

**SEMINARKOSTEN:**

- Einführungskurs inkl. 3 Meditationen für neue Teilnehmende: CHF 250 / Euro 220
- Pro Meditation für bisherige Teilnehmende: CHF 35 / Euro 30

Preismässigungen nach Absprache (z.B. Ausbildung, finanzielle Engpässe). Kriya Charity bietet an allen Seminarorten in der derzeit „teuren“ Schweiz eine beschränkte Anzahl von vergünstigten Hotelzimmern an. Das Angebot ist auf der Webseite aufgeführt: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Seminare > Übernachtungsmöglichkeiten. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, finanzielle Unterstützung für Unterkunft und Reise bei Kriya Charity zu beantragen; weitere Informationen sind ebenfalls auf der Webseite ersichtlich: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Kriya Charity. Teilnehmende ohne Internetzugang wenden sich bitte an die Seminarorganisation.

**GRUPPENMEDITATIONEN:**

An verschiedenen Orten in der Schweiz, Deutschland und Österreich finden regelmässig Gruppenmeditationen statt. Weitere Informationen unter [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch).

**ANMELDUNG:**

Anmeldeadressen für Seminare, siehe Detailprogramme. Bitte nach Möglichkeit Anmeldeformular der Website benutzen: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch) > Seminare.

**AUSKUNFT:**

- Auskunft zu Kriya Yoga Schweiz: Marlies Brännhage, Telefon: +41 (0)44 912 29 20, E-Mail: [marlies.braennhage@kriya.ch](mailto:marlies.braennhage@kriya.ch)
- Auskunft zu Kriya Yoga Deutschland: Gabi und Werner Christmann, Telefon: +49 (0)6232 248 79, E-Mail: [gabi\\_werner.christmann@kriya.ch](mailto:gabi_werner.christmann@kriya.ch)
- Auskunft zu Kriya Yoga Österreich: Sandra und Gerhard Kreindl, Telefon: +43 (0)650 7 835 834, E-Mail: [kriya.gruppe.oesterreich@gmail.com](mailto:kriya.gruppe.oesterreich@gmail.com)
- Auskunft zu Kriya Yoga auf Italienisch: Samuele Mossi, Telefon: +41 (0)78 712 06 95, E-Mail: [kyticino@gmail.com](mailto:kyticino@gmail.com) und Erminio Molteni, Telefon: +41 (0)79 629 80 16
- Auskunft zu Kriya Yoga auf Französisch: Christophe Steiger, Telefon: +41 (0)21 331 29 99, E-Mail: [info@yoga.hm](mailto:info@yoga.hm)

**KONTAKTADRESSE FÜR PERSÖNLICHE FRAGEN:**

Kripanandamoyima, Barbara Glauser-Rheingold  
Alte Landstrasse 131b, CH-8702 Zollikon  
Telefon: +41 (0)43 499 66 27, E-Mail: [kripanandamoyima@kriya.ch](mailto:kripanandamoyima@kriya.ch)

«Der Himmel auf Erden  
wird nur im Innern gefunden.  
Entdeckt das himmlische Reich  
der Ewigkeit in eurem Innern.»

Paramahansa Yogananda



Kriya Yoga  
mit Kripanandamoyima

Kriya Yoga Seminare 2019

# JAHRESPROGRAMM 2019

mit Kripanandamoyima

26. / 27. Januar	Kriya Yoga Seminar*	Zürich
16. / 17. März	Kriya Yoga Seminar*	Olten
11. / 12. Mai	Kriya Yoga Seminar*	D-Stuttgart-Herrenberg
8. - 10. Juni Pfingsten	2./3. Kriya Yoga Seminar mit Einweihungen	Zürich
13. - 20. Juli	Sommerseminar mit Einweihungen*	D-Höri
31. August / 1. September	Kriya Yoga Seminar*	Zürich
28. / 29. September	Kriya Yoga Seminar*	Olten
26. - 31. Oktober	Herbstseminar mit Einweihungen*	D-Kißlegg
21. Dezember	Weihnachtsfest	Zürich

\* Seminare mit Einführungen. Änderungen vorbehalten.

## WAS IST KRIYA YOGA:

Kriya Yoga ist die Essenz aller Yoga Arten, welche bis im letzten Jahrhundert nur wenigen spirituell hochentwickelten Menschen in Indien vorbehalten war. Durch Paramahansa Yogananda (1893-1952), Autor von «Autobiographie eines Yogi», wurde diese uralte Meditationstechnik auch im Westen bekannt. «Kri» bedeutet «Handlung, Aktivität», «ya» bedeutet «Seele» und «Yoga» bedeutet «Einheit». Gemeint ist die Einheit zwischen Körper, Geist und Seele. In der indischen Philosophie ist die Seele der göttliche, unsterbliche Anteil im Menschen, in der westlichen Psychologie mit dem «höheren Selbst» vergleichbar. Kriya Yoga ist ein Weg, um diese Einheit zu entwickeln, im Alltag und in jeder Handlung in dieser Harmonie zu bleiben und letztlich allumfassendes Bewusstsein zu erlangen. Diese Methode ist eine Kombination von Atem-, Körper- und Konzentrationsübungen, welche sowohl die geistige als auch die spirituelle Entwicklung fördern und auf Körper und Psyche harmonisierend wirken. Blockierungen des inneren Energieflusses sind meistens Ursache vieler mentaler und körperlicher Krankheiten. Mit Hilfe von Kriya Yoga ist es möglich, sich mit kosmischer Energie aufzuladen, so dass man mit Lebenskraft erfüllt wird. Wenn man lernt, sich am kosmischen Strom anzuschliessen, wird man innere Ruhe, Vertrauen und Gelassenheit erfahren. Kriya Yoga kann von allen Menschen praktiziert werden, ist überkonfessionell und frei von Dogmatismus.

## SEMINARLEITUNG:

Kripanandamoyima, Barbara Glauser-Rheingold, beschäftigte sich bereits in ganz jungen Jahren mit Spiritualität und verschiedenen Meditationsformen. 1979 begegnete sie Paramapadma Dhiranandaji aus Indien (Schüler von Swami Hariharananda) und wurde von ihm in die Lehre der ursprünglichen Kriya Yoga Technik nach Babaji, Lahiri Mahasaya, Sri Yukteswar und Paramahansa Yogananda eingeweiht. 1996 wurde sie von ihrem Lehrer in die 4. Kriya Stufe initiiert und als Kriya Yoga Lehrerin autorisiert. Sie erhielt von ihm ihren spirituellen Namen Kripanandamoyima, was «mitfühlende, verzeihende, glückselige Mutter» bedeutet. Paramapadma Dhiranandaji hat Kripanandamoyima zu seiner Nachfolgerin ernannt. Sie führt die Kriya Yoga Seminare in seinem Sinne weiter. Kripanandamoyima ist zudem Astrologin. Sie ist verheiratet und Mutter dreier erwachsener Kinder.