

YOGA SUTRAS



CURSO CERTIFICADO



OBJETIVOS

SOBRE LOS CURSOS

Los Yoga Sutras de Patanjali es la obra que atesora la sabiduría y espiritualidad del Yoga. Este curso invita tanto a la exploración, el aprendizaje y la comprensión que allí se guardan, como así también a la vivencia de toda la enseñanza contenida y latente.

Tiene como objetivo estudiar y reflexionar sobre todos y cada uno de los aforismos que componen el libro, extrayendo la esencia de su filosofía, el método práctico, y el proceso de transformación que supone el camino trascendente del ser humano.

Aquello que antiguamente se transmitía de forma oral, hoy tiene la posibilidad de estar disponible en el texto, no solo para la comprensión intelectual de su sabiduría, sino sobre todo, para construir el camino evolutivo de la consciencia.

Para llevar adelante este proceso de autoconocimiento, abordaremos distintos comentarios sobre el texto, tanto clásicos y antiguos, como modernos, analizaremos conceptos y perspectivas desde el campo de la filosofía y la psicología, entre otros, y reflexionaremos desde la propia experiencia de cada una/o, a fin de amplificar y profundizar lo atesorado en cada sutra.





TEMAS DE ESTUDIO

El programa de contenidos está compuesto por una introducción y por los cuatro capítulos o “padas” de la obra con sus 195 aforismos:

INTRODUCCION: filosofía y cosmovisión en la India antigua. Contexto histórico, antecedentes, forma de escritura y transmisión. ¿Quién fue Patanjali? Filosofía Samkhya.

SAMADHI PADA: expone la naturaleza general del yoga, describe las fluctuaciones de la mente, sus causas y sus efectos. Presenta la técnica para la estabilización de la mente, sus distintas formas, los obstáculos, y los medios a través de los cuales disminuir y cesar las fluctuaciones mentales que arrastran la consciencia, alcanzando entonces el estado de interiorización completa.

SADHANA PADA: trata sobre las condiciones de la vida humana, y la angustia inherente a dicha condición reflejada en la ignorancia como la causa del dolor. ¿Cómo trascender esto? El medio para lograr este abandono (de la ignorancia) es la lucidez imperturbable del discernimiento.

El camino en ese sentido se expresa en los ocho miembros o aspectos de la práctica del Yoga en su conjunto: yama, niyama, asana, pranayama, pratyahara, dharana, dhyana y samadhi. Se analizan las cinco primeras prácticas externas.

VIBHUTI PADA: se consideran los medios internos que completan los anteriores en el Yoga de los ocho pasos. Se aborda la naturaleza de la transformación, y se describen las distintas facultades y capacidades que se obtienen a partir de la práctica de samyama como aspecto supremo que integra dharana, dhyana y samadhi.

KAIVALYA PADA: se exhibe la filosofía propia del Yoga, especialmente en cuestiones fundamentales de la metafísica como: el tiempo, la naturaleza del conocimiento, el karma, los samskaras y vasanas, entre otras. Finalmente se describe el estado de emancipación, liberación, la realidad espiritual última. “El poder de la conciencia es absoluto cuando no se vuelve a limitar”

govinda



Espacio de Yoga

FORMATO & VALORES

CURSADA

La Modalidad es Presencial en Av Triunvirato 3641 o Virtual a través de la plataforma Zoom.

Se entrega Certificado Yoga Alliance® (completando el 100% de las clases).

DIAS Y HORARIOS

Los días sábados el horario será de 14 a 17.30 hs.

Los días domingos el horario será de 9 a 12.30 hs.

Introducción y Samadhi pada

-Duración: 5 módulos

-Fechas: 11-12-25-26/5, y 8/6

Sadhana pada

-Duración: 3 módulos

-Fechas: 27-28/7, y 10/8

Vibhutti pada

-Duración: 3 módulos

-Fechas: 7-8-21/9

Kaivalya pada

-Duración: 3 módulos

-Fechas: 19-26-27/10

VALORES

Curso Completo:

Efectivo/Transferencia: \$ 180.000.-

Otros Medios de Pago: \$ 240.000.-

Curso Individual:

Samadhi Pada: \$ 70.000.-

Resto de los cursos pago individual: \$ 46.500.-

Descuento 10% Alumnos Biología del Yoga



DOCENTE A CARGO



Miguel Tondi

E-RYT 200 | YACEP

Estudió en la Fundación Indra Devi, en Yoga Kai y tomó cursos de actualización en Yoga Baires.

Obtuvo la Certificación científico-académica del Instituto de Ciencias Aplicadas al Deporte y la Educación en Biomecánica Deportiva.

Asistió a seminarios de Psicoimmunoneuroendocrinología en la Fundación Salud.

Cursó la Formación en Medicina Tradicional China.

Dicta clases regulares en Govinda Yoga Studio y dirige la Formación Docente.