



## Program

**2022.02.11. Péntek**

19:00

**Előadás a Kriya Jógáról**

**2022.02.12. Szombat**

9:00

Beavatás

15:30

Technika ismertetése

17:00

1-es meditáció

**2022.02.13. Vasárnap**

8:00

2-es meditáció

9:30

1-es meditáció

11:00

Kérdés-felelet

15:00

1-es meditáció - kérdés és felelet



## Helyszín

Ananda Jóga- és Egészségközpont

6721 Szeged, József A. sugárút 31. fsz/1

\*\*\*

A meditációkon és a technika magyarázatokon csak a Paramahansa Hariharananda és Paramahansa Prajnanananda mestervonal által beavatottak vehetnek részt.



## Kriya Jóga Európában

**Kriya Jóga Központ, Bécs  
(Európai Főközpont)**



Pottendorferstrasse 69.

2523 Tattendorf

Austria

Tel. +43 22 53 81 491

Fax +43 22 53 80 462

[kriya.yoga.centre@aon.at](mailto:kriya.yoga.centre@aon.at)

[www.kriya.eu](http://www.kriya.eu)

[www.kriya.org](http://www.kriya.org)



## Kriya Jóga Magyarországon

**Magyar Kriya Jóga Egyesület**

1016 Budapest, Naphegy utca 39.

Tel: +36 20 / 958-9957

[kriya.hungary@gmail.com](mailto:kriya.hungary@gmail.com)

[www.kriya.hu](http://www.kriya.hu)



## A KRIYA JÓGA ÓSI TUDOMÁNYA



## Kriya Jóga Program Szeged

**2022. Február 11-13.**



**Swami Karunananda Giri**





## MI A KRIYA JÓGA?

A Kriya Jóga egy ősi meditációs technika, amelyhez tudatosabb élet társul. Fejleszti a testet, az elmét, az intellektust és a lélek-tudatosságot. A test és az elme hatékony megfigyelmezésével segít megtapasztalni a hármas isteni minőséget: a fényt, a rezgést és a hangot. A légzés kontrollálásával, összpontosítással és megfelelő testtartással olyan „egyhegyű” figyelem kialakításához vezet, mely képessé teszi a gyakorlót a tudatosság legmélyebb szintjeinek elérésére, és ezáltal élete megváltoztatására. A Kriya Jóga gyakorlása nagyobb nyugalmat és belső örömet eredményez, sikeres és kiegyensúlyozott élethez vezet. Azt tanulhatjuk meg, hogy minden tettet, azaz kri-t a ya, azaz a bennünk lakó lélek hajt végre. Olyan egyetemes spirituális tudományág, amely felülemelkedik minden vallási és kulturális megosztottságon. A Kriya Jóga gyakorlásával fokozatosan felülkerekedhetünk az egón, az érzelmeken és a ragaszkodáson annak felismerésével, hogy az élet a maga lényegében tiszta, isteni és békés.



### PARAMAHAMSA HARIHARANANDA

(1907-2002) - (a fotón jobbra)

Paramahansa Hariharananda csodálatos példája volt a szeretetnek és a tisztaságnak. A mesterek hosszú, töretlen vonalát folytatta, míg végül eljutott a nirvikalpa samadhi-ba (a pulzus és légzés-nélküli állapotba). Swami Shriyukteshwarji és Paramahansa Yoganandaji tanítványaként tette a Kriya Jógát világszerte ismertté.

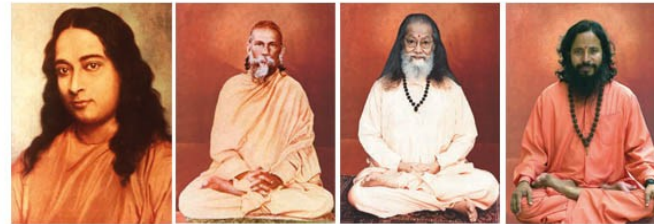
### PARAMAHAMSA PRAJNANANANDA

(a fotón balra)

Paramahansa Hariharananda tanítványaként folytatja mestere küldetését kimeríthetetlen energiával és szeretettel. Arra ösztönöz bennünket, hogy minden lélegzetvétellel ismerjük fel, hogy mindannyian isteniek vagyunk.

Saját példáján keresztül mutatja be, hogy elérhetjük az isteni szeretet és megelégedettség örömteli állapotát, ha szívünkben gyakoroljuk a Kriya Jóga technikát és alkalmazzuk azt a mindennapi életünkben is.

## A MESTERVONAL



(a felső sorban balról jobbra)

**MAHAVATAR BABAJI MAHARAJ**

**LAHIRI MAHASAYA**

**SWAMI SHRIYUKTESHWAR GIRI**

**SHRIMAT BHUPENDRANATH SANYAL  
MAHASAYA**

(a felső sorban balról jobbra)

**PARAMAHAMSA YOGANANDA**

**SWAMI SATYANANDA GIRI**

**PARAMAHAMSA HARIHARANANDA**

**PARAMAHAMSA PRAJNANANANDA**



## BEAVATÁS

A Kriya Jógát megtanulni szándékozók csak Paramahansa Hariharananda, és Paramahansa Prajnanananda által felhatalmazott tanártól kaphatnak beavatást.

A beavatási szertartás alatt a beavató megtisztítja a testet, az elmét, a csakrákat és az érzékszerveket. A hármas isteni minőség: a fény, a hang és a rezgés csak ezután tud a beavatást kérőben szétáradni.

Kérjük, hogy szombatira a beavatási szertartáshoz felajánlasként a következő 3 dolgot hozza magával:

- **5 db gyümölcsöt**, amelyek az élet során végrehajtott tettek gyümölcseit képviselik,
- **5 szál virágot**, amelyek az öt érzékszervet képviselik,
- **25.000 Ft adományt**, amely a fizikai testet szimbolizálja. Az adományt kérjük névvel ellátott borítékban hozni.

A beavatási szertartás után a Kriya Jóga első szintjét tanulják meg az újonnan beavatottak. Az újonnan beavatottaknak a meditációs technika pontos elsajátításához legalább három meditáción javasolt részt venni. Kérjük, hogy hozzanak magukkal takarót, párnát és zoknit. Laza és kényelmes öltözék javasolt.

Kérjük érkezzenek meg legalább 30 perccel a beavatás kezdete, és 15 perccel a meditációs óra kezdete előtt!

A mobiltelefonokat a beavatás és a szeminárium egész ideje alatt kérjük kikapcsolni!

