



## DIE URALTE WISSENSCHAFT DES KRIYA YOGA

**Kriya Yoga Einweihungsseminar  
Hamburg  
16. - 18. Mai 2025**



**mit Rajarshi  
Peter van Breukelen**

## Was ist Kriya Yoga?

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

## Paramahansa Hariharananda ( 1907-2002)

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

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

## Paramahansa Prajnanananda

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

Paramahansa Hariharananda (rechts)  
mit Paramahansa Prajnanananda



# Einweihung

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

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

Bringen Sie bitte folgende Gaben für die Einweihung mit:

ॐ **FÜNF FRÜCHTE**  
(repräsentieren die Früchte aller Handlungen eines Lebens)

ॐ **FÜNF BLUMEN**  
(repräsentieren die fünf Sinne)

ॐ **SPENDE VON € 150,-**  
(repräsentieren den physischen Körper)

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

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

Kommen Sie bitte mindestens 30 Minuten vor Beginn der Einweihung

# SEMINARABLAUF

## Freitag, 16. Mai 2025

19:30 Uhr          Einführungsvortrag (Eintritt frei)

## Samstag, 17. Mai 2025

Ankunft bitte 08:30

09:00 Uhr          Einweihung

12:00 Uhr          Meditation

Pause

15:00 Uhr          Erklärung der Technik

16:00 Uhr          Meditation

## Sonntag, 18. Mai 2025

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

10:30 Uhr          Meditation

12:00 Uhr          gemeinsames Buffet im Saal

Pause

14:00 Uhr          Hand in Hand

14:30 Uhr          Fragen & Antworten

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

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

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

## ORT

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

[mail@kriyayoga-hamburg.de](mailto:mail@kriyayoga-hamburg.de)

[www.kriyayoga-hamburg.de](http://www.kriyayoga-hamburg.de)