

## programme

### **vendredi 18 janvier 2019**

à partir de 19h30 conférence de Swami Mangalananda Giri  
« La Voie Originelle et Ancestrale du Kriya Yoga »

### **samedi 19 janvier 2019 de 9h à 17h30 : pratique \***

9h à 13h initiation et apprentissage des techniques  
15h30 à 16h30 révision des techniques  
16h30 à 17h30 méditation 1<sup>er</sup> kriya

### **dimanche 20 janvier 2019 de 9h à 17h : pratique \***

9h à 10h30 méditation 2<sup>e</sup> kriya  
10h45 à 13h enseignements et méditation 1<sup>er</sup> kriya  
15h à 16h questions/réponses  
16h à 17h méditation 1<sup>er</sup> kriya

### **lieu**

Association Jeunesse et Habitat,  
16 rue Bernard Palissy - Tours (37)

## participation financière

### **pour les personnes initiées**

- 5 € - pour la conférence du vendredi
- 25 € - la journée / 15 € - la demi-journée

### **pour les nouveaux participants**

- 5 € - pour la conférence du vendredi
- 150 € - pour le week-end\*\*

\*\* La conférence et les 2 jours sont inclus dans les donations demandées.

### **Merci d'apporter votre tapis et votre coussin.**

Tout participant au week-end devra être à jour de son adhésion à l'Institut du Kriya Yoga (France) pour 2019, soit 12 €.

Ce week-end est organisé, de façon entièrement bénévole, par le groupe de méditation Kriya-Yoga de Tours.

L'argent récolté permettra de rembourser les frais de salle, le déplacement de l'enseignante et l'entretien des centres de Kriya-Yoga en Europe.

## informations diverses

### **renseignements et inscriptions**

auprès de Joan  
06 46 84 18 25 - kriya.yoga.tours@gmail.com

### **hébergement**

Possibilité de loger sur place :  
20 € la nuit pour une chambre ("type étudiant" de 16 m²).

Merci d'appeler directement l'association "Jeunesse et Habitat"

**après le 2 janvier 2019, pas avant.**

Tél. : 02 47 60 51 51

ou voir [www.tours-tourisme.fr](http://www.tours-tourisme.fr) et [www.airbnb.fr](http://www.airbnb.fr)

## centres kriya yoga en Europe

Kriya Yoga Centre Vienne



Pottendorferstrasse 69 - 2523 Tattendorf - Autriche

tél. +43 2253 81491

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

[www.kriyayoga-europe.org](http://www.kriyayoga-europe.org) - [www.kriya.org](http://www.kriya.org)

Kriya Yoga Centrum



Sterksel - Heezerweg 7 - 6029-PP, Sterksel - Pays-Bas

tél. +31 40 226 55 76

e-mail : [kriya.yoga@worldonline.nl](mailto:kriya.yoga@worldonline.nl) - [www.kriya.org](http://www.kriya.org)

[www.kriya.asso.fr](http://www.kriya.asso.fr)



## la science originelle du *kriya yoga*



**Swami Mangalananda Giri**

**Tours - 18 au 20 janvier 2019**

## initiation

Les personnes désirant apprendre le Kriya Yoga doivent d'abord recevoir l'initiation d'un enseignant autorisé à le faire par Paramahansa Prajñanananda.

Au cours de l'initiation, on purifie le corps, la colonne vertébrale et les organes des sens. Puis on transmet les trois qualités divines que sont la lumière, la vibration et le son.

Pour l'initiation veuillez s'il vous plaît apporter les offrandes suivantes

- cinq fruits (symbolisant les fruits tirés de ses propres activités dans la vie),
- cinq fleurs (représentant les cinq sens),
- une donation financière de 150 € – (représentant le corps physique)

Après la cérémonie d'initiation, les techniques du 1<sup>er</sup> kriya seront enseignées. Les nouveaux initiés doivent participer à au moins trois méditations au cours de ce séminaire, afin de pouvoir intégrer et mémoriser les techniques.

Pour l'initiation et les méditations, veuillez vous munir d'un coussin, tapis ou couverture et d'une tenue confortable et correcte.

## swami mangalananda giri

Née en Allemagne, Swamiji a grandi près de Stuttgart. En 1992, elle a reçu l'initiation de Rajarshi Peterananda. Docteur en médecine en juillet 2000, elle est ordonnée Swami en septembre 2000 sous le nom de Swami Mangalananda Giri (Félicité auspiciuse).

Swamiji est la première femme moine dans la lignée de Paramahansa Hariharananda.

Elle réside à l'ashram de Tattendorf en Autriche.

### références bibliographiques

- *Paramahansa Yogananda : Autobiographie d'un yogi*, aux Editions Adyar;
- *Paramahansa Hariharananda : Kriya Yoga, La voie spirituelle originelle transmise par les Maîtres Réalisés*, aux Editions du Dauphin;
- *Paramahansa Prajñanananda*, en compagnie des Maîtres du Kriya Yoga, *Le yoga originel, Chemin de vie, Chemin d'éveil, Paroles de sagesse, La vie de Paramahansa Hariharananda*, aux Editions du Dauphin;
- *Sri Yukteshwar Giri : La science sacrée*, Editions Adyar.

« La thèse fondamentale du yoga en général et du kriya yoga en particulier est que nous sommes une version miniature du cosmos, un microcosme, un univers qui évolue dans le macrocosme du monde. Le créateur suprême se cache en nous et, par l'intermédiaire de la respiration, il anime chacune de nos actions – d'où le nom kriya : tout travail « kri » est fait par le pouvoir de l'âme « ya ». Les diverses forces cosmiques contrôlant l'éther, l'air, le feu, l'eau et la terre contrôlent aussi les différents types d'activités humaines, à savoir: les activités religieuses, les relations humaines, la nutrition, la procréation et l'acquisition de biens. Le yoga représente les moyens d'unir cette correspondance entre le microcosme et le macrocosme, en réalisant la vérité derrière l'union du moi individuel et du Moi suprême. »

## lignée des maîtres



« Si vous savez qui vous êtes, si vous savez pourquoi vous êtes venu en ce monde et où vous allez, vous aurez réalisé le but de votre vie. »

Paramahansa Prajñanananda



### Paramahansa Prajñanananda (à gauche)

Successeur désigné par son Maître Paramahansa Hariharananda, il continue sa mission et enseigne une seule chose : aimer. A travers chaque action et chaque souffle il nous demande instamment de réaliser que nous sommes tous divins et d'atteindre cet état de félicité de l'amour divin et du contentement grâce à une autodiscipline simple et à la pratique du Kriya Yoga.

### Paramahansa Hariharananda (1907-2002, à droite)

Rempli d'amour et de pureté, issu d'une longue lignée ininterrompue de Maîtres, il a atteint l'état de nirvikalpa samadhi (l'état sans souffle ni pulsation), le but le plus élevé pour un yogi réalisé. Disciple de Shri Yukteshwar et de Yogananda, il a diffusé le Kriya Yoga en Orient et en Occident.