



Paramapadma Dhiranandaji

wurde 1937 als Samir Kumar Ghosh in Kalkutta / Indien geboren. Er ist seit frühester Jugend mit den klassischen Formen des Yoga vertraut und wurde 1959 im Puri Ashram von Swami Hariharananda Giri in die ursprüngliche Technik des Kriya-Yoga eingeweiht. Er vollendete schnell alle höheren Kriyas.

1977 bekam er den Auftrag, Kriya-Yoga im Westen zu lehren. 1982 erreichte er das Ziel des Yoga, den Zustand des Nirvikalpa Samadhi. 1986 gründete er eine Schule

zur Ausbildung von Lehrern in der klassischen Form des Hatha-Yoga. Seit 1997 lebt Paramapadma Dhirananda in Bregenz.

Die KRIYA-YOGA Technik

Die Kriya Technik umfasst eine Kombination von Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen und Meditation, die eine umfassende Entwicklung fördern: körperlich, geistig und spirituell.

Eine spezielle Körperübung sorgt für gute Organ- und Drüsenfunktionen, erweist sich bei vielen Beschwerden als äußerst hilfreich und hält den Körper flexibel. Geistig erhalten wir die Fähigkeit zu besserer Konzentration und mehr Ausgeglichenheit. Wir lernen, mit den Wechselfällen des Lebens besser umzugehen, mit Sorgen, Problemen und Leiden besser fertig zu werden.

Die spirituelle Entwicklung führt uns zum Ziel des menschlichen Lebens, zur Einheit mit unserer wahren Identität, der Seele, und zur Einheit mit Gott.

Das regelmäßige Üben der Technik ermöglicht, immer tiefer und tiefer in die Meditation einzutauchen und Zufriedenheit, Freude, Liebe, Geduld, Toleranz, Demut, Hingabe und Dankbarkeit in sich zu finden.

Kriya-Yoga umfasst sechs Stufen und kann nicht aus Büchern erlernt werden. Nur ein erfahrener Lehrer, der mindestens den vierten Kriya erreicht hat, kann die Technik an Schüler weitergeben.

Seminarort und Hotel:

Best Western Premier Hotel LanzCarré -

Heinz-Haber-Straße 2 (Hotelgarage = Windeckstr.) - 68163 Mannheim

Telefon: +49 (0) 621 860840 - Telefax: +49 (0) 621 86084199

Info@hotel-lanzcarre.bestwestern.de - www.hotel-lanzcarre.bestwestern.de

Wir haben einen großen und ruhigen Yogaraum mit 120 qm und schöne neue Zimmer.

Das Hotel wurde neu gebaut und wurde im Oktober 2009 neu eröffnet. Es liegt nur wenige Gehminuten vom Hauptbahnhof entfernt, man erreicht in Kürze das Stadtzentrum mit allen Sehenswürdigkeiten Mannheims wie das Mannheimer Schloss, den Wasserturm, Museen und das Theater.

Alternativ: Einfaches Hotel in der Innenstadt, ca. 12 Min entfernt:

City Hotel - Tattersallstr. 20-24 - 68165 Mannheim - Tel. 0621-408008

KRIYA YOGA

Advent-Seminar

Mannheim

10./11. Dez. 2011



Sat - Cit - Ananda

allexistierend - allbewusst - allglücklich



Neuer Seminarort:

Best Western Hotel LanzCarré

Mannheim

Heinz-Haber-Straße 2

68163 Mannheim

**Meditationen mit Paramapadma Dhiranandaji aus Indien.
Ursprünglicher Kriya Yoga gemäß der Tradition von Babaji, Lahiri Mohasoya,
Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda, dem Autor des Buches
"Autobiographie eines Yogi", und Paramahansa Hariharanandaji.**

**Aktuelle Seminar-Infos: www.kriya-yoga.net
und www.yoga-zeit.de**

Programm

- Samstag, 10. Dez. 2011 Einführung und Meditation mit Paramapadma Dhiranandaji
- 9.00 Uhr: Einführung in die Technik des KRIYA YOGA
11.00 Uhr: 1. **Meditation**
13.00 Uhr: Mittagspause
16.45/17.00 Uhr: 2. **Meditation** (zuvor Fragen & Antworten)
ca. 19.00 Uhr: Gemeinsames Abendessen im Hotel-Restaurant mit warmen Buffet => Bitte mit anmelden
- Sonntag, 11. Dez. 2011 Meditation
(9.00 Uhr:) KRIYA II Meditation - (nur für Schüler, die bereits in den II.KRIYA eingeweiht sind.)
- ca. 11.00 Uhr: **Meditation** für alle
ca. 13.00 Uhr: Verabschiedung
- Seminar - Ort: Best Western Premier Hotel LanzCarré
Heinz-Haber-Straße 2 - 68163 Mannheim
Tel.: +49 (0) 621 860840 - Fax: +49 (0) 621 86084199
Info@hotel-lanzcarre.bestwestern.de
www.hotel-lanzcarre.bestwestern.de
Doppelzimmer mit gr. Frühstücksbuffet 120,- €
Einzelzimmer mit gr. Frühstücksbuffet 90,- €
- Kosten: Für Neueinführungen: **160,-** EUR (incl. 3 Meditation.)
Für alle anderen: **22,-** EUR pro Meditation
Umlage Getränke etc.: 3,- EUR pro Person
- Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Matte bzw. Decke, Sitzkissen.
Hotelvorschlag: siehe Hotelliste. Bitte die Buchung selbst vornehmen.
- Anmeldung und Info: **Ralf + Barbara Waldkirch**
(Bitte schriftlich anmelden) Schützenstraße 18, 68259 Mannheim (Feudenheim)
Telefon: 0621 - 79 70 65 oder 129 15-10 (Gesch.)
Fax: 0621 - 79 50 25
E-Mail: b.waldkirch@waldkirch.de
- Internet: Aktuelle Seminar-Infos: www.kriya-yoga.net
Bücher über "Autobiographie eines Yogi" von Paramahansa Yogananda
KRIYA YOGA: "Yogamrita - Die Essenz des Yoga" von Dhirananda.
KRIYA YOGA Seminare: 8./9.Dez. 2012 in Mannheim.

Anmeldung

An
Ralf + Barbara Waldkirch
Schützenstraße 18
68259 Mannheim

Ja, ich melde mich hiermit zum KRIYA YOGA Seminar 10./11. Dez. 2011 an.

- Neu-Einführung, Samstag + Sonntag
 Meditation, Samstag 11.00 Uhr
 Gem. Essen Samstag 19.00 Uhr
 Meditation, Sonntag 9.00 Uhr (nur ab II. Kriya)
 Meditation, Samstag 17.00 Uhr
 Meditation, Sonntag 11.00 Uhr
- Ich bin interessiert, kann aber leider nicht teilnehmen.
 Ich möchte keine weiteren Einladungen.

Name: _____ Vorname _____

Straße: _____ Telefon _____

Fax: _____ Email _____

PLZ/Ort: _____

Wir bitten alle, die an weiteren Einladungen interessiert sind, unbedingt den Kupon auszufüllen und zurückzuschicken, da wir sonst keine Einladungen mehr zusenden können! Danke!

----- Hier abtrennen -----

Best Western Premier Hotel LanzCarré

Heinz-Haber-Straße 2
68163 Mannheim
Telefon: +49 (0) 621 860840
Telefax: +49 (0) 621 86084199
Info@hotel-lanzcarre.bestwestern.de
<http://www.hotel-lanzcarre.bestwestern.de>
Bei Buchungen „Yogaseminar“ angeben.



Anfahrt mit dem Auto:

Von SÜDEN / NORDEN: A5 / A6, Abfahrt bei Kreuz Heidelberg (A5) / Mannheim (A6) - Mannheim Mitte auf A 656, Ausfahrt Mannheim Neckarau, Richtung MA Neckarau / Ludwigshafen, B 38 a, Ausfahrt Ludwigshafen / MA-Neuhemsheim, rechts in Ludwigshafener Straße, weiter auf Stotzstraße, links in die Windeckstraße einbiegen. Neben Mafinex und John Deere. Einfahrt in die Hotelgarage Windeckstr. auf der Rückseite (Achtung: **nicht** in der REWE Garage parken, Rolltor wird geschlossen). Die Hotelgarage steht den externen Seminarteilnehmern kostenlos zur Verfügung.

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Straßenbahn Linie 3: vom Hauptbahnhof, Richtung Neckarau Rheingoldhalle, Haltestelle Windeckstraße
Vom Hauptbahnhof ca. 6 Minuten zu Fuß: Bahnsteigsunterführung Richtung Neckarau/Lindenhof, dann links halten durch die Windeckstr. bis zum Hotel.

**Herzlich willkommen: Kriya-Yoga-Gruppenmeditation jeden
Dienstag 20.15 Uhr im „Yoga-Zentrum Im Pfeifferswörth“**