



Paramahansa Hariharananda Giri  
(1907-2002)

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



Paramahansa Prajñanananda Giri

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



## Le Kriya Yoga

« 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 : toute activité 'Kri' est effectuée 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 le moyen d'unir cette correspondance entre le microcosme et le macrocosme, en réalisant la vérité derrière l'union du moi individuel et du Moi suprême. »



SWAMI MANGALANANDA GIRI

Institut de Kriya Yoga

TOURS  
18 au 20 OCTOBRE 2024



# Programme

## Vendredi 18 Octobre 2024

19h00 : Conférence ouverte à tous.

### " La voix originelle et ancestrale du Kriya Yoga"

Participation : 5 euros

## Samedi 19 Octobre 2024

08h30 - 09h00 : Accueil et installation

09h00 - 13h00 : Initiations et apprentissage des techniques

13h00 - 15h00 : Temps libre

15h00 - 17h30 : Révision des techniques et Méditation 1er Kriya

17h30 : Rangement de la salle

## Dimanche 20 Octobre 2024

08h30 - 09h30 : Méditation 2<sup>ème</sup> Kriya

10h15 - 13h00 : Méditation 1<sup>er</sup> Kriya et Questions/Réponses

13h00 - 15h00 : Temps libre

15h00 - 17h00 : Méditation 1<sup>er</sup> Kriya et Questions/Réponses

17h00 : Rangement et nettoyage salle

# Initiation

Les personnes désirant apprendre les techniques du Kriya Yoga doivent au préalable recevoir l'initiation d'un enseignant autorisé à le faire par Paramahansa Hariharananda ou par Paramahansa Prajñanananda.

Au cours de l'initiation, les 7 chakras, les organes des sens et le corps entier seront purifiés au niveau astral et causal. Pour approfondir la méditation, on apprend comment percevoir les 3 qualités divines que sont la lumière, la vibration et le son.

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

- 5 fruits (symbolisant vos actions dans le monde)
- 5 fleurs (symbolisant vos 5 sens)
- une donation financière de 150 € (symbolisant votre corps physique)

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, de déplacement de l'enseignante et l'entretien des Centres de Kriya Yoga en Europe.

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

Swami Mangalananda Giri a grandi en Allemagne. En 1994, elle rencontra son maître Paramahansa Hariharananda Giri. Elle l'a accompagné lors de ses voyages en Europe, a traduit ses conférences et ses séminaires. En parallèle, elle a terminé ses études médicales. Peu de temps après l'obtention de son doctorat en 2000, elle a été initiée à l'ordre des Sannyasins ("renonçants") par Paramahansa Hariharananda Giri, qui l'a autorisée à enseigner le Kriya Yoga. Elle mène des programmes dans toute l'Europe. Swami Mangalananda Giri vit au Centre Européen de Kriya Yoga en Autriche.

## CONTACT

**Joan : 07 88 07 61 85**

kriya.yoga.tours@gmail.com

ADRESSE du programme

Salle 03 à MAME

49, boulevard Preuilly

**37000 – TOURS**

## HÉBERGEMENT

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

[www.airbnb.fr](http://www.airbnb.fr)

## TARIFS

Déjà initiés	Demande d'initiation
Conférence 5 €	Conférence 5 €
Samedi ou dimanche 15 € ½ journée	+ Donation 150 €
Samedi ou dimanche 25 € journée	+ Adhésion 10 €
Samedi et dimanche 50 € les 2 jours	
+ Adhésion 10 €	

[www.institutkriyayoga.fr](http://www.institutkriyayoga.fr)