

PROGRAMA ESPECIAL LA FASCINACIÓN DEL YOGA

YOGA ANTIGUO, MEDIEVAL Y MODERNO

Los cuerpos en el yoga a lo largo de milenios

Con: Dr. Mark Singleton y Madhana Agulla

21 DE MARZO

GRAN HOTEL LOS ABETOS, SANTIAGO DE COMPOSTELA



info@yogasananda.com Tel. 616 40 68 69



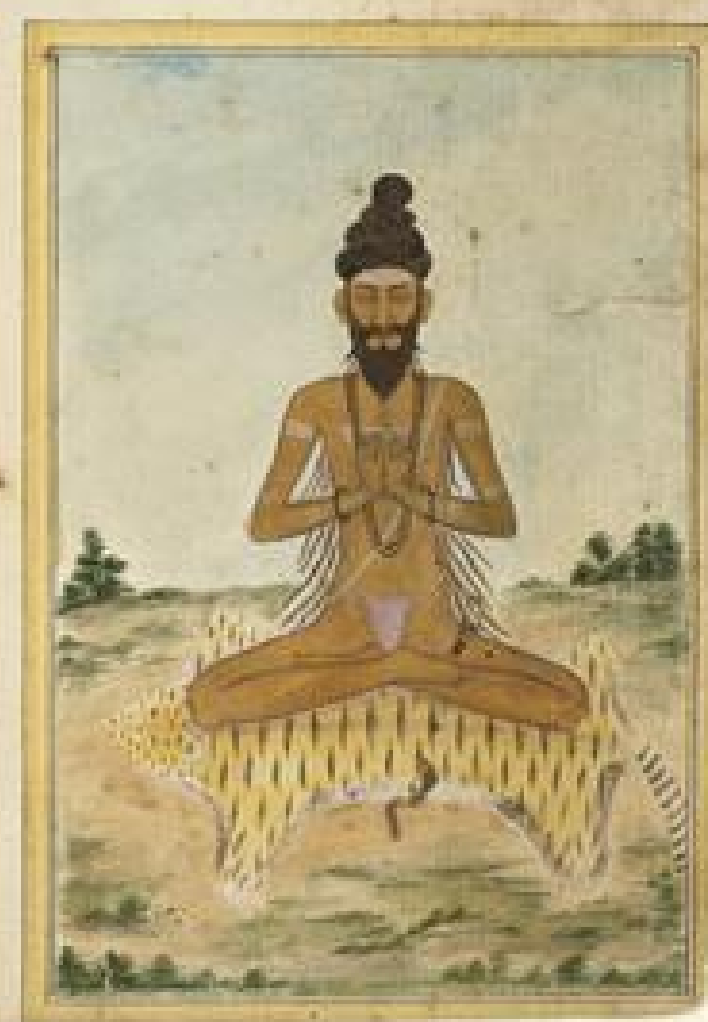
GRAN
HOTEL LOS ABETOS
SANTO DOMINGO DE LOS CABALLEROS



SOBRE PROGRAMA

En este programa “La fascinación del yoga - Yoga antiguo, medieval y moderno: Los cuerpos en el yoga a lo largo de milenios”, es un especial acercamiento a las raíces y la evolución del yoga con su inmensa riqueza de prácticas relacionadas con su fisiología sutil, sus cuerpos, canales energéticos y transformación. Asimismo, enseñanzas de Meditación, Asanas y Pranayama.

Es una magnífica ocasión de ahondar en lo que distintos textos y tradiciones proponen y, al mismo tiempo disfrutar de los métodos psicofísicos que el Yoga nos proporciona, para impulsarnos hacia el bienestar interior y armonía en nuestra vida. “La salud es riqueza. La paz en la mente es la verdadera felicidad. El Yoga nos enseña el camino”.



PROGRAMACIÓN

9.00h

PRESENTACIÓN

CLASE MADHANA: MEDITACIÓN, CLASE HATHA YOGA, PRANAYAMA, RELAJACIÓN

11.30h

DESCANSO CAFÉ

12.00h

CHARLA MARK SINGLETON: YOGA ANTIGUO, MEDIEVAL Y MODERNO

14.00H - 16.30H

TIEMPO LIBRE

16.30H

CONTINUACIÓN MARK SINGLETON CHARLA Y ENSEÑANZAS

18.30H

CLASE MADHANA: CLASE HATHA YOGA, COMPORTAMIENTO PSÍQUICO Y BIENESTAR ORGÁNICO

20.00H

MEDITACIÓN

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

IMPORTE : 95€ (Después del 1 de marzo 115€)

DR. MARK SINGLETON



Mark Singleton es uno de los mayores especialistas a nivel mundial en el estudio y exposición de la historia del Yoga tradicional y Yoga Moderno.

El Dr. Singleton – Ph.D por la Universidad de Cambridge –, vivió en India, y sintetiza esas extraordinarias cualidades de brillante académico, erudito y practicante de yoga, de cuya filosofía, textos y métodos es un profundo conocedor, gozando de reconocimiento internacional.

Mark, fué profesor en St. John's College y, es editor y autor de numerosos libros entre los que se encuentran : Gurus of Modern Yoga, Yoga in the Modern World, Roots of Yoga – con James Mallinson, y el extraordinario libro “El Cuerpo del Yoga: los orígenes de la práctica postural moderna”, ampliamente acogido tanto por especialistas como practicantes y se ha convertido en un clásico de la historia del Yoga Moderno y que ha transformado la visión actual de la práctica de asanas.

Su labor en el Hatha Yoga Project que ha tenido una duración de 5 años y que ha concluido recientemente, se ha enfocado sobre todo en la historia de las prácticas físicas que fueron incorporadas y asociadas al Yoga en la India precolonial.

Con un grupo de expertos en la investigación y publicación de textos de Hatha Yoga desde el siglo II, están cambiando y ampliando la visión que se tiene sobre el Yoga en todo el mundo.

Yoga in the Modern World

Contemporary Perspectives

Bülent Diken and
Carsten Bagge Laustsen

Routledge Hindu Studies Series

Copyrighted Material

GURUS *of* MODERN YOGA

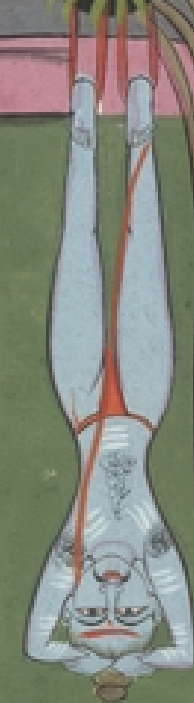
EDITED BY
Mark Singleton *and*
Ellen Goldberg



Roots of Yoga

Translated and edited with an introduction by
JAMES MALLINSON and MARK SINGLETON

PENGUIN CLASSICS



YOGA BODY

THE ORIGINS
OF MODERN
POSTURE
PRACTICE

MARK SINGLETON



TEMAS A TRATAR – MARK SINGLETON

"Los Cuerpos del Yoga" este taller trata de la forma en que el cuerpo se ha entendido en el yoga a lo largo de milenios. Desde los ascetas yoguis tradicionales cuyo yoga busca desprenderse o "hornear" el cuerpo para alcanzar la liberación; a los yoguis que ven el cuerpo como compuesto de "vientos", centros divinos y poderosas energías cósmicas; y a los yoguis que obtienen poderes mágicos porque saben que el cuerpo es solo una ilusión. Todos estos cuerpos pueden enseñarnos para qué sirve el yoga y cómo practicarlo. También pueden ayudarnos a reflexionar sobre las limitaciones del modelo biológico moderno y la visión del cuerpo como máquina promovida por el transhumanismo. Abierto a toda persona que tiene un cuerpo.

MADHANA AGULLA



Fundador del Centro de Yoga Sananda en Vigo, y uno de los fundadores de la Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda (A.I.P.Y.S). Es uno de los pioneros del Yoga en España e introductor del Yoga en Galicia. Dirige Cursos de Formación de Yoga y Filosofía así como simposios, encuentros y seminarios de naturaleza yóguica, científica, filosófica y educativa.

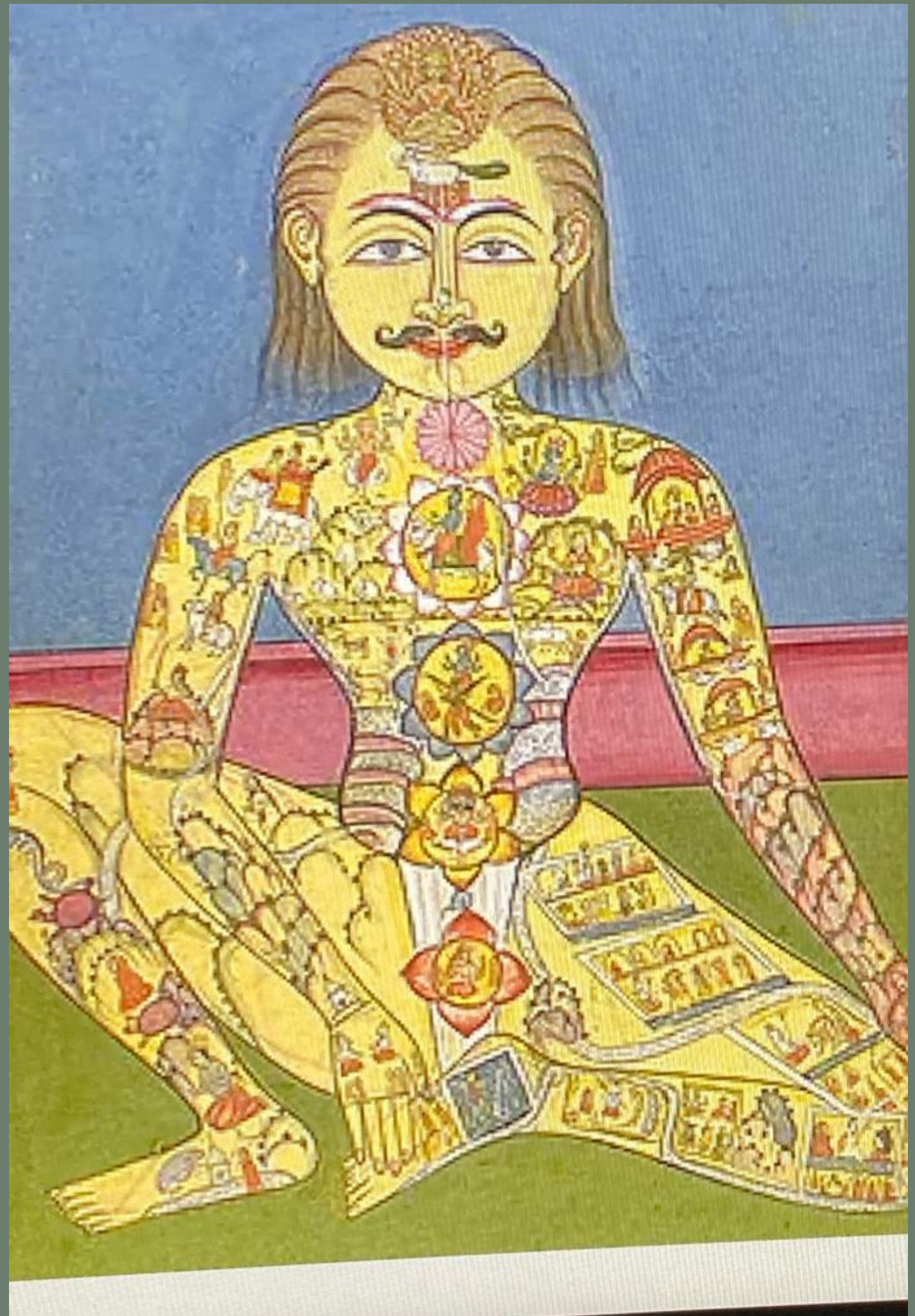
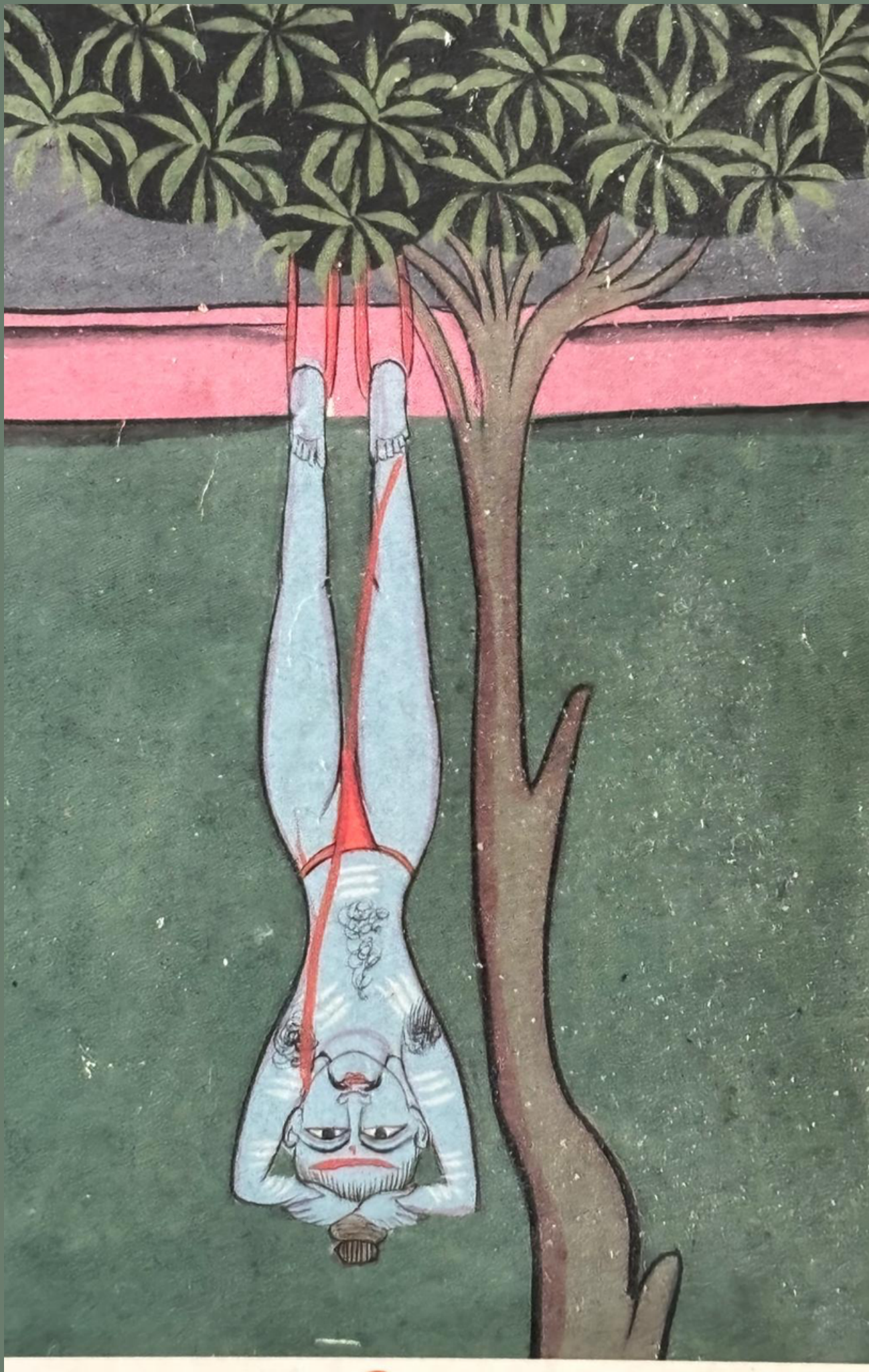
Entre otros muchos lugares ha estudiado en la India, en la Universidad de Mysore con el profesor Ramachandra, y ha vivido y visitado la India en múltiples ocasiones, aprendiendo de los maestros mundialmente más destacados en los ámbitos de las filosofías índicas, métodos diversos de Hatha Yoga y Meditación.

Entre las actividades más destacadas realizadas, se encuentran los Cursos de Profesores de Yoga que a nivel mundial han sido los más numerosos, los cuales se llevaron a cabo en Vigo con más de trescientos participantes de prácticamente todos los países – en momentos donde el Yoga no era tan popular como en la actualidad –, y, que fueron impartidos en español, inglés, alemán y francés.

Por otro lado, muchos han sido los Encuentros sobre Yoga, Medicina, Neurociencia, Meditación y Bienestar con grandes y destacados científicos que han sido estrechos colaboradores del Centro de Yoga Sananda, recordando personalidades de la talla de Santiago Ramón y Cajal Junquera – nieto del premio Nobel –, Dr. Rodríguez Delgado que estuvo en su momento propuesto para el premio Nobel, Dr. José Alvaro Calle, Dr. Fraile y otros, que han contribuido a que las técnicas de Yoga, se valoren como métodos de altísima importancia en el bienestar psicofísico.

Madhana mantiene una estrecha relación con los más destacados académicos de las más prestigiosas universidades, especialistas en sánscrito, filosofía de la India, textos clásicos así como maestros dentro de las distintas tradiciones del Yoga milenario y los sistemas contemporáneos yóguicos.

Ha entrenado a miles de personas en todas las profesiones interesadas en las técnicas del Yoga y crecimiento personal.



TEMAS A TRATAR – MADHANA AGULLA

¿Qué es la meditación? ¿Por qué meditar? ¿Cómo meditar? Filosofías asiáticas y meditación en la sociedad moderna asociada a la mente y cuerpo. Prácticas de meditación, clases de asanas, práctica de pranayama dando atención a la respiración. También hablaremos del comportamiento psíquico y bienestar orgánico – la integración mente-cuerpo y el incremento de la vibración energética a través de la condición mental – toma de conciencia, atención, intención, actitud, desprendimiento y ecuanimidad. Asimismo, la inmovilidad en la asana, duración y relajación. Todo ello, nos impulsa hacia el bienestar global. Por lo tanto, para que las prácticas de Asanas y Pranayama, redunden en altos beneficios, hacemos énfasis en la condición y acercamiento mental y físico que nos impulsa hacia la armonía, serenidad y fortaleza psicosomática.

CONTACTO

info@yogasananda.com

www.yogasananda.com

Tel. 616 406 869

**Más información programa y boletín
de inscripciones en nuestra página web.**

**Los organizadores se reservan el derecho a efectuar cambios
en el programa.*

