



BABAJI'S KRIYA YOGA

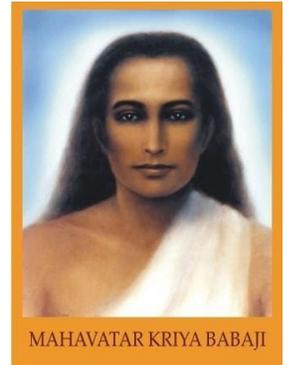
Satsang & Sadhana (Lehrvortrag + Praxis)
mit Acharya Chaitanya

Babaji's Kriya Yoga Order of Acharyas

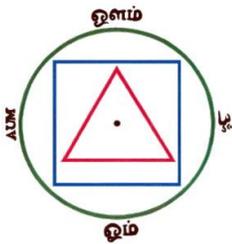
Sonntag, 28. April in Steyr (Alte Schäfterei)

KRIYA YOGA ist die heilige Kunst und Wissenschaft der inneren Alchemie und verkörpert die Lehren von Mahavatar Babaji und das zeitlose Wissen aus der Tradition der Yoga-Siddhas. Es verbindet Kundalini-Tantra-Yoga und den klassischen Patanjali Yoga zu einem ganzheitlichen spirituellen Yoga.

Babaji's Kriya Yoga ist ein **INTEGRALER, 5-facher YOGA** in dessen Praxis wir uns fünf verschiedener Sadhanas (Praxiswege) bedienen, nämlich **Hatha Yoga, Pranayama Yoga, Dhyana Yoga, Mantra Yoga und Bhakti Yoga**. Im Zentrum aller Praxis steht die Förderung von Präsenz-Bewusstheit (sat-chit) und die Entfaltung Deiner Lebenskraft (prana-shakti). Dadurch entstehen Freiheitsgrade für Deine Lebensgestaltung, Ausgeglichenheit im Umgang mit Belastungen und eine bedingungslose innere Lebensfreude (chit-ananda)



MAHAVATAR KRIYA BABAJI



Die Begegnung beinhaltet eine Einführung in die Kriya Yoga Asanas sowie in die Grundlagen der Pranayama-, Meditations-, und Mantra Praxis. Der Einführungsvortrag dient dem Verständnis von Kontext und Ziel der Yoga Praxis. Die Teilnahme soll sukzessive zum eigenständigen Praxiseinstieg inspirieren und bemächtigen und ein Grundverständnis von integrelem und transformativem Yoga vermitteln.

TEILNAHME: Unabhängig von Vorkenntnissen, körperlichen Einschränkungen und kultureller oder religiöser Zugehörigkeit geeignet für Yogaanfänger, die sich mit einer spirituellen Yogatradition vertraut machen wollen, für Yogaschüler, die ihre Asana-Praxis und ihr Leben bewusster und spiritueller gestalten und integrieren wollen, sowie für Yogaerfahrene, die ihre etablierte spirituelle Praxis und ihr yogisches Wissen durch neue Einsichten und Erfahrungen erweitern wollen. *Speziell für Interessierte an einer Einweihung in den Kriya Yoga, ist diese Begegnungsreihe zum Kennenlernen sicherlich eine bereichernde Gelegenheit.*

Chaitanya lebt mit seiner Familie in Niederösterreich und leitet dort einen Yoga-Ashram namens *KriyaMandiram* wo er regelmäßig neben Satsang, Yogakursen und Gruppenmeditationen, mehrtägige Schweige-Meditations-Retreats und Einweihungen in Babaji's Kriya Yoga hält.

Programm: 0900 Uhr Einklang & Impulsvortrag - 0930 Uhr Kriya Hatha Yoga - 1100 Uhr Pranayama - 1130 Uhr Meditation - 1200 Uhr Ausklang und gemeinsamer Brunch



Termin: Sonntag 28. April 09-12 Uhr, weitere Termine im Mai und Juni sind absehbar.

Veranstaltungsort: Wehrgrabengasse 35, 4400 Steyr

Wertschätzung: Empfehlung € 35,-

Mitzubringen: eine kleine vegetarische Speise zum Teilen, Yogamatte, optional: Sitzkissen, Schreibzeug

Anmeldung: Persönliche Anmeldung im Voraus erforderlich unter connect@rajayoga.at oder 0664 4180940