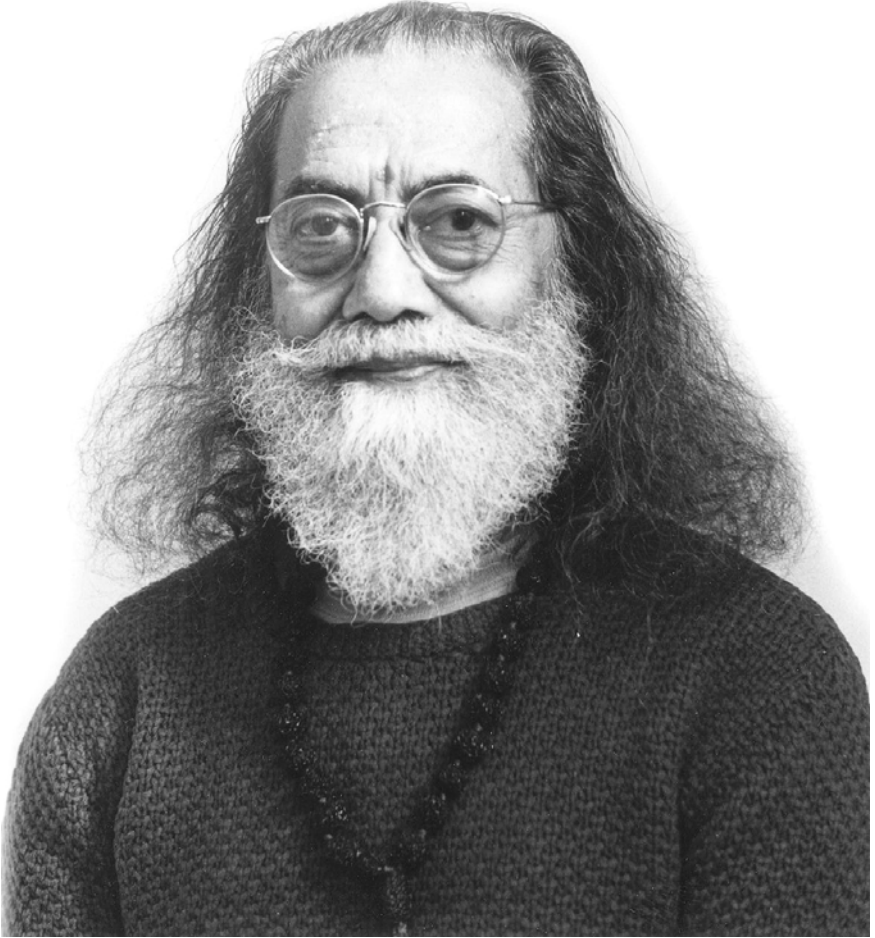
Datum	Ort	Organisation	Telefon & E-Mail	Leitung
10.10. - 12.10.	Sterksel, Holland (nur II. Kriya, deutsch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
10.10. - 12.10.	Graz, Österreich	Heinz Medek	+43 -3172-30058 heinzmedek@aon.at	Swami Mangalananda Giri
13.10. - 19.10.	Sterksel, Holland Arbeitswoche (deutsch; gratis Aufenthalt)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
17.10. - 19.10.	Zagreb, Kroatien	Katija Zubcic	+385 91 7998916 margitasurcic@zg.htnet.hr	Swami Mangalananda Giri
24.10. - 26.10.	Malmö, Schweden	Peter Strinnö	+46 46 20 30 42 peter@responsability.se	Swami Mangalananda Giri
27.10. - 28.10.	Malmö, Schweden Retreat	Peter Strinnö	+46 46 20 30 42 peter@responsability.se	Swami Mangalananda Giri
29.10. - 02.11.	Frankfurt  International Retreat	Elke Streck & Wolfgang Lang	tel. +49-6776-959358 fax. +49-6776-959364 e.streck@Web.de	Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda Giri, Peter van Breukelen
07.11. - 09.11.	Tattendorf, Österreich	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
14.11. - 16.11.	München	Gerti & Michael Rieser	+49 89 3083939 gm.rieser@Web.de	Peter van Breukelen
14.11. - 16.11.	Berlin	Norbert Brell	+49 30 78717014 info@kriya-berlin.de	Swami Mangalananda Giri
21.11. - 23.11.	Sterksel, Holland (niederländisch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen
21.11. - 23.11.	Nürnberg	Agnes Hirl	+49 911 4642554 agnes.hirl@t-online.de	Swami Mangalananda Giri



Datum	Ort	Organisation	Telefon & E-Mail	Leitung
28.11. - 30.11.	Duisburg	Georg Bergendahl	+49 6203 475071	Peter van Breukelen
28.11. - 30.11.	Budapest, Ungarn	Charlotte Fallier	+36-26-313735 fallierl@freestart.hu	Swami Mangalananda Giri
05.12. - 07.12.	Zürich, Schweiz	Andrea Tharmar	+41-44-9511431 andrea.tharmar@freesurf.ch	Peter van Breukelen
05.12. - 07.12.	London, England	Bertie Cairns	+44 207 2772545 bertie.cairns@virgin.net	Swami Mangalananda Giri
12.12. - 14.12.	Stuttgart	Thomas Vaihinger	+49 7151 68675 +49 7151 1358415 tvaihinger@gmx.de	Swami Mangalananda Giri
24.12. - 01.01.	Tattendorf, Österreich	Kriya Yoga EU Mutterzentrum	tel+43-2253-81491 fax+43-2253-80462 kriya.yoga.centre@aon.at	Swami Mangalananda Giri
24.12. - 01.01.	Sterksel, Holland (deutsch)	Kriya Yoga Zentrum, Holland	+31-40-2265576 kriya.yoga@worldonline.nl	Peter van Breukelen



*Swami Prajnananandaji in Sterksel*



*Paramahansa Haribarananda*



# **Programme im Kriya Yoga Zentrum**

<i>von</i>		<i>bis einschließlich</i>		<i>Programm</i>
Freitag	<b>01. Februar</b>	Sonntag	<b>03. Febr.</b>	Niederländisch
Freitag	<b>22. Februar</b>	Sonntag	<b>24. Febr.</b>	Wochenende nur für 2. Kriya Eingeweihte
Donnerstag	<b>20. März</b>	Montag	<b>24. März</b>	Deutsch
Dienstag	<b>25. März</b>	Sonntag	<b>30. März</b>	Arbeitswoche
Freitag	<b>02. Mai</b>	Sonntag	<b>04. Mai</b>	Niederländisch
<i>Freitag</i>	<i>20. Juni</i>	<i>Sonntag</i>	<i>29. Juni</i>	<i>Englisch</i> <i>(mit Paramahansa</i> <i>Prajnanananda)</i>
Dienstag	<b>05. August</b>	Sonntag	<b>10. August</b>	Deutsch
Freitag	<b>12. Sept.</b>	Sonntag	<b>14. Sept.</b>	Niederländisch
Freitag	<b>10. Oktober</b>	Sonntag	<b>12. Okt.</b>	II. Kriya (Deutsch)
Montag	<b>13. Oktober</b>	Sonntag	<b>19. Okt.</b>	Arbeitswoche
Freitag	<b>21. Nov.</b>	Sonntag	<b>23. Nov.</b>	Niederländisch
Mittwoch	<b>24. Dez.</b>	Donnerstag	<b>01. Jan.</b>	Deutsch

2009

Während der Arbeitswochen vom 25. März bis 30. März und vom 13. bis 19. Oktober 2008 ist um 7.30 Uhr und um 19.00 Uhr Meditation. Tagsüber wird im Gebäude und im Garten gearbeitet. Während der Arbeitswochen ist der Aufenthalt gratis!

Die Wochenenden vom 22. bis einschließlich zum 24. Februar sowie vom 10. Oktober bis einschließlich zum 12. Oktober sind nur zugänglich für Eingeweihte in die 2. Kriya Yoga Technik.



## Programmeinteilung:

<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Programm</i>
Freitag (bei Programmbeginn)	20:00 Uhr	Vortrag - niederländische Programme
	20:00 Uhr/ 21:30 Uhr	Meditation - deutsche Programme/ Meditation - niederländische Programme
Samstag	07:30 Uhr	Meditation für Eingeweihte
	10:30 Uhr	Einweihung
	17:00 Uhr	Meditation
	21:00 Uhr	Meditation
Sonntag	07:30 Uhr	Meditation
	11:30 Uhr	Meditation
	13:00 Uhr	Meditation Eingeweihte 2. Kriya
	16:00 Uhr	Meditation
Montag bis einschl.	07:30 Uhr	Meditation
	11:30 Uhr	Erläuterungen zur Kriya Yoga Technik und Meditation
	17:00 Uhr	Meditation
Donnerstag	19:00 Uhr	Meditation
Freitag (bei längeren Programmen)	07:30 Uhr	Meditation
	11:0 Uhr	Meditation
	17:00 Uhr	Meditation



*Peter van Breukelen im  
Kriya Yoga Zentrum*

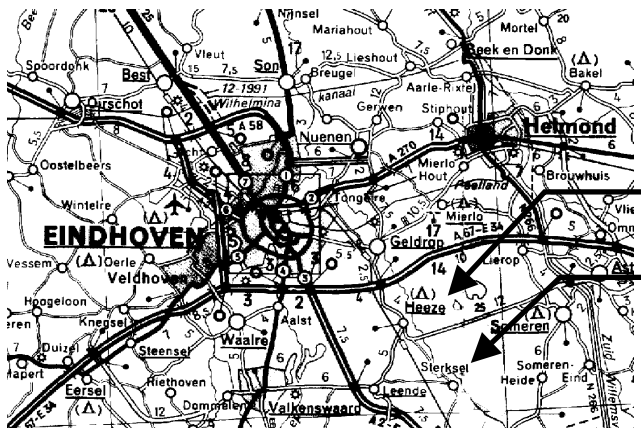


## ***Wie komme ich nach Sterksel?***

Die Adresse des Kriya Yoga Zentrums lautet:

Heezerweg 7  
6029 PP Sterksel  
Niederlande  
Tel. (0031) 40 22 65576  
Fax (0031) 40 22 65612

Wenn dich jemand in Sterksel anrufen will:  
Tel. (0031) 40 22 65681 (Münztelefon)



Bahnhof  
Heeze

Kriya Yoga  
Zentrum

### **Anreise mit dem Auto**

1. A 67 Richtung Venlo-Eindhoven
2. Abfahrt Geldrop/Heeze
3. Von Heeze aus ist Sterksel ausgeschildert.

oder:

1. A2 Richtung Maastricht-Eindhoven
2. Abfahrt Leende

Von Leende aus ist zuerst Heeze, dann Sterksel  
ausgeschildert.



## **Anreise mit dem Zug**

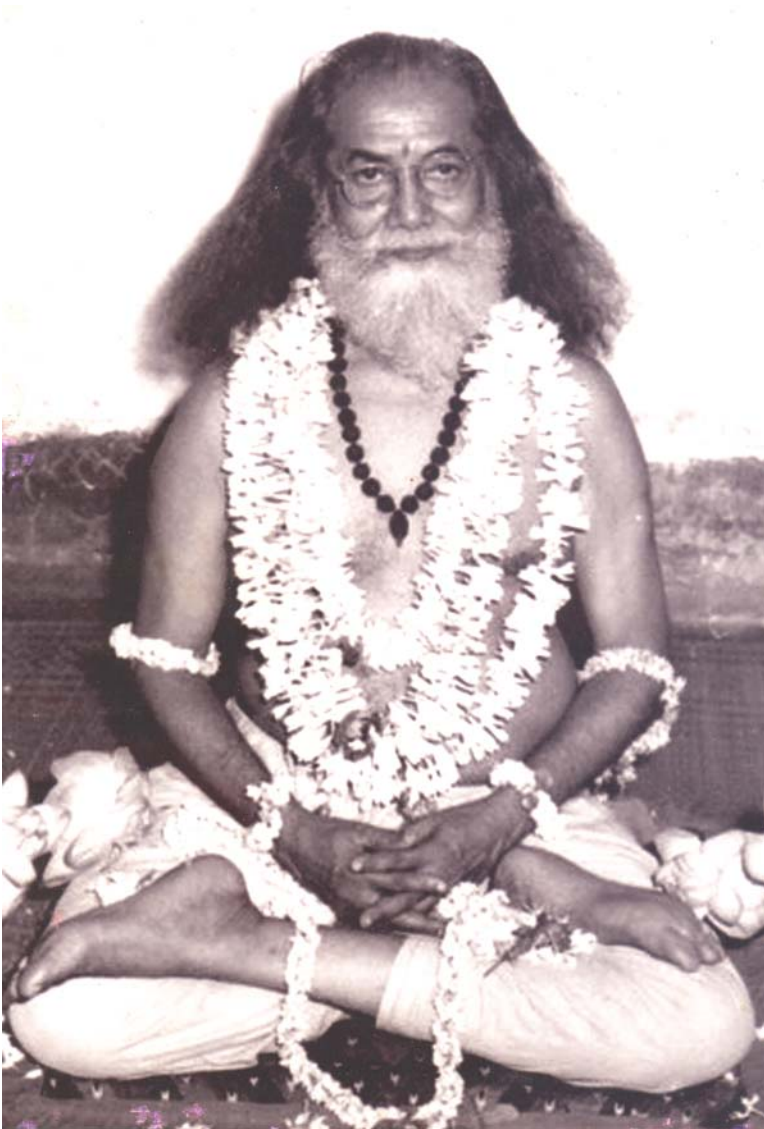
Von Eindhoven, Richtung Weert auf Gleis 4. Abfahrt 2 Mal stündlich; um XX:04 und um XX:34. Sonntags sowie Werktags ab 20:00 fährt der Zug nur einmal stündlich um XX:34. Fahrtzeit: 10 Min. Aussteigen in Heeze.

Von Heeze aus mit dem Bus nach Sterksel. Abfahrt alle 1½ Stunden zwischen 8.00 und 20.00 Uhr außer Sonntags. Es ist auch möglich, vom Bahnhof Heeze aus abgeholt zu werden (nach telefonischer Absprache 1 Tag vor dem Tag der Anreise).

## ***Hausregeln in Sterksel***

- Kosten: € 80,- für ein Wochenende in einem 4-6 Personen Schlafzimmer; inkl. vegetarische Mahlzeiten. Jeder zusätzliche Tag kostet € 40,- mehr.
- Kissenbezüge, Bettlaken und Bettdeckenbezüge müssen mitgebracht werden.
- Der Genuß von Zigaretten und Alkohol ist nicht erlaubt.
- Es dürfen keine Haustiere mitgebracht werden.
- Die Anmeldung erfolgt mit dem beiliegenden Anmeldebogen (dieser befindet sich im weiteren Verlauf des Rundschreibens).
- Diejenigen, die für eine Kriya Yoga Einweihung kommen, müssen folgendes mitbringen:
  - ◇ 5 Blumen als Symbol der Opferung ihrer 5 Sinnesorgane
  - ◇ 5 Früchte als Symbol der Opferung aller Erfahrungen

Eine Spende von € 150,- als Symbol der Opferung des grobstofflichen Körpers.



*Gurudev Baba Hariharanandaji*





## **Über Kriya Yoga**

- ❖ Dieser Kriya Yoga ist die authentische Meditationstechnik, die durch Babaji Maharaj, Lahiri Mahasaya, Swami Sri Yukteswar und Paramahansa Hariharananda weitergegeben worden ist.
- ❖ Paramahansa Hariharananda ist ein Schüler von Swami Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda. Er hat das Stadium des Nirvikalpa Samadhi, einen Zustand vollkommener Körperbeherrschung erreicht. Er ist 95 Jahre alt geworden und hat am 03. 12. 2002 seinen Körper verlassen.
- ❖ Die Kriya Yoga Meditation ist eine wissenschaftliche Meditations-technik, die gleichzeitig Körper, Geist und Seele entwickelt.
- ❖ Kriya Yoga verbindet verschiedene Yogaformen zu einer konzentrierten, effektiven Technik, um über Körper, Sinnesorgane und Gedanken hinauszusteigen.
- ❖ Der Kriya Yoga beinhaltet einige Atem-, Körper- und Konzentrationsübungen, die die Lebensenergie in kosmisches Bewusstsein transformieren.
- ❖ Das Üben dieser Kriya Yoga Meditation bewirkt die Wahrnehmungen von göttlichem Licht, Ton, göttlicher Schwingung und göttlichem Wissen.
- ❖ 'Kri' bedeutet 'handeln', 'Ya' bedeutet 'Seele'. Kriya ist das Wahrnehmen der Göttlichkeit in allen Wesen, Dingen und Vorgängen.
- ❖ Kriya Yoga ist nicht sektiererisch oder dogmatisch. Kriya Yoga ist die Essenz aller Religionen.
- ❖ Um Kriya Yoga üben zu können, erhält man zuerst eine Einweihung. Während der Einweihung werden Körper und Geist gereinigt, damit man die göttlichen Erfahrungen, Licht, Ton und Schwingung wahrnehmen kann.
- ❖ Jeder, der eine Kriya Yoga Einweihung erhalten hat, kann, gegen einen Spendenbeitrag von mindestens € 6,- pro Meditation, an den Kriya Yoga Programmen teilnehmen.
- ❖ Paramahansa Prajnanananda, Swami Shuddhananda, Swami Mangalananda, Yogacharya Christine Jacobsen, Rajarshi Peter van Breukelen sowie Yogacharya Claudia Cremers, Yogacharya Petra Helwig und Yogacharya Uschi Schmidtke geben an vielen Plätzen Europas Einweihungen und Begleitung in der Meditation.



## Publikationen

### ***Kriya Yoga von Paramahansa Hariharananda***

Einführung in die große yogische Philosophie und ein praktisches Handbuch zur Selbstverwirklichung. (Ausgaben in niederländisch, englisch und deutsch). Niederländische Ausgabe € 18,-, englische Ausgabe € 20,-, deutsche Ausgabe € 14,-

### ***Bhagavad Gita Teil I, II und III von Paramahansa***

**Hariharananda** Interpretation der Bhagavad Gita aus Sicht des Kriya Yoga. Eine spezielle, metaphorische Erklärung der Gottesverwirklichung. Englische Ausgabe in drei Teilen. Preise € 15,- pro Teil.

### ***Isha Upanishad von Paramahansa Hariharananda***

*The ever new metaphorical Interpretation for Soul Culture*

Eine tiefgründige Erläuterung der in jedem Vers verborgenen Weisheit und deren Bedeutung für die spirituelle Entwicklung. Einfache englische Ausgabe € 5,- niederländische Ausgabe € 13,- (gebunden).

### ***Mahavatar Babaji von Paramahansa Prajnanananda***

*The eternal Light of God* Engl. Ausg. € 10,- deutsche Ausg. € 10,-

### ***Lahiri Mahasaya von Paramahansa Prajnanananda***

Biographie und göttliche Botschaft des großen Yogi, der während er das Leben eines weltlichen Mannes führte, das Königreich Gottes erreichte und die Wissenschaft des Kriya Yoga einer breiten Öffentlichkeit zugänglich machte. Englische Ausgabe € 10,-

### ***Swami Sri Yukteswar von Paramahansa Prajnanananda***

Leben und Lehren eines großen Gurus, dessen Disziplin und rigoroses Training das Leben vieler prominenter Schüler, wie Paramahansa Yogananda und Paramahansa Hariharananda formte und transformierte. Englische Ausgabe € 10,-

### ***Paramahansa Hariharananda, River of Compassion von Paramahansa Prajnanananda***

Die faszinierende Erzählung eines liebenden Schülers und eine Zusammenstellung vieler ergreifender Zeugnisse von Personen, deren Leben von Paramahansa Hariharananda transformiert wurde. Eine Biographie voller Details über Leben und Lehren dieses erleuchteten Meisters. Englische Ausgabe € 20,-

### ***The Bible, the Torah and Kriya Yoga von Paramahansa***

**Prajnanananda** Metaphorical Explanation of the Torah and the new Testament in the light of Kriya Yoga, von Paramahansa Prajnanananda und Paramahansa Hariharananda. Bespricht die Essenz jeder dieser Schriften, wobei der Mensch als lebendige Bibel dargestellt wird.

Englische Ausgabe € 17,-



### ***Words of Wisdom* von Paramahansa Prajnanananda**

Stories and Parables of Paramahansa Hariharananda, zusammengestellt von Paramahansa Prajnanananda. Tiefe Einsichten und Weisheiten eines verwirklichten Meisters in Form von bedeutungsvollen Geschichten und Parabeln. Englische Ausgabe € 10.-

### ***Nectar Drops* von Paramahansa Prajnanananda**

Sayings of Paramahansa Hariharananda, zusammengestellt von Paramahansa Prajnanananda. Worte und Aphorismen eines Meisters, die hohe spirituelle Wahrheiten beinhalten und dazu inspirieren, ein moralisches und spirituelles Leben zu führen. Englische Ausgabe € 10.-

### ***Discourses on the Bhagavad Gita* von Paramahansa Hariharananda / Paramahansa Prajnanananda**

Mit Kriya Yoga als Bezugspunkt und Werkzeug zur Interpretation enthüllt der Autor die verborgene Wahrheit, die in den äußerst komplexen Passagen dieses heiligen Textes enthalten ist. Englische Ausgabe € 10.-

### ***Yoga - Pathway to the Divine* von Paramahansa**

**Prajnanananda** Lectures and lessons given during seminars. Practical guidance in how to live a spiritual life in this material world. Deutsche Ausgabe 'Der Göttliche Weg' € 12,- Englische Ausgabe € 10.-

### ***Path of Love* von Paramahansa Prajnanananda**

Englische Ausgabe € 12.-

### ***Life and Values* von Paramahansa Prajnanananda**

Englische Ausgabe € 12.-

### ***The Universe Within***

**von Paramahansa Prajnanananda** Englische Ausgabe € 12,-

Deutsche Ausgabe '*Das innere Universum*' € 12,-

### ***My Time with the Master***

**von Paramahansa Prajnanananda** Englische Ausgabe € 20,-

### ***Divine Blossoms - The Lineage of the Kriya Yoga Masters***

**von Paramahansa Prajnanananda** Englische Ausgabe € 12,-

### ***Yoga, Der Göttliche Weg***

**von Paramahansa Prajnanananda** Deutsche Ausgabe € 12,-

### ***Mahavatar Babaji, Das Ewige Licht Gottes***

**von Paramahansa Prajnanananda** Deutsche Ausgabe € 10,-

### ***Die Kriya Yoga Meister - Kurzbiographien und Lehrsätze***

**von Paramahansa Prajnanananda** Deutsche Ausgabe € 12,-



***Jnana Sankalini Tantra***

**von Paramahansa Prajnanananda** Englische Ausgabe € 20,-

***Daily Reflections***

**von Paramahansa Prajnanananda** Englische Ausgabe € 15,-

***Gautama Buddha***

**von Paramahansa Prajnanananda** Englische Ausgabe € 4,-

***The Complete Works of Paramahansa Hariharananda***

Soft Cover € 120,-



*Der Speisesaal im Kriya Yoga Zentrum*



## ***Das Kriya Yoga Zentrum in Sterksel***

**D**ank der finanziellen Hilfe vieler konnten wir letztes Jahr das gesamte Dach (800 m<sup>2</sup>) erneuern. Die Kosten hierfür betragen insgesamt € 70.000,-.

Wir hoffen immer noch, dass in der Zukunft unser lang gehegter Wunsch, vier zusätzliche Zimmer anbauen zu können, in Erfüllung gehen wird. Gemeinde und Provinz haben den neuen Bestimmungsplan für das Gebiet, in das unser Zentrum fällt, noch immer nicht vollendet. Dies dauert nun bereits 7 Jahre !

Sobald der neue Bestimmungsplan vorliegt, haben wir eine gute Chance, um mit dem Anbau kurzfristig zu beginnen. Wir möchten gerne hierfür sparen und hoffen auf eure wohlwollende Unterstützung.

Deine Spende kannst du auf die folgenden Konten überweisen:

<b>ABN-Amro Bank</b>	<b>Postbank</b>
IBAN NL 19ABNA0412514931 BIC ABNANL2A	IBAN NL10PSTB0004147957 BIC PSTBNL 21
<i>Adresse:</i> ABN-AMRO Bank Postbus 28 NL - 5590 AA Heeze Niederlande	<i>Adresse:</i> Postbank Niederlande
Zugunsten der Stiftung "Stichting KYM", Heezerweg 7, NL - 6029 PP Sterksel, Niederlande	

☺ **Im Voraus vielen herzlichen Dank für Deinen Beitrag** ☺





## ***Internationale Adressen der Kriya Yoga Zentren***

<b>Niederlande</b>	<b>Sterksel</b>  Rajarshi Peter van Breukelen	Kriya Yoga Centrum Heezerweg 7 6029 PP Sterksel Tel. 0031 40 2265576 Fax 0031 40 2265612 E-Mail: <a href="mailto:kriya.yoga@worldonline.nl">kriya.yoga@worldonline.nl</a> Web: <a href="http://www.kriyayoga-meditatie.nl">www.kriyayoga-meditatie.nl</a>
<b>Österreich</b>	<b>Tattendorf</b>  Paramahansa Prajnanananda Swami Mangalananda	Kriya Yoga Zentrum Pottendorferstr. 69 A-2523 Tattendorf Tel. 0043 2253 81491 Fax 0043 2253 80462 E-Mail: <a href="mailto:kriya.yoga.centre@aon.at">kriya.yoga.centre@aon.at</a> Web: <a href="http://www.kriyayoga-europe.org">www.kriyayoga-europe.org</a>
<b>USA</b>	<b>Kriya Yoga Ashram</b>	24757 SW 167 Ave. Homestead FL 33031 – 1364 Tel. 001 305 2471960 Fax 001 305 2481951 E-Mail: <a href="mailto:institute@kriya.org">institute@kriya.org</a> Web: <a href="http://www.kriya.org">www.kriya.org</a>
<b>Indien</b>	<b>Balighai Ashram</b>      <b>Cuttack</b>	Hariharananda Gurukulam Balighai Post. Chaitanna Puri – 2 Orissa Tel. 0091-6752 2246788 Kriya Yoga Ashram Nimapur p.o. Jagatpur Cuttack 754021 Tel. 0091 671 2491724



*Brahmachari Robinarayan (Swami Hariharananda Giri) um 1940*



*Rajarsi Peter van Breukelen*