



KRIYA YOGA

महाजनी येन गतः स पन्थाः





Inhoudsopgave

<i>Voorwoord</i>	3
<i>Kriya Yoga nieuws</i>	5
<i>“Ik ga naar Amerika” door Paramahansa Yogananda</i>	10
<i>“Mijn ontmoeting met Paramahansa Yogananda” door Paramahansa Hariharananda</i>	16
<i>Programma's in het Kriya Yoga Centrum Sterksel met Swami Achalananda</i>	18
<i>Programma's in het Kriya Yoga Centrum Sterksel met Swami Atmavidyananda</i>	20
<i>Programma's in het Kriya Yoga Centrum met Peter van Breukelen, Claudia Cremers en Petra Helwig</i>	22
<i>Huisregels in Sterksel</i>	23
<i>Meditatie weekeinden in Den Haag o.l.v. Claudia Cremers</i>	25
<i>Waar ligt het Kriya Yoga Centrum?</i>	27
<i>Avondmeditaties in Nederland en België</i>	28
<i>Wat is Kriya Yoga?</i>	30
<i>Het Kriya Yoga Centrum te Sterksel</i>	32
<i>Internationale adressen – Kriya Yoga Centra</i>	35



Paramahansa Prainananda en Yogacharya Peter van Breukelen in de nieuwe Meditatiezaal

Voorwoord

In deze nieuwsbrief vind je alle informatie over de programma's van 2020.

Er zullen weer vele programma's in verschillende talen plaatsvinden.

Wij zijn bijzonder verheugd dat Paramahansa Prajnanananda samen met Swami Atmavidyananda van 28 augustus t/m 2 september in Sterksel is.

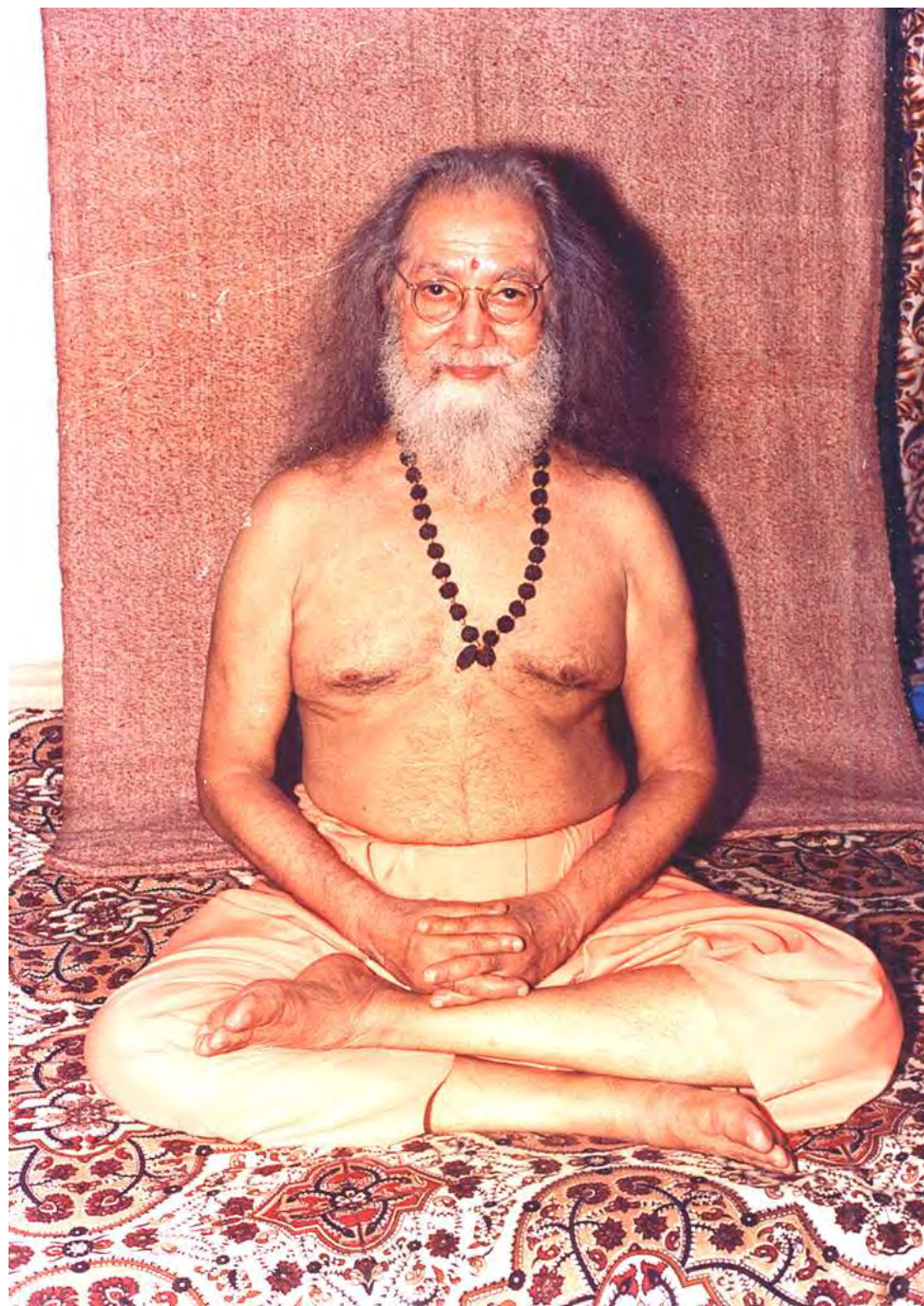
Wij nodigen je daarom hartelijk uit om deel te nemen aan de meditaties en daardoor de zegeningen van de Kriya Yoga meer te ervaren.

Paramahansa Hariharananda zegt:

“Het lichaam is sterfelijk, maar de ziel is onsterfelijk. Als je in de ziel blijft en voortdurend de aanwezigheid van de ziel ervaart, dan zal je altijd voelen dat je in eeuwige gelukzaligheid bent. Materieel geluk kan je geen eeuwig geluk geven. Alleen zielsontwikkeling zal je de smaak van vrede, vreugde, gelukzaligheid en onsterfelijkheid geven.”

Graag tot ziens bij de meditatie,

Peter van Breukelen



Paramahansa Hariharananda

Kriya Yoga nieuws

100 jaar Paramahansa Yogananda in het westen

In 1920 kwam Paramahansa Yogananda naar Amerika om de krachtvolle boodschap van Kriya Yoga naar het Westen te brengen.

Paramahansa Prajnanananda, tezamen met zijn monikken en yogacharyas, zal aan vele forums, vieringen en inwijdingsprogramma's deelnemen.

Dit begint op 5 januari 2020 in India en eindigt in oktober 2021 in U.S.A.

In Sterksel zullen Paramahansa Prajnanananda en Swami Atmavidyananda van 28 augustus t/m 2 september hiervoor een programma doen. Ook zal Paramahansa Prajnanananda op 29 augustus een voordracht houden in het Gandhi Centre in Den Haag.

Voor al deze activiteiten zie de website www.kriya.org/calender. Voor de activiteiten in ons Centrum in Sterksel zie ook onze website www.kriyayogameditatie.nl.

Zomerprogramma in Zweden

Niet als vorig jaar zal er weer een Kriya Yoga programma plaatsvinden in een prachtig natuurgebied in midden Zweden van 24 t/m 31 juli. Het programma omvat Kriya Yoga meditatie, hatha yoga, wandelen in de uitgestrekte bossen, kano varen op de meren en zwemmen in de meren.

De opbrengst, na aftrek van de kosten, gaat naar de Balashram school in India.

Voor informatie en aanmelding zie de website www.lakesideretreat.org

Hand in Hand

“Beste vrienden van Hand in Hand”

De armste gebieden ter wereld lijden het meest onder de klimaatverandering. Dat bleek begin dit jaar weer in het noordoosten van India, waar Cycloon Fani grote verwoestingen aanrichtte. Vele huizen werden weggevaagd, duizenden mensen raakten dakloos en wegen werden onbegaanbaar. In twintig jaar was er niet zo'n sterke cycloon geweest. Mede door geld van Hand in Hand Nederland kon Prajnana Mission snel beginnen met het herstellen en herbouwen van de huizen.



Op de Balashram, de school voor de allerarmste kinderen, was er niet veel schade. Dat is maar goed ook, want de school draait nu op volle capaciteit en biedt kinderen in de leeftijd van vier tot achttien jaar een hoopvolle toekomst.

Prajnana Mission geeft nu ook hulp aan andere scholen in de regio, zodat ook kinderen die niet op de Balashram wonen beter onderwijs krijgen. En naast onderwijs leveren we ook steeds meer gezondheidszorg in plaatselijke gezondheidsposten en ziekenhuizen.

Hand in Hand Nederland kreeg een flinke donatie uit een meditatieweek in Zweden. Verder kregen we een erfenis uit België. En het Kriya Yoga Centrum in Sterksel organiseerde weer een concert ten behoeve van Hand in Hand. Prachtige initiatieven, waarvoor we dankbaar zijn.

Maar zoals u begrijpt: er is nog veel te doen!

We hopen dus dat u ons blijft helpen. Want kansarme kinderen en vele arme mensen hebben uw donaties hard nodig.

Met hartelijke groet,

Alex van Galen,

voorzitter

www.handinhandnederland.org

YOGANANDA-festiviteiten

Op zaterdag 29 augustus is er in Den Haag een speciale bijeenkomst in het Ghandi-Centrum (Parkstraat 99, Den Haag) met Paramahansa Prajnanananda.

Deze bijeenkomst wordt georganiseerd door de Indiase ambassade voor zowel Indiase als Nederlandse geïnteresseerden. Prajnananandaji zal een lezing houden (Engelstalig) over de betekenis van de oude Vedische waarheden in de moderne tijd. De bijeenkomst begint om 17.00. Na afloop is er gelegenheid tot het stellen van vragen. Einde om ca. 19.00 uur.

Omdat de zaal beperkte capaciteit heeft (ca. 100 pp) is deelname alleen mogelijk op basis van registratie vooraf bij het Ghandi Centrum (Mw Sharma, email: culture.thehague@mea.gov.in) of houd de website van ons Kriya Yoga Centrum in de gaten.

*De Yogacharya's
van het
Kriya Yoga Centrum
in Sterksel (v. l. n. r.):
Claudia Cremers,
Petra Helvig en
Peter van Breukelen*



Ik ga naar Amerika

gedeelte uit het boek: "Autobiografie van een Yogi" van Paramahansa Yogananda

Amerika! Deze mensen zijn zeker Amerikanen! was mijn eerste gedachte, toen er een groot aantal westerse gezichten voor mijn geestesoog verscheen.

Ik zat in meditatie verzonken achter een paar stoffige dozen in de bergruimte van mijn school te Ranchi. In die drukke jaren met de jongens was dit de meest afgezonderde plek!

Het visioen hield aan; een heel groot aantal mensen die mij aandachtig aanstaarden, trokken als acteurs over het toneel van mijn bewustzijn. De deur van de opslagplaats ging open; zoals gewoonlijk had een van de jonge knapen mijn schuilhoek ontdekt. 'Kom hier, Bimal,' riep ik vrolijk. 'Ik heb nieuws voor je: De Heer roept mij naar Amerika!'

'Naar Amerika?' De jongen herhaalde mijn woorden alsof ik: 'naar de maan' had gezegd.

'Ja, ik ga Amerika ontdekken, net als Columbus. Hij dacht, dat hij India had gevonden; er is zeker een karmische band tussen beiden landen!' Bimal holde weg; weldra was de hele school op de hoogte gebracht door die tweeënige krant. Ik riep de leraren bijeen en droeg de school aan hun goede zorg over.

'Ik weet, dat u Lahiri Mahasaya's yogische opvoedings-idealén altijd voor ogen zult houden,' zei ik. 'Ik zal u dikwijls schrijven; zo God het wil, kom ik nog eens terug.'

Tranen stonden in mijn ogen, toen ik een laatste blik op de kleine jongens en de zonnige velden van Ranchi

wierp. Ik wist, dat een bepaald deel van mijn leven nu was afgesloten; voortan zou ik in verre landen wonen.

Een paar uur na mijn visioen spoorde ik naar Calcutta. De volgende dag kreeg ik een uitnodiging om als afgevaardigde van India op te treden bij een internationaal congres van vrijzinnig godsdienstigen in Amerika. Het zou dat jaar in Boston bijeenkomen onder auspiciën van het Amerikaanse Unitariërsverbond.

Met een duizelend hoofd zocht ik Shri Yukteshwar in Serampore op. 'Goeroeji, ik ben zo juist uitgenodigd om op een godsdienstig congres in Amerika te spreken. Zal ik gaan?'

'Alle deuren staan voor je open,' antwoorde de meester eenvoudig. 'Het is nu of nooit.'

'Maar, Heer,' zei ik verslagen, 'wat weet ik van spreken in het openbaar? Ik heb zelden een voordracht gehouden, en nooit in het Engels.'

'Engels of geen Engels, je woorden over yoga zullen in het Westen worden gehoord.' Ik lachte. 'Wel, beste Goeroeji, ik kan moeilijk aannemen, dat de Amerikanen Bengaals zullen leren! Geeft u mij alstublieft een zetje over de hindernissen van de Engelse taal heen.'

Toen ik het nieuws van mijn plannen aan vader meedeelde, was hij uiterst verbluft. Hem leek Amerika ongelofelijk ver; hij was bang, dat hij mij nimmer weer zou zien.

'Hoe denk je daar te komen?' vroeg hij ernstig. 'Wie zal je er het geld voor geven?' Daar hij de onkosten voor mijn opvoeding had gedragen en mijn hele leven voor mij had gezorgd, hoopte hij ongetwijfeld dat zijn vraag mij in verlegenheid zou brengen en mij van mijn plannen zou doen afzien.

‘De Heer zal mij zeker financieel steun verlenen.’ Toen ik dat antwoord uitsprak, dacht ik aan een vergelijkbaar antwoord dat ik lang geleden aan mijn broeder Ananta in Agra had gegeven. Ik voegde daar onschuldig aan toe: ‘Vader, misschien zal God u ingeven mij te helpen.’

‘Neen, nooit!’ Hij keek mij treurig aan.

Ik was daarom verbaasd, toen hij mij de volgende dag een cheque voor een groot bedrag overhandigde. ‘Ik geef je dit geld’, zei hij, ‘niet in mijn hoedanigheid van vader, maar als een getrouw leerling van Lahiri Mahasaya. Ga dan naar dat verre westerse land om er die ondogmatische leringen van *kriya yoga* te verspreiden.’ Ik was diep getroffen door de onzelfzuchtige geest, waarmee vader in staat was snel zijn persoonlijke verlangens opzij te zetten. Gedurende de voorafgaande nacht was hij tot het inzicht gekomen dat mijn reisplannen niets met gewone zucht naar avontuur hadden te maken.

‘Wellicht zullen wij elkander nooit meer in dit leven ontmoeten,’ zei vader droevig. Hij was toen 67. Ik sprak uit wat mijn intuïtie me ingaf: ‘Zeker zal de Heer ons nog eenmaal tezamen brengen.’

Toen ik de nodige voorbereidingen trof voor de reis naar het onbekende Amerika en ik begon te beseffen, dat ik mijn goeroe en mijn vaderland ging verlaten, was ik niet weinig bezorgd. Ik had veel verhalen gehoord over het ‘materialistische Westen’, dat zo heel anders was dan India en waar vooral de geestelijke atmosfeer ontbrak die hier sedert duizenden jaren door de grote heiligen was geschapen.

‘Een oosterse leraar, die de westerse lucht trotseert,’ dacht ik, ‘moet gehard zijn tegen erger beproevingen dan die van de koude Himalaya.’

Op een ochtend begon ik in alle vroegte te bidden en was ik vastbesloten om door te gaan, zelfs biddende te sterven, tot ik de stem van God had gehoord. Ik verlangde Zijn zegen en verzekering, dat ik mij niet zou verliezen in de nevelen van het moderne nuttigheids geloof. Innerlijk was ik volledig bereid om naar Amerika te gaan, maar nog groter was mijn verlangen Gods troost en toestemming te ontvangen.

Ik bad onophoudelijk en trachtte mijn snikken te onderdrukken. Er kwam geen antwoord. Tegen het middaguur had ik een hoogtepunt bereikt, en tolde mijn hoofd van bovenmatige inspanning. Ik had het gevoel dat mijn brein zou barsten als ik nog eens al mijn krachten inspande om Hem wanhopig aan te roepen.

Op dat ogenblik hoorde ik een klop op de deur. Toen ik opendeed zag ik een jonge man in het schamele kleed van een sannyasin. Hij trad binnen.

‘Dat moet Babaji zijn!’ dacht ik halfverdoofd, omdat de man voor mij de trekken van een jongere Lahiri Mahasaya had. Hij beantwoorde mijn gedachte. ‘Ja, ik ben Babaji!’ Hij sprak melodieus Hindi. ‘Onze Hemelse Vader heeft uw gebed verhoord. Hij beveelt mij u te zeggen: ‘Volg de bevelen van uw goeroe op en ga naar Amerika. Vrees niet; u zult worden beschermd.’

Na een veelzeggende pauze vervolgde Babaji: ‘U bent het, die ik heb gekozen om de boodschap van Kriya Yoga in het Westen te verspreiden. Lang geleden ontmoette ik uw goeroe Shri Yukteshwar op een Koembha Mela. Ik zei hem, dat ik u naar hem toe zou zenden voor opleiding.’

Ik was zo overweldigd door eerbied en overgave, dat ik geen woord kon uitbrengen. Diep bewogen, dat ik uit zijn eigen mond vernam dat hij mij naar Shri Yukteshwar had geleid, wierp ik mij aan de voeten van de onsterfelijke goeroe. Hij richtte mij genadig van de grond op. En nadat hij mij veel dingen omtrent mijn leven had verteld, gaf hij

mij enkele persoonlijke opdrachten en deelde een paar geheime profetieën mede.

‘Kriya yoga, de wetenschappelijke techniek voor Godsverwerkelijking,’ zei hij tenslotte plechtig, *‘zal zich ten laatste over alle landen verbreiden en ertoe bijdragen dat de volkeren in harmonie met elkaar gaan leven doordat de mensen langs transcendentale weg persoonlijk de Oneindige Vader leren kennen.’*

Toen wierp de meester mij een blik toe die zoveel kracht en hoogheid uitstraalde, dat ik mij als geëlektriseerd voelde en enige ogenblikken in zijn kosmische bewustzijn werd opgeheven.

Als de schitterende pracht van duizend zonnen

Tegelijk aan het firmament zou verschijnen

De aarde overstromend met ongedachte stralen vloed

Zou het enigszins gelijken op de majesteit

en heerlijkheid van dat Hoofverheven Wezen.’

Kort daarop ging Babaji naar de deur en zei: *‘Tracht niet mij te volgen. U zult dat niet kunnen.’*

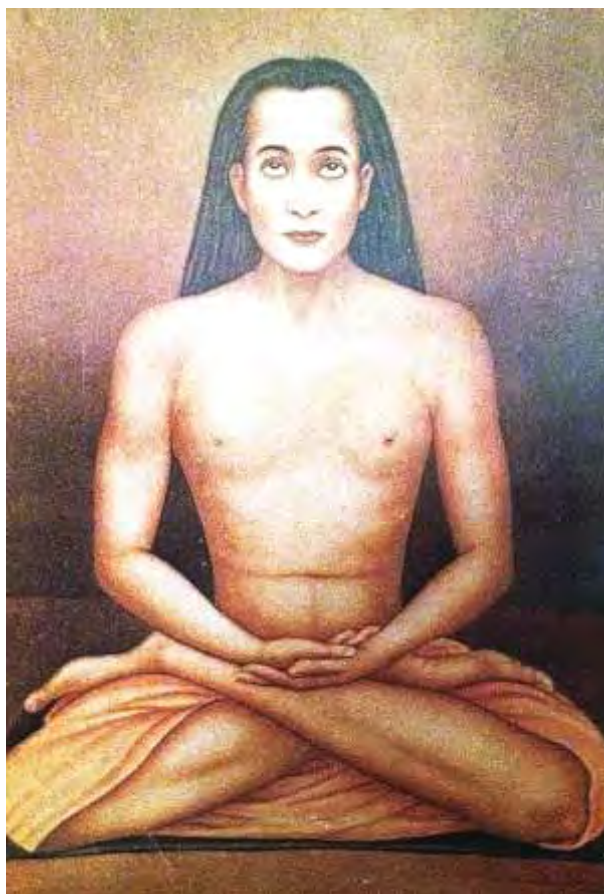
‘Ga niet heen, Babaji!’ riep ik herhaaldelijk. *‘Neem mij met u mee!’* Hij antwoordde: *‘Niet nu. Een ander keer.’*

Door aandoening overweldigd, sloeg ik geen acht op zijn waarschuwing. Toen ik trachtte hem te volgen, merkte ik dat mijn voeten stevig aan de vloer vastzaten. Vanaf zijn plaats bij de deur wierp Babaji mij een laatste liefdevolle blik toe. Hij hief zijn hand bij wijze van zegening op een wandelde weg, terwijl mijn ogen verlangend op hem waren gericht.

Naar een paar minuten waren mijn voeten weer vrij. Ik ging direct zitten om diep te mediteren en God er innig voor te danken, dat Hij mijn gebed had verhoord en mij

bovendien Babaji had laten ontmoeten. Mijn ganse lichaam scheen geheiligd door de aanraking van de oude, eeuwig-jonge meester. Ik had zo lang een brandend verlangen gevoeld hem te zien.

Tot nu toe heb ik nooit aan iemand iets van mijn ontmoeting met Babaji verteld, maar deze heiligste van al mijn menselijke belevissen in mijn hart verborgen gehouden. Maar de gedachte kwam bij mij op, dat de lezers van de autobiografie sterker geneigd zullen zijn te geloven in het bestaan van de verborgen Babaji en zijn belangstelling voor de gehele wereld, wanneer ik vertel dat ik hem met eigen ogen heb gezien. Ik heb een kunstenaar geholpen een juist beeld te tekenen van de grote Yogi-Christus van het huidige India.



Mijn ontmoeting met Paramahansa Yogananda

*gedeelte uit het boek: "Kriya Yoga" van
Paramahansa Hariharananda*

Paramahansa Yoganandaji werd op een zeer kritiek moment geboren. Het Indiase klimaat was woelig en religie had voor veel mensen afgedaan. De groote Indiase yogi Shyamacharan Lahiri, ook bekend als Lahiri Mahasaya, voorspelde dat zijn geliefde discipel Bhagavati Charan Ghose een goddelijk kind zou krijgen in de vorm van een incarnatie. Dit goddelijke kind werd op Indiase bodem geboren op de vijfde januari 1893 met een ongebruikelijk knap uiterlijk. Anders dan de meeste spirituele beoefenaars van India, was Yoganandaji geboren in een rijke familie en bracht hij zijn hele leven door te midden van overvloed. Dit weerhield hem echter niet van het ideaal van onzelfzuchtige opoffering. Een bovenmenselijk licht straalde van hem uit. Hij was van jongs af aan geabsorbeerd in de aanbidding van God en de beoefening van yoga. Op jonge leeftijd nam hij inwijding in *kriya yoga* van zijn guru Shri Yukteshwarji. Gedurende zijn middelbare school waren al zijn medestudenten verbaasd over de unieke kracht van zijn spirituele beoefening en zijn guru had groote genegenheid voor hem. Door de aanwijzingen van Shri Yukteshwarji slaagde hij voor zijn kandidaatsexamen met slechts vier maanden voorbereiding en ging hij vervolgens enkele jaren later naar de Westerse landen om de principes van *kriya yoga* te verspreiden. Swami Vivekananda, een hoogst verwerklíjkt spiritueel mens uit India, had gezegd dat hij naar het Westen was gekomen om het fundament van spiritualiteit te leggen en dat na hem een andere yogi zou komen die een verzoening tussen alle religies zou brengen. Hij zou in het Westen de Indiase Vedantische cultuur en yogische oefeningen populariseren. Deze voorspelling werd bewaarheid.

Door God beschikt kwam die buitengewone yogi, de grote spirituele leider Paramahansa Yoganandaji als leermeester van de hele wereld. Hij was een zeer bijzondere ziel. In hem waren de actie van Vivekananda, de wijsheid van Shri Shankara en de goddelijke liefde van Mahaprabhu Shri Chaitanya verenigd. Hij stichtte op diverse plaatsen in de wereld ashrams en maakte hen alle zelfvoorzienend. Circa 100.000 mensen hadden de gelegenheid om door hem ingewijd te worden in *kriya yoga*. Alle andere hooggeplaatste spirituele beoefenaars uit India, met uitzondering van Swami Vivekananda, hebben zichzelf tot India beperkt. Yoganandaji echter onderwees de yogische principes, die aan de basis van de Hindoecultuur liggen, aan idereen met wie hij in diverse delen van de wereld in contact kwam, ongeacht hun sociale positie en religie. Hij legde een gemeenschappelijke band van spirituele broederschap. Het zal daarom geen overdrijving zijn als we hem één van de meest spiritueel volmaakte zielen van de wereld noemen.

De betekenis van de *kriya yoga* techniek zoals wij deze van hem en van de lijn van guru's kennen, is dat het de gelijktijdige ontwikkeling van lichaam, geest en ziel teweegbrengt. Dit is ook de ware betekenis van *sarvodaya* ofwel het welzijn van allen, zoals dit werd uitgedragen door Mahatma Gandhi. In 1935 kwam Gandhi, de grootste politieke leider van India, in contact met Yogananda in Wardha en hij was zo onder de indruk van hem, dat hij door Yoganandaji in *kriya yoga* werd ingewijd. Gandiji beseftte de betekenis van *sarvodaya* en accepteerde het als de bron van al zij streven in het leven.

Voor wat betreft mijn kennismaking met Paramahansa Yoganandaji, had ik gehoord dat hij zich in de *samadhi* staat kon begeven op ieder moment dat hij dit wenste. Dit vervulde mij met nieuwsgierigheid en in 1935 ontmoette ik hem tijdens zijn verblijf in Calcutta. Voor deze ontmoeting was ik al in *kriya yoga* ingewijd door Shri Yukseshwarji, de guru van Yoganandaji en had ik

regelmatig geoeftend. Paramahamsaji vertelde mij dat alleen door te zien ik nooit deze kracht kon krijgen, noch zou ik hierdoor mij levenswens kunnen vervullen. Ik antwoordde dat ik de kracht van zijn spirituele beoefening wilde ervaren en van hem de hogere technieken van *kriya yoga* wilde leren. Paramahamsaji vroeg mij hoeveel uur ik per dag aan spirituele beoefening kon wijden. Ik antwoordde dat dit geen kwestie was van uren, dagen of jaren. Om het contact met zulk een grote kracht te winnen, was ik bereid om mijn hele leven in spirituele beoefening in een klooster te wijden. Ik vertelde hem dat ik al een gelofte had afgelegd van levenslange dienstbaarheid en toewijding voor dit doel. Paramahamsaji was hiermee tevreden gesteld en nam mij me naar een afzonderlijke kamer waar hij gedurende korte tijd in meditatie zat voordat hij de *samadhi* staat bereikte. Ik was overstelpt met verbazing om zo zijn lichaam, dat schitterde met goddelijk licht zonder enige hart- of polsslslag, waar te nemen. Toen na een half uur zijn normale lichamelijke conditie zich geleidelijk aan herstelde, boog ik voor hem met alle devotie en liefde die ik had. Ik wilde spirituele inwijding van hem en hij vervulde mijn verlangen met alle liefde en sympathie. Toen ik hem vroeg welke dingen ik voor de inwijdingceremonie moest meenemen, glimlachte hij en zei dat het offer van een hart vol liefde de beste gave is aan de guru.

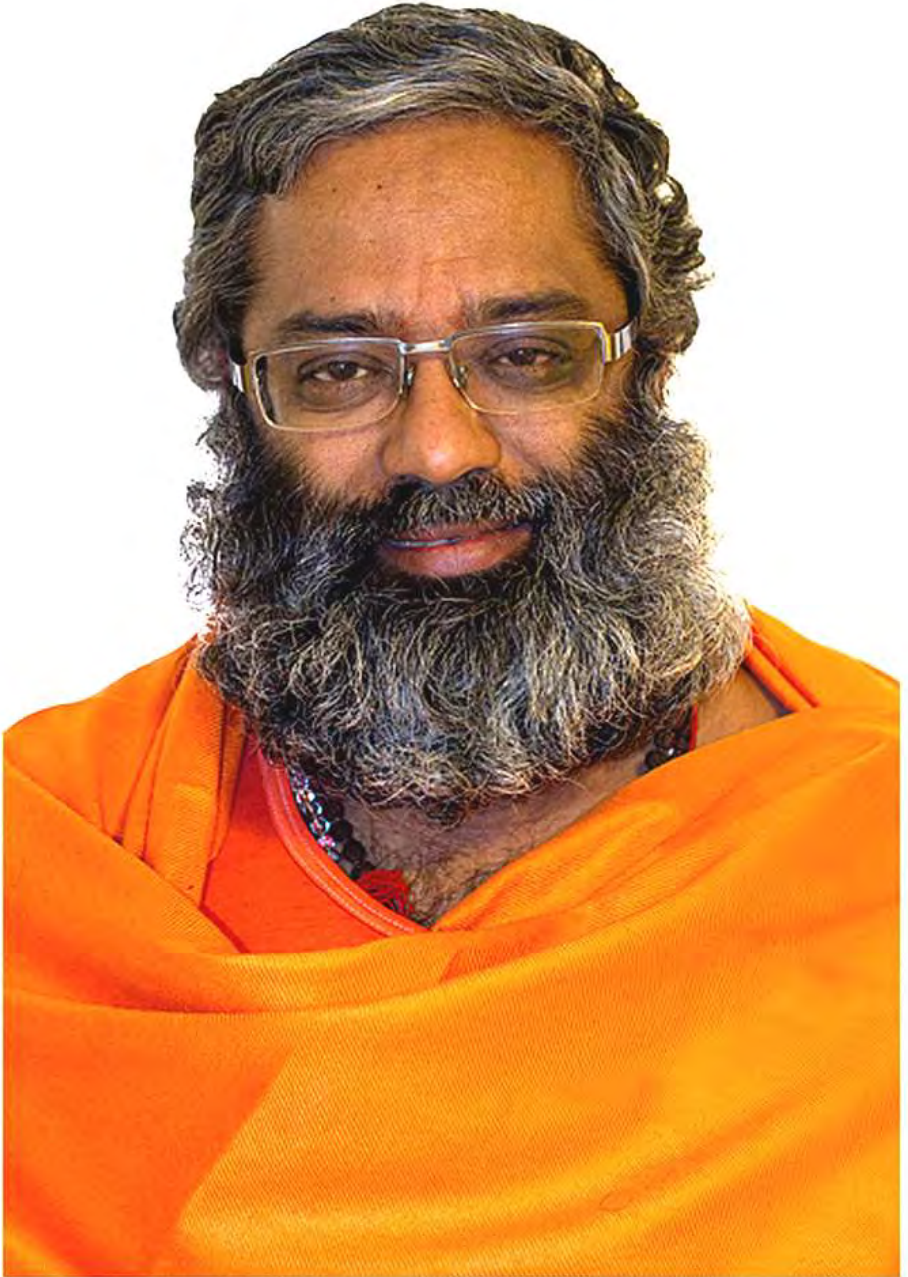
De volgende dag na de inwijding omhelsde hij me en met zijn liefdevolle en bovenmenselijke aanraking ervoer ik een goddelijke trilling en een zaligmakend gevoel in mij. Bij een andere gelegenheid zei hij dat ik op een dag de hoogste kracht in mij zou wakker maken door spirituele beoefening en dat ik het bovenmenselijke stadium zou bereiken. Nu besef ik de waarde van deze voorspelling. De inspirerende woorden en het goddelijk voorbeeld van Paramahamsaji zijn nog steeds levend in mijn herinnering en zullen een altijd nieuwe en duurzame schat voor mij blijven.

Programma's in het Kriya Yoga Centrum met Swami Achalananda

<i>Van</i>	<i>tot en met</i>	<i>plaats</i>
vrijdag 22 mei	dinsdag 26 mei	Sterksel*

**Programma indeling:*

<i>Dag</i>	<i>Tijdstip</i>	<i>Onderdeel</i>
22-05 vrijdag	20.00 uur	Lezing
23-05 zaterdag	07.00 uur	Meditatie
	10.30 uur	Inwijding, meditatie
	16.00 uur	Uitleg Kriya Yoga techniek
	17.00 uur	Meditatie
	19.00 uur	Meditatie
24-05 zondag	07.00 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	12.30 uur	2 ^e Kriya Meditatie
	17.00 uur	Lezing
25-05 maandag	19.00 uur	Meditatie
	07.00 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	17.00 uur	Lezing
26-05 dinsdag	19.00 uur	Meditatie
	07.00 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	16.00 uur	Meditatie (eind van het programma)



Swami Achalananda Giri

*Programma's in het Kriya Yoga Centrum
met Paramahansa Prajanananda en
Swami Atmavidyananda*

van *vrijdag 28 augustus* Tot en met *woensdag 02 september* plaats *Sterksel**

**Programma indeling:*

<i>Dag</i>	<i>Tijdstip</i>	<i>Onderdeel</i>
28-08 vrijdag	20.00 uur	Introductie lezing over Kriya Yoga
29-08 zaterdag	07.00 uur	Meditatie
	10.30 uur	Inwijding
	16.00 uur	Uitleg Kriya Yoga techniek
	17.00 uur	Meditatie
	18.00 uur	Veiling voor 'Hand in Hand'
	19.00 uur	Meditatie
30-08 zondag	07.00 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	12.30 uur	2 ^e Kriya Meditatie
	17.00 uur	Lezing
	19.00 uur	Meditatie
01-09 maandag	07.00 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	17.00 uur	Lezing
	19.00 uur	Meditatie
02-09 dinsdag	07.00 uur	Meditatie
	10.00 uur	Vraag en antwoord
	11.30 uur	Meditatie
	16.00 uur	Meditatie (eind van het programma)



Swami Arunachalamanda Giri

*Programma's in het Kriya Yoga Centrum
met Peter van Breukelen,
Claudia Cremers en Petra Helwig*

<i>Van</i>		<i>Tot en met</i>	<i>Programma</i>
vrijdag	31 januari	zondag	02 febr. Nederlands
vrijdag	13 maart	zondag	15 maart weekend uitsluitend voor II. Kriya, (Engels)
donderdag	09 april	maandag	13 april Duits
dinsdag	14 april	zondag	19 april Werkweek, (Engels)
vrijdag	22 mei	dinsdag	26 mei Swami Achalananda Engels
woensdag	08 juli	zondag	12 juli Frans
woensdag	05 augustus	zondag	09 aug. Engels
donderdag	06 augustus	jaarlijkse feestdag	27 jaar Kriya Yoga Centrum Sterksel
vrijdag	28 augustus	woensdag	02 sept. Engels, Paramahansa Prajnanananda en Swami
vrijdag	09 oktober	zondag	11 okt. weekend uitsluitend voor II. Kriya, Swami Paripurnananda (Engels)
maandag	12 oktober	zondag	18 okt. Werkweek (Engels)
vrijdag	13 november	zondag	15 nov. Nederlands
donderdag	24 december	vrijdag	01 jan. Engels
			2021

- Tijdens de werkdagen van 14 april tot en met 19 april 2020 en van 12 oktober tot en met 18 oktober 2020 is er om 07.30 uur en om 18.00 uur meditatie. Overdag wordt er gewerkt in het gebouw en in de tuin. **Tijdens de werkdagen is het verblijf gratis!**
- De weekenden van 13 maart tot en met 15 maart en van 09 oktober tot en met 11 oktober zijn alleen toegankelijk voor diegenen die ingewijd zijn in de 2e Kriya techniek.

Indeling programma: Aanvang programma's op vrijdag 20:00

<i>Dag</i>	<i>Tijdstip</i>	<i>Onderdeel</i>
Vrijdag	20.00 uur	Lezing Nederlandse programma's
	20.00 uur / 21.30 uur	Meditatie Duitse programma's / Meditatie Nederlandse programma's
Zaterdag	07.30 uur	Meditatie voor ingewijden
	10.30 uur	Inwijding
	16.00 uur	Techniek uitleg
	17.00 uur	Meditatie
	21.00 uur	Meditatie
Zondag	07.30 uur	Meditatie
	11.30 uur	Meditatie
	13.00 uur	Meditatie ingewijden 2 ^e Kriya
	16.00 uur	Meditatie
Maandag tot en met vrijdag	07.30 uur	Meditatie
	11.30 uur	Vragen & antwoorden, uitleg Kriya Yoga techniek en meditatie
	17.00 uur	Meditatie
	21.00 uur	Meditatie

Huishoudelijke regels in Sterksel

- ❖ De kosten bedragen € 100.- voor een weekend in een 4 of 6 persoonskamer, incl. vegetarische maaltijden. Elke dag extra kost € 50.-
- ❖ ***Je dient zelf hoeslaken, sloop en dekbedovertrek / slaapzak mee te brengen!***
- ❖ Iedereen dient mee te helpen aan de werkzaamheden in de keuken en het schoonmaken van het gebouw.
- ❖ Roken en het gebruik van alcohol is niet toegestaan.
- ❖ Huisdieren kunnen niet worden meegebracht.
- ❖ Aanmelding dient schriftelijk gedaan te worden d.m.v. inschrijfformulier (zie verder in deze nieuwsbrief).
- ❖ Diegenen die komen voor de 1e Kriya inwijding dienen mee te brengen:
 - 5 bloemen als symbolisch offer van de 5 zintuigen,
 - 5 vruchten als symbolisch offer van alle ervaringen,
 - een donatie van € 150,- als symbolisch offer van het stoffelijk lichaam.



V.l.n.r.: Yogacharya Claudia Creemers; Yogacharya Rajarshi Peter van Breukelen en Yogacharya Petra Hehlig.



Inwijdingsprogramma's in Den Haag o.l.v. Claudia Cremers

➤ Inwijdingsweekend:

Op zaterdag 26 September (13.00-17.00) en zondag 27 September (09.00-13.00) staat er een inwijdingsweekend gepland in Den Haag op de Witte de Withstr.27. Inwijdingen *alleen op zaterdag 26 September*. Meditaties en uitleg op zondag 27 september, hieraan kan iedereen deelnemen. Voor de precieze dagindeling houdt u de website in de gaten: **www.kriyayogameditatie.nl**

Aanmeldingen bij: c_cremers@hotmail.com of 040-2265576.

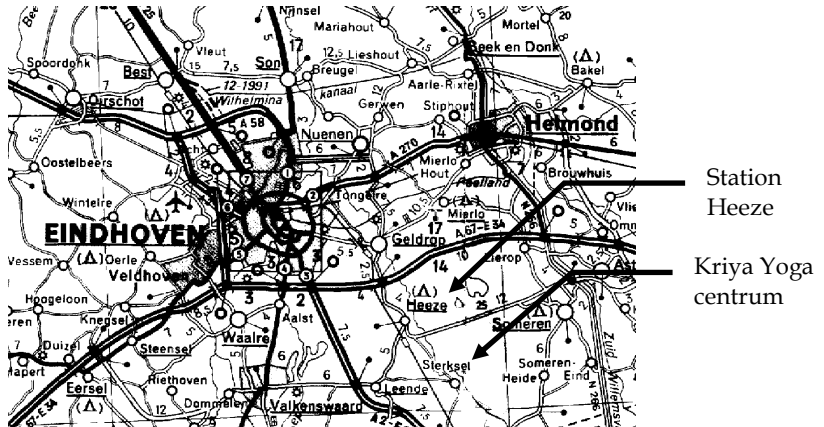


Baba Haribaramandaji in India

Het adres van het Kriya Yoga Centrum is:

Heezerweg 7; 6029 PP Sterksel; tel. 040-2265576

Sterksel ligt 12 km ten zuiden van Eindhoven. Het Kriya Yoga Centrum ligt net buiten de bebouwde kom aan de weg van Sterksel naar Heeze. Zie verder de plattegrond.



Per trein naar Sterksel

Vanuit *Eindhoven Centraal Station* met de trein richting Weert van perron 1 naar *station Heeze*. Vertrek: 2 keer per uur, om XX:46 en XX:16. In het weekend en op werkdagen **na 20.00 uur**, 1 keer per uur, om XX:16. Reistijd 10 minuten. Vanuit Heeze met de bus 258 naar Sterksel, vertrek ieder uur om XX:03 tussen 08.00 en 18.00 uur, maar niet op zaterdag en zondag. Aangepaste tijden in de zomermaanden. Als je een dag tevoren belt, kan je vanaf station Heeze worden opgehaald.

Per auto naar Sterksel

Vanaf de A 67 *Eindhoven-Venlo* neem je de afslag Geldrop/Heeze. In Heeze staat Sterksel aangegeven. Vanaf de A 2 *Amsterdam-Maastricht* neem je de afslag Leende. In Leende staat Sterksel aangegeven.

Avondmeditaties

Amsterdam

Als je op de hoogte wilt zijn wanneer en waar er een groepsmeditatie bij een van onze kriyavans in Amsterdam is geef dan je naam, telefoon, e-mailadres door aan: **Elise Friebe** telefoon **020-6715723** email: E.Friebe@kpnplanet.nl

Je wordt dan opgenomen in het bestand van Amsterdam en krijgt automatisch een uitnodiging toegestuurd per e-mail.

In het voorjaar is er een middagbijeenkomst op

zondagmiddag 23 februari 2020 in De Roos.

Den Haag

Den Haag groepsmeditaties

In Den Haag zijn de avondmeditaties normaliter op de eerste en derde donderdag van de maand o.l.v. Yogacharya Claudia Cremers.

Als je langere tijd niet hebt deelgenomen aan de meditaties en niet zeker bent of je in het bestand van de regio Den Haag zit, kan je je daarvoor aanmelden bij Claudia Cremers via: c_cremers@hotmail.com.

Dit zijn de geplande data voor 2020:

23 Januari, 20 Februari, 5 en 19 Maart, 2 en 16 April, 7 en 21 Mei, 11 en 25 Juni (2e en 4e donderdag), 2 en 16 Juli (OVB), 17 September, 1 en 29 Oktober, 4 en 19 November, 3 en 17 December (OVB).

Locatie: De meditaties vinden plaats in Spiritueel Centrum "De Ruimte", Witte de Withstraat 27 te Den Haag.

Aanvang 18.45, Einde 20.00, zaal open en thee vooraf **vanaf 18.15**

Bijdrage €8,- incl. thee

Bereikbaar: Tram 16 halte Elandstraat (v.a. Den Haag CS 10 min.) of met de auto 2 uur vrij parkeren bij de AH, Elandstraat.

Inwijdingsweekend Den Haag

Op **zaterdag 26 September (13.00-17.00)** en **zondag 27 September (09.00-13.00)** staat er een inwijdingsweekend gepland in Den Haag op de Witte de Withstr.27. Inwijdingen alleen op zaterdag 26 September. Meditaties en uitleg op zondag 27 september, hieraan kan

iedereen deelnemen. Voor de precieze dagindeling houdt u de website in de gaten: www.kriyayogameditatie.nl

Aanmeldingen bij: c_cremers@hotmail.com of 040-2265576.

Rotterdam

Iedere tweede en vierde woensdag van de maand om 20.30 uur meditaties voorlopig o.l.v. Carlos Mutsaers, carlos.mutsaers@ziggo.nl tel. 0655758782. Alle andere woensdagavonden (eerste, derde en eventueel vijfde) is er tweede Kriya voor diegene die ingewijd zijn in de tweede Kriya techniek.

De meditatie vindt plaats bij Yoga Frans, op het adres Slaak 88 in Rotterdam. Bereikbaar met tram lijn 1 vanaf Rotterdam C.S. richting Esch, uitstappen halte Oostplein. Bij de hoek van "De Dijk" is rechts beneden de Slaak. Of met de metro naar halte Oostplein, vanaf C.S. overstappen Beurs.

We gebruiken de achteringang. Geen meditaties in juli, augustus, met Kerst en Nieuwjaar.

Sterksel

Iedere donderdagavond om 20.00 uur meditatie o.l.v. Peter van Breukelen in het Kriya Yoga Centrum, Heezerweg 7 in Sterksel (tel. 040-265576). Als je niet regelmatig naar de meditatie komt, bel dan even naar Peter om te vragen of de meditatie doorgaat.

Kortrijk, België

Iedere vrijdag avond meditatie o.l.v. Jos Ide, Kortrijk, België. Meld je van te voren even aan bij Jos Ide, (tel. 056-216719).

Gent, België

Iedere maandag avond is er om 20.40 groepsmeditatie (Patrick Christens tel. 0032 499/157513).

Wat is Kriya Yoga?

- ❖ Kriya Yoga is de authentieke meditatietechniek zoals doorgegeven door Babaji Maharaj, Lahiri Mahasaya, Swami Sri Yukteswar en Paramahansa Hariharananda.
- ❖ Paramahansa Hariharananda is een discipel van Swami Sri Yukteswar en Paramahansa Yogananda. Hij heeft het stadium van nirvikalpa samadhi bereikt, het stadium waar het lichaam volledig onder controle is. Hij is 95 jaar geworden.
- ❖ Kriya Yoga meditatie is een wetenschappelijke meditatietechniek die gelijktijdig lichaam, geest en ziel ontwikkelt.
- ❖ Het combineert verscheidene vormen van Yoga in een beknopte, effectieve techniek om voorbij lichaam, zintuigen en gedachten te gaan.
- ❖ Kriya Yoga omvat een aantal ademhalings-, lichaams- en concentratieoefeningen die de levensenergie transformeren in kosmisch bewustzijn.
- ❖ Beoefening van Kriya Yoga meditatie geeft ervaringen van goddelijk licht, geluid, pulsatie en kennis van de goddelijke toestand van de ziel.
- ❖ “Kri” betekent handelen en “Ya” betekent de ziel. Kriya is het waarnemen van goddelijkheid in alles.
- ❖ Kriya Yoga is niet sektarisch of dogmatisch. Het is de essentie van alle religies.
- ❖ Om Kriya Yoga te kunnen beoefenen dient men eerst een inwijding te ontvangen. Tijdens de inwijding worden lichaam en geest gereinigd zodat men goddelijke ervaringen van licht, geluid en vibratie kan waarnemen.
- ❖ Iedere Kriya Yoga ingewijde kan deelnemen aan de Kriya Yoga programma's tegen een minimale vergoeding van € 7.- per meditatie.
- ❖ Paramahansa Prajnanananda, Swami Shuddhananda, Swami Mangalananda, Yogacharya Christine Jacobsen, Rajarshi Peter van Breukelen en Yogacharya's Claudia Cremers, Petra Helwig en Uschi Schmidtke geven regelmatig inwijdingen en begeleiding in de meditatie in vele plaatsen in Europa.



Paramahansa Yogananda - 1951 in Amerika

Kriya Yoga Centrum te Sterksel

Voor het komende jaar zijn we weer actief met de verdere uitbreiding en het onderhoud van het Kriya Yoga Centrum te Sterksel. Er is een mooi ontwerp om een gedeelte van de oude meditatiehal om te bouwen tot 2 kamers met sanitair.

De bouw van deze nieuwe kamers is op dit moment nog niet goedgekeurd door de gemeente, maar we hebben goede hoop dat het dit jaar wel gaat lukken.

Nieuwe Evenementen in het “Yogananda-Jaar”

In 2020 en 2021 zal Paramahansa Prajnanananda in veel Europese landen zijn, om speciale evenementen en Kriya Yoga programma's te leiden ter ere van het feit dat Paramahansa Yogananda 100 jaar geleden naar het Westen kwam.

Ook zal Paramahansa Prajnanananda voor het eerst Turkije, Marokko, Kameroen, Kenia en andere landen bezoeken om nieuwe Kriya Yoga programma's te leiden. Hij zal daar ook, met andere leraren en monniken, deel nemen aan speciale inter-religieuze evenementen. Deze reizen worden mede voorbereid en gefinancierd door ons Kriya Yoga Centrum.

We vragen je vriendelijk om bij te dragen aan de financiering van het Kriya Yoga Centrum en aan de nieuwe programma's verder weg in de wereld.

Met Yoganandaji's pioniersgeest in gedachten, kan ieder zijn steentje bijdragen om de authentieke Kriya Yoga technieken zowel dichtbij, als over de hele wereld te verspreiden!

Je kunt je bijdrage overmaken op bankrekeningnr.:

NL19ABNA0412514931

t.n.v. Stichting KYM

Voor de Nederlanders zijn de donaties aan de stichting, onder bepaalde voorwaarden, aftrekbaar bij de inkomstenbelasting.

Bij voorbaat hartelijk dank voor je bijdrage!





Paramahansa Prajnanananda in Homestead - Florida

De meester en zijn leerling op het strand van Puri - India



Internationale adressen - Kriya Yoga Centra

Nederland	Sterksel: Rajarshi Peter van Breukelen	Kriya Yoga Centrum Heezerweg 7 6029 PP Sterksel tel. 040-2265576 info@kriyayogameditatie.nl www.kriyayogameditatie.nl
Oostenrijk	Tattendorf: Paramahansa Prajnanananda, Swami Mangalananda	Kriya Yoga Zentrum Pottendorferstr. 69 A-2523 Tattendorf tel.0043 2253 81491 fax 0043 2253 80462 kyc@kriya.eu www.kriya.eu
VS	Kriya Yoga Ashram	24757 SW 167 Ave. Homestead FL 33031-1364 USA tel. 001-305-2471960 fax 001-305-2481951 institute@kriya.org www.kriya.org
India	Balighai Ashram	Hariharananda Gurukulam Balighai Post. Chaittanna Puri – 2 Orissa tel. 0091-6752246644 seva@prajnanamission.org www.prajnanamission.org
	Cuttack:	Kriya Yoga Ashram Nimapur p.o. Jagatpur Cuttack 754021 tel. 0091-671-2491724 pmission@sify.com

Kriya Yoga contactadressen

België	Kortrijk: Jos Ide	Tulpenlaan 2 8500 Kortrijk tel. 0032-56-216719 Scheldestraat 153
	Gent: Mieke de Palmenaer	Meld je even aan bij Patrick +32 (0)499 - 157513, patrick.christens@telenet.be

