

ORGANIZA:



APYM ASOCIACIÓN NACIONAL DE PROFESORES DE YOGA

SWAMI DIGAMBARANANDA SARASWATI (DANILO HERNÁNDEZ)

Discípulo de Sw.Satyananda y Sw.Niranjananda. Reconocido como Yogacharya en 1993. Imparte clases de yoga en Madrid desde hace más de treinta años y dirige cursos regularmente en otras ciudades españolas y en Sudamérica. Es autor del libro “Claves del Yoga” y director de “Bindu” Escuela de Yoga de Chamartín (Madrid)

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.

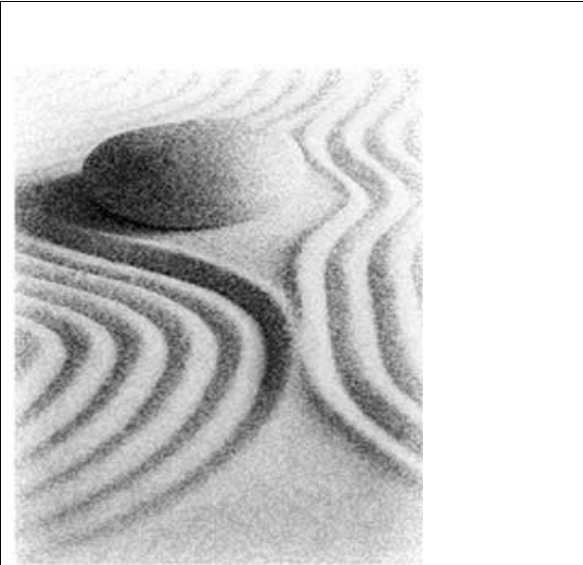
Patanjali y Buda también coinciden en que la mejor medicina para “sanar” la mente es la Meditación. Las terapias, los rituales, los ejercicios físicos de todo tipo, etc., son de gran ayuda y tienen su propio lugar. Pero únicamente “la purificación mental” que se realiza a través de la Meditación, es 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 de los códigos éticos en el Ashtanga Yoga y en el Noble Óctuple Sendero.



Título
LA MEDITACIÓN EN EL YOGA Y EN EL BUDISMO, Teoría y Práctica
Dirigido por:
SWAMI DIGAMBARANANDA SARASWATI
Los días 1,2 y 3 de marzo de 2013 en:
CASA DE EJERCICIOS SANTA TERESA
05002- ÁVILA
Carretera de Burgohondo, S/N
Telf.: 920 253 201 – 920 253 479

- 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.

HORARIOS

El seminario comenzará el viernes 1 a las 19 horas y finalizará el domingo 3 después de comer.
Reparto de certificados de asistencia al finalizar el Seminario.

Desayunos:	09.00 h.
Comidas:	14.00 h.
Cenas:	21.00 h.

PARA MÁS INFORMACIÓN

Coral: 91 773 65 14
DE LUNES A JUEVES
14 a 16 h. y 21 a 23.30 h.
coralcobos@gmail.com

ESTANCIA Y ENSEÑANZA

- Socios 180€
- No socios 200€

Habitaciones individuales o dobles con baño.

INSCRIPCIÓN

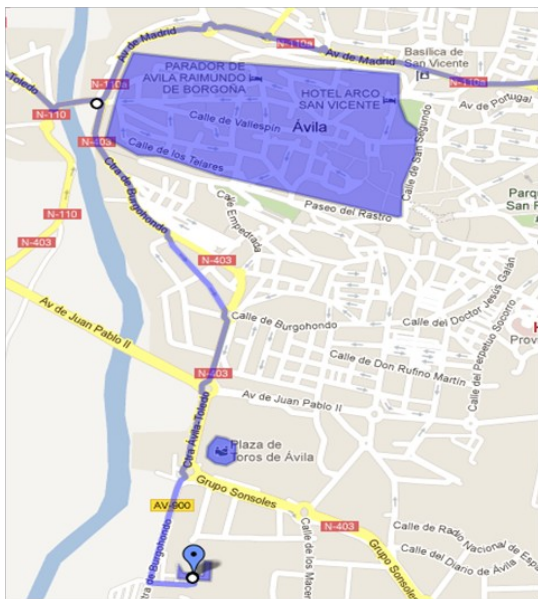
Transferencia bancaria indicando tu nombre a:

APPYM, CAJA DE MADRID, Goya, 73

NºCuenta: 2038-1774-34-6200003764

Presentar una copia del resguardo bancario al llegar a la Residencia.

¡¡¡APÚNTATE CUANTO ANTES!!! Por exigencias de la RESIDENCIA, 15 días antes del comienzo del Seminario, las plazas tienen que estar aseguradas.



MUY IMPORTANTE

Traed cojín, aislante, manta, ropa cómoda, cuaderno y bolígrafo.

LLAMAR PARA CONSULTAR SI HAY PLAZA ANTES DE HACER EL INGRESO AL N° DE TELÉFONO ANTES INDICADO. SOLO CUANDO SE RECIBA LA NOTIFICACIÓN DEL INGRESO, SE RESERVARÁ LA PLAZA.

Los socios tendrán 10 días de preferencia para reservar plaza a partir de recibir esta comunicación. Después, ya no podemos asegurarla. Si anuláis la reserva cinco días antes de su celebración, se retendrá el 15% del importe.

PARA LLEGAR

En coche: A6 VILLALBA. SALIDA N-110- VILLACASTÍN, N-110-AVILA. Salida Ávila Centro comercial. Se entra en la ciudad por el puente del ferrocarril. Sin abandonar esa dirección, por el Pº D.Carmelo hasta la Av. de Madrid bordeando la muralla hasta la plaza de toros. Al llegar aquí, tomar la Ctra. De Burgohondo a la derecha, a unos 300 m. frente a la entrada al parque “El Soto”, se encuentra la residencia. En autobús: Estación Sur (Méndez

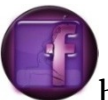
Álvaro). Empresa “LARREA”. Al llegar a Ávila, tomar un taxi a la residencia, frente a la entrada del parque “El Soto”. En tren: Estación de Chamartín, destino Ávila. Al llegar, tomar un taxi a la residencia, frente a la entrada del parque “El Soto”.



<http://www.profesoresdeyoga.org>



<http://apymasociacionnacionaldeprofesoresdeyoga.wordpress.com>



<https://www.facebook.com/ApymAsociacionNacionalDeProfesoresDeYoga>

