Aportación seminario y forma de pago

El seminario tiene un importe de 150 €. Los alumnos de Camí de Llum: 130 €. Dicha cantidad se puede abonar en forma personal en la recepción de Camí de Llum o realizando un depósito en la cuenta de La Caixa :
2100-3333-80-2200112884
indicando tu nombre y apellidos.

Inscripción

Una vez realizado el pago, entregar en la recepción de Camí de Llum el Formulario de Inscripción. Dicho trámite se puede realizar también vía e-mail o por correo, enviando el formulario completo que también puedes descargártelo desde nuestra página Web.

Personas fuera de Barcelona

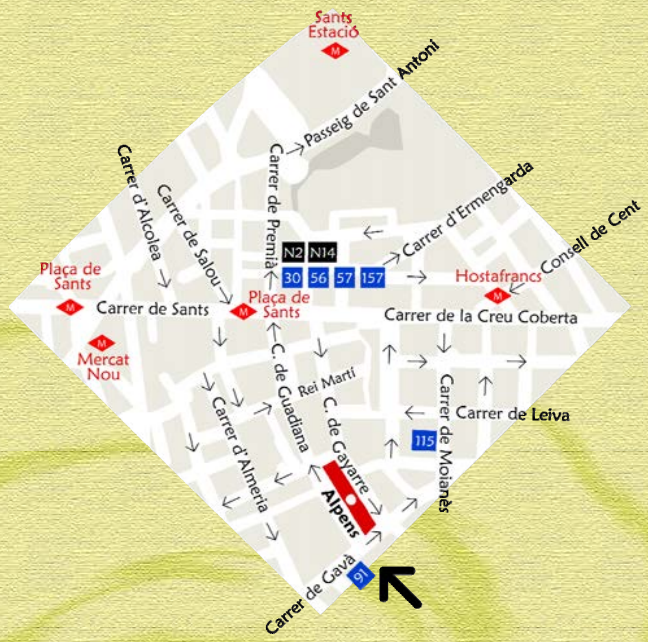
Las personas que residáis fuera de Barcelona, os podemos ayudar a buscar hotel cercano al centro de Yoga, para que podáis desplazaros caminando.

Material necesario

Ropa cómoda, manta, aislante para el suelo, cojín de meditación, chal o mantón de meditación, cuaderno y bolígrafo.

Se entregarán certificados de asistencia

PLAZAS LIMITADAS



Centre de ioga i teràpies naturals
CAMÍ DE LLUM®

Alpens 20. 08014 - Barcelona
00-34-934 228 915
info@camidellum.es
www.camidellum.es

M L1 L5 Plaça de Sants

30, 56, 57, 91, 115, 157

N2, N14

renfe Estación de Sants

"LA MEDITACIÓN EN EL YOGA Y EN EL BUDISMO"

Teoría y Práctica

Fechas

19, 20 y 21 de octubre de 2012

Conducido por

Sw. Digambarananda Saraswati

(Danilo Hernández)

Organiza

Centre de ioga i teràpies naturals
CAMÍ DE LLUM®

"LA MEDITACIÓN EN EL YOGA Y EN EL BUDISMO", Teoría y Práctica

Buda y Patanjali coinciden en el diagnóstico sobre la "enfermedad" del Ser Humano. El problema no radica en el cuerpo, aunque éste sea el recipiente donde generalmente se manifiestan las dolencias y sus síntomas. La raíz del problema está en la mente.

Patanjali y Buda también coinciden en que la mejor medicina para "sanar" la mente es la Meditación. Las terapias, los rituales, los ejercicios físicos de todo tipo, etc., son de gran ayuda y tienen su propio lugar. Pero únicamente "la purificación mental" que se realiza a través de la Meditación, es capaz de extirpar en su raíz los padecimientos y toda la problemática del individuo. Es un proceso de sanación que solo puede realizarlo Uno Mismo.

La práctica de la meditación es la VIA DIRECTA para purificar la mente y superar todo tipo de conflictos. La práctica de ésta técnica despierta el potencial latente en la mente y encauza la vida de forma armoniosa convirtiéndola en un proceso de Autorrealización.

Temas que se van a abordar en el seminario

- Una visión profunda y completa del contexto de la Meditación.
- La esencia de las enseñanzas de BUDA y PATANJALI.
- Similitudes y diferencias.
- Papel e importancia del los códigos éticos en el "Ashtanga Yoga" y en el "Noble Óctuple Sendero".
- Métodos de Meditación en el BUDISMO.
- Métodos de Meditación en el YOGA.
- Proyección interpersonal de la práctica de la Meditación.
- La enseñanza se complementará con práctica de Asanas y Yoga Nidra.

Swami Digambarananda Saraswati

Discípulo de Sw. Satyananda y Sw. Niranjanananda. Dedicado a la enseñanza del yoga desde 1975. Es fundador y director de la Escuela de Yoga de Chamartín "Bindu", en Madrid.

Es profesor de Yoga titulado por la "Sivananda Yoga Vedanta Forest Academy" de Québec, Canada, en 1975. Desde 1984 permanece vinculado a la Bihar School of Yoga de Munger, India. En 1993 fue reconocido como Yogacharya (maestro de yoga) por la Bihar School of Yoga y el International Yoga Fellowship Movement.

Es autor del libro "Claves del Yoga", obra de gran interés por ofrecer una síntesis completa de la enseñanzas del yoga expuestas de manera sistemática, objetiva y clara.

Sw. Digambar destaca por su gran precisión, profundidad y sentido del humor. El enfoque realista que ofrece sobre el yoga permite que la práctica del yoga pueda reflejarse en nuestra vida cotidiana, proyectándose en todo lo que realizamos y vivimos.

Desde hace años, dirige regularmente cursos de Yoga en diferentes ciudades españolas y en Sudamérica

Horarios

Viernes	19:00 ➲ 21:00
Sábado	10:00 ➲ 14:00 16:30 ➲ 20:30
Domingo	10:00 ➲ 14:00

Rogamos puntualidad para no entorpecer la dinámica del curso

La puerta de la calle se cerrará a la hora.

Las personas que no podáis venir el viernes, notificarlo para planificar el inicio del curso.