

ESCUELA YOGA

Curso de Filosofía y Meditación

Abril a noviembre

Cuarto sábado del mes

Horario: 15hs a 19hs

El estudio de las distintas filosofías y la profundización en sus prácticas nos permiten alcanzar una visión más integral sobre la Vida, el Universo y nuestra relación con nosotros mismos. En nuestro camino espiritual, donde buscamos abrazar y trascender nuestro propio condicionamiento, es fundamental una búsqueda sincera y con una apertura del corazón que nos permita apreciar las distintas herramientas que los Sabios, Yoguis y Profetas nos han legado.

Estas enseñanzas en forma de Textos Sargados, o transmisión oral no serán útiles sino a través de la PRÁCTICA, ya que la práctica trae consigo la REALIZACIÓN. Estos grandes Seres siempre han puesto el foco en ser PRACTICOS a la hora de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás.

Es la propuesta de este Curso de Filosofía y Meditación acercar los conocimientos básicos teóricos y sobre todo una gran cantidad de herramientas prácticas para comenzar a experimentar en la vida cotidiana un avance significativo en el reconocimiento de Si Mismo y la propia naturaleza.

El Hinduismo, el Budismo y el Sufismo serán el faro que iluminarán este ¡primer curso! Aprenderemos sus técnicas de contemplación, meditación, recitación de oraciones y mantras y sobretodo como llevarlo a la Vida Cotidiana.

Valores:

1 Encuentro: \$800.-

2 Encuentros (Módulo entero): \$1.400.-

El curso entero (8 encuentro,4 Módulos): \$ 5000

Duración:

Cada encuentro tiene una duración de 4 horas.

Dividido en 2 partes: Filosofía y Prácticas.

Cada Módulo(dos encuentros) abarca un tema

Se entregarán el material de estudio y se emitirá un CERTIFICADO de asistencia para aquellas personas que realicen el curso en su totalidad.

Programa de estudio

Modulo I (Abril – Mayo)	
El Budismo	
Aspectos Filosóficos	Aspectos Prácticos
Origen del Budismo	<u>Abril:</u>
Su fundador: El Buda Shakyamuni	Práctica de la meditación sentada: zazen
Las Cuatro Nobles Verdades	Caminata con la Consciencia de zazen: Kin Hin
El Óctuple Sendero	<u>Mayo:</u>
Budismo Hinayana y Mahayana.	Práctica de zazen-kin hin
<u>Texto Sagrado:</u>	El Arte de la Recitación
Prajnaparamita Sutra	
Sutra del Corazón de la Gran Sabiduría que permite ir más allá.	

Modulo II (Junio – Julio)	
El Sufismo	
Aspectos Filosóficos	Aspectos Prácticos
<p>El Islam y el Sufismo:</p> <p>Los pilares del Islam Las creencias de los Sufíes Las cofradías Sufíes (Tariqat)</p> <p><u>Texto Sagrado:</u></p> <p>Al Qur'an al Karim: El Generoso Corán</p> <p>¿Qué es el Sagrado Corán?</p> <p>¿Cómo surge su revelación?</p> <p>Estudio del Capítulo Uno: Surat al Fatiha (La que da Apertura)</p> <p>La esencia del Sagrado Corán, su significado místico.</p>	<p><u>Junio:</u></p> <p>La práctica de la Remembranza:</p> <p>El Dhikr: Recuerdo de Dios.</p> <p>Círculo Sufí de los Sonidos Sagrados.</p> <p>Regresando a la Divina Presencia a través de movimientos sagrados (Hadra)</p> <p><u>Julio:</u></p> <p>Muraqaba: El Arte Sufi de la Contemplación y la Meditación.</p> <p>Técnica de respiración (Allah-Hu)</p> <p>El tashbih del corazón (Qalbi Dhikr) La contemplación de la Divina Presencia</p>

Modulo III (Agosto – Septiembre):	
EL Hinduismo:	
Aspectos Filosóficos	Aspectos Prácticos
<p>El Hinduismo</p> <p>El Shivaismo</p> <p>El Jiva y Shiva: La relación entre el Alma Individualizada y la Unión con Shiva como estado de Consciencia (Sat-Chit-Ananda)</p> <p><u>Texto Sagrado:</u></p> <p>Guru Gita: El Canto del Guru (Fragmentos)</p>	<p>La Adoración a Shiva</p> <p><u>Agosto:</u></p> <p>Práctica de Puja y Arati como meditación devocional.</p> <p><u>Septiembre:</u></p> <p>Meditación con los Mantras: So Ham, Aham Brhamasmi, Shivoham.</p>

Modulo IV (Octubre – Noviembre):	
Advaita Vedanta: El Camino de la No-Dualidad	
Aspectos Filosóficos	Aspectos Prácticos
<p>El Legado de Bhagavan Sri Ramana Maharshi</p> <p>Silencio</p> <p>Autoindagación</p> <p>Nan Yar?</p> <p>Los Estados de Consciencia</p>	<p><u>Octubre:</u></p> <p>Meditación: Atma Vichara (Autoindagación del Ser)</p> <p><u>Noviembre:</u></p> <p>Establecerse en el Estado de Consciencia No-Dual (Turiyatita)</p>

<u>Texto Sagrado:</u> Avadhut Gita	
---------------------------------------	--

Cada módulo será dictado con una Presentación PowerPoint y se facilitará, según sea necesario, los distintos instrumentos (accesorios) necesarios para la Práctica que se lleve a cabo (Japamalas, Tashbih, incienso, etc).

El disertante estará a disposición de las personas interesadas para seguir profundizando en el módulo que las personas soliciten.

Javier Nahum,

Wakil (representante) de la Orden Sufi Qadiri Rifai Ansariyya para Argentina y responsable de la difusión de las Enseñanzas Advaita (camino de la No-Dualidad) autorizado por Sri Ramanasramam (Tiruvannamalai, India). Terapeuta de Sonido (Sound Healer) y Shihan (Maestro) de Reiki de la Escuela Japonesa GENDAI REIKI HO.

Breve Reseña:

Javier Nahúm ha recibido la Maestría en Reiki en la escuela Gendai Reiki Ho (Japón) siendo el 5to en la sucesión del linaje desde Mikao Usui Sensei.

Ha recibido una extensa formación en canto armónico y terapia de sonido con Andrea Angeli (Italia) y formado parte de la Sound Healer Association fundada por Jonathan Goldman, utilizando el sonido como herramienta de Sanación y apertura de estados de consciencia expandida. Actualmente brinda sesiones de sanación por sonido, seminarios, clases individuales y retiros de canto armónico.

Practicante de la Vía Sufi desde muy temprana edad, ha sido designado como Wakil (Representante sufi) de la Tariqat Qadiri Rifai Ansariyya, siendo ésta la autorización para guiar Círculos de Remembranzas Sufíes, transmitir enseñanzas, dar iniciación en esta cofradía sufi, entre otros deberes.

Siendo un investigador y practicante de las filosofías de Oriente y Occidente, llega a las enseñanzas de Sri Ramana Maharshi y al poco tiempo en un amoroso deseo de expandir dichas enseñanzas para aquellas personas que se acercaban espontáneamente, recibe la autorización de Sri Ramanasramam (Ashram Sri Ramana, Tiruvannamalai, Tamil Nadu, India) para la difusión de Advaita Vedanta en Argentina y transmitir las enseñanzas de Bhagavan Sri Ramana Maharshi.