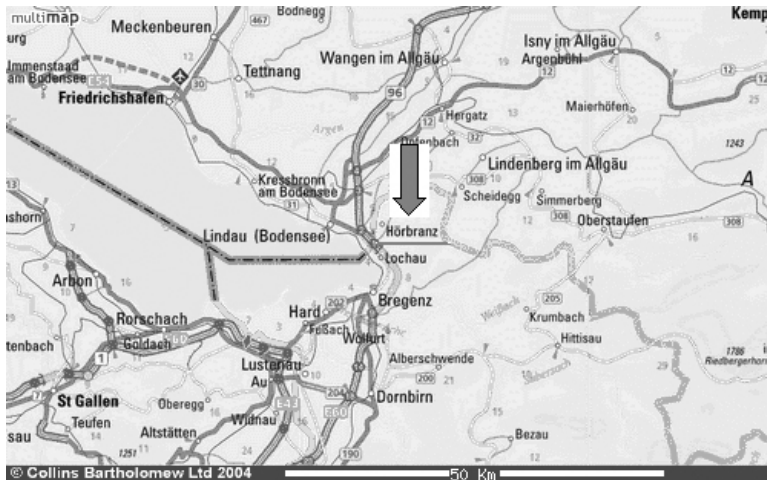




PARAMAPADMA DHIRANANDAJI wurde 1937 in Kolkata in Indien geboren. Seit frühester Jugend mit der klassischen Form des Yoga vertraut, wurde er 1959 im Puri Ashram von seinem Lehrer Paramahansa Hariharanandaji in die Lehre der ursprünglichen Kriya-Yoga Methode nach Babaji, Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswarji und Paramahansa Yoganandaji eingeweiht. Er vollendete alle höheren Kriyas und wurde 1977 autorisiert, Kriya-Yoga im Westen zu lehren, was sich heute hauptsächlich über die Länder Schweiz, Deutschland und Österreich erstreckt. 1982 erreichte er das Ziel des Yoga, den Zustand des Nirvikalpa Samadhi. Dhiranandajis heutiger Wohnsitz ist Bregenz.



#### **Wegbeschreibung**

Durch das Stadtgebiet von Bregenz fahren Sie auf der Hauptstraße am Bodenseeufer entlang Richtung Deutschland. In Lochau finden Sie in Höhe des Bahnhofs einen Kreisverkehr, hier nehmen Sie die 2. Ausfahrt. Nun fahren Sie ca. 3km immer geradeaus Richtung Hörbranz. Nach einer Unterführung kommt eine scharfe links-rechts Kurve, nach dieser Kurve sehen Sie ein großes Fabriks- und Firmengelände auf der linken Seite. Gleich die 1. Türe an der Hauptstraße gelegen, ist der Zugang zum Yogazentrum im 1.Stock. **Gratis-Parkplätze** finden Sie in ausreichender Menge auf der gegenüberliegenden Straßenseite.

**Routenplaner:** [www.hoerbranz.at](http://www.hoerbranz.at)

#### **Busverbindung:**

Beim Yogazentrum befindet sich die Haltestelle „Hörbranz-Sannwald“ der Landbus-Linie 10 (Bregenz – Lochau – Hörbranz). Die Fahrzeit von Bregenz Hauptbahnhof zum Yogazentrum beträgt ca. 15 Minuten.

**Liebe Grüße und herzlich willkommen! Nora Kowalski**

# Kriya Yoga

*Osterseminar in Hörbranz  
Vom 22. - 24. April 2011*



*mit Paramapadma  
Dhiranandaji aus Indien*

[www.kriya-yoga.net](http://www.kriya-yoga.net)

## Was ist Kriya-Yoga?

**Leben ist Yoga - Einheit.** Zunächst bedeutet dies die Erfahrung der Einheit zwischen Körper, Geist und Seele und weiter die Einheit zwischen einer individuellen verkörperten Seele und der allumfassenden göttlichen Seele. Kriya-Yoga ist eine Methode, welche die körperliche, geistige und spirituelle Entwicklung eines Menschen fördert. Dies führt dazu, dass der Zustand von Yoga, also Einheit, allmählich erreicht werden kann. Weiter bedeutet Kriya-Yoga Einheit zwischen Körper, Geist und Seele in jeder Handlung und in jedem Moment des täglichen Lebens.

**In Wahrheit ist das ganze Leben Kriya-Yoga - entweder bewusst oder unbewusst.** Tatsächlich befinden sich alle Menschen in dieser Einheit. Die meisten sind sich dieser Einheit jedoch nicht bewusst. Dies kommt daher, weil sie sich mit ihrem Körper und Geist identifizieren, jedoch keinen bewussten Kontakt mit der Seele, ihrer wahren Identität, haben. Alles Leid, die Sorgen und Ängste sind jedoch nur Vorstellungen des unwissenden menschlichen Geistes. Durch Anwendung der Kriya-Yoga Methode und durch die Gnade Gottes erweitert sich das menschliche Bewusstsein und entwickelt sich zur wahren Identität. Die Dunkelheit der Unwissenheit weicht dem Licht des Wissens und Leiden verwandelt sich in eine immerwährende Glückseligkeit.

**Kriya-Yoga ist eine uralte Methode, die schon in den Yoga Sutren des Patanjali erwähnt wird.** Lange Zeit wurde diese Technik geheim gehalten. Im Jahre 1861 gab Mahavatar Babaji seinem Schüler Lahiri Mahasaya den Auftrag, Kriya-Yoga allen interessierten Menschen zugänglich zu machen. 1920 brachte Paramahansa Yoganandaji die Botschaft des Kriya-Yoga in den Westen. In seinem berühmten Buch "Autobiographie eines Yogi" beschreibt er den Kriya-Yoga anschaulich und lebendig. Diese Schrift von Paramahansa Yoganandaji zeigt auf, wie hilfreich und nützlich dieser Weg gerade auch für uns Menschen der modernen westlichen Welt ist.

**Yoga ist eine der sechs Philosophien Indiens.** Kriya-Yoga ist eine der verschiedenen Yogaarten, die in den Yogaschriften erwähnt werden und ist weder eine Sekte noch eine Religionsgemeinschaft. Vielmehr ist es ein Weg, die eigene wahre Identität wieder zu erlangen, unabhängig von Religion und Glaube. Folgt man diesem Pfad mit Aufmerksamkeit, Hingabe, Liebe und Verständnis, führt dies zu Wissen und Erfahrung über den Schöpfer und seine Schöpfung. Kriya-Yoga kann von allen Menschen dieser Welt praktiziert werden.

**Die authentische Kriya Yoga Meditationsform** wird Ihnen vermittelt durch **Paramapadma Dhiranandaji** aus der Linie der autorisierten Kriya-Yoga Lehrer (Babaji, Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswarji, Paramahansa Yoganandaji und Paramahansa Hariharanandaji).

### Literaturhinweise:

"Autobiographie eines Yogi", von Paramahansa Yoganandaji  
"Yogamrita - die Essenz des Yoga" von Yogi Dhiranandaji

## Tagesprogramme / Informationen

### Freitag, 22. April 2011

08.30 Uhr Beginn für neue Schüler  
09.00 Uhr Einführung in den Kriya-Yoga  
11.00 Uhr Meditation für alle SeminarteilnehmerInnen  
17.00 Uhr Meditation für alle SeminarteilnehmerInnen,

### Samstag, 23. April 2011

09.00 Uhr Meditation für alle SeminarteilnehmerInnen  
17.00 Uhr Meditation für alle SeminarteilnehmerInnen,

### Sonntag, 24. April 2011

09.00 Uhr Meditation für alle SeminarteilnehmerInnen  
11.00 Uhr Meditation nur für SchülerInnen **ab 2. Kriya**  
ca 13.00 Uhr Seminarende

**Kursort:** **Astanga Yogazentrum Hörbranz,**  
Lochauer Straße 2, A-6912 Hörbranz bei Bregenz

**Unterkunft:** Jeder Teilnehmer sorgt selbst für die Unterkunft.  
Hörbranz Tourismus: Telefon +43(0)5573 82222 14  
Hotelliste unter [www.hoerbranz.at](http://www.hoerbranz.at) oder auf Anfrage per Post.

**Kosten:** Neue TeilnehmerInnen inkl. Einführung EUR 205.-  
SchülerInnen im 1. Kriya pauschal EUR 110.-  
SchülerInnen im 2./3. Kriya pauschal EUR 132.-  
Einzelne Meditationen EUR 22.-  
Gruppenleiter: Raummiete pro Tag EUR 5.-  
**Bitte bei Seminarbeginn bar bezahlen (nur in Euro).**  
Bitte beachten Sie, dass wir keine Schecks annehmen können

**Mitbringen:** Bequeme Kleidung (z.B. Trainer), Sitzkissen, Matte oder Wolldecke.

**Anmeldung:** **Nora Kowalski**, Bregenzer Straße 73, A-6911 Lochau  
Mobil +43 (0)664 350 97 82 (auch abends und am Wochenende)  
Tel & Fax +43 (0)5574 532 50  
E-Mail: [nora.kowalski@aon.at](mailto:nora.kowalski@aon.at)

**Alle Informationen zum Seminar auch auf [www.kriya-yoga.at](http://www.kriya-yoga.at)**

**Anmeldung bitte bis spätestens 15. April mailen oder einsenden**

Name:..... Tel:.....

Straße, Nr.....

PLZ/Ort:..... Land:.....

- Ich/wir bin/sind neu und komme(n) zur Einführung plus 6 Meditationen  
 Ich/wir bin/sind SchülerIn(en)im..... Kriya und komme(n) die ganze Zeit (pauschal)  
 Ich/wir komme/n zu folgenden Meditationen: .....