



Paramahansa Hariharananda Giri  
(1907-2002)

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 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. »



**Yogacharya Claudia Cremers**

**Institut de Kriya Yoga**

**CAPIAN (33)**

*près de Bordeaux*

**4 au 6 Avril 2025**

---

# Programme

## Vendredi 4 Avril 2025

À partir de 19h30 : Conférence ouverte à tous.  
Obligatoire pour les futurs nouveaux initiés.

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

Participation : 5 euros

## Samedi 5 Avril 2025

08h30 – 09h00 : Accueil

09h00 – 13h00 : Initiations et apprentissage  
des techniques

13h00 – 16h00 : Temps libre

16h00 – 18h30 : Révision des techniques  
et Méditation

## Dimanche 6 Avril 2025

10h00 – 13h00 : Questions/Réponses  
Méditation

13h00 – 14h45 : Temps libre

14h45 – 16h45 : Questions/Réponses  
Méditation

16h45 : 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.

# Yogacharya Claudia Cremers

Initiée par Rajarschi Peter Van Breukelen en 1987, Claudia a rencontré Paramahansa Hariharananda en 1990.

Elle a beaucoup servi et médité avec son Maître. Elle est autorisée à initier des chercheurs spirituels au Kriya Yoga depuis Mai 2007.

Native des Pays-Bas, Claudia a étudié la musique et le droit à Amsterdam et à Paris (ENA).

De 1987 à 2012, elle a travaillé en tant que représentante du gouvernement néerlandais dans les affaires internationales.

Depuis 2012, elle vit dans l'Ashram aux Pays-Bas et consacre maintenant son temps à l'enseignement du Kriya Yoga à la demande de Paramahansa Prajñanananda.

## CONTACT

**Éric : 06 78 01 24 80**

[ericbonnaudeau@gmail.com](mailto:ericbonnaudeau@gmail.com)

ADRESSE du programme

Association VILLAMAVIE

Centre la Monerie

33550 -CAPIAN

## HÉBERGEMENT

Vous pouvez réserver vous-même un hébergement directement sur place :

<http://Villamavie.fr>

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)