

TANTRISMO, VEDANTA E SANQUIA

Plano do Curso

TANTRISMO, VEDANTA E SANQUIA

DIRIGIDO

Instrutores de Yoga, Profissionais da área da saúde; Terapeutas corporais, Massoterapeutas, Reikianos, Público em geral

DETALHES

Curso de Introdução ao Tantrismo

Considerada uma escola heterodoxa e sincrética que enfatiza a prática em detrimento das doutrinas, o Tantra (a palavra significa trama, ou ou acrónimo tan=expandir e tra=liberar, i.é, expandir a consciência e liberar o Ser) é a base de importantes escolas de yoga, entre elas o Hatha Yoga e o Laya Yoga.

O curso visa dar ao praticante os fundamentos das escolas tântricas não só hindus como de outros sistemas religiosos e filosóficos. Nas palavras de M.P. Pandit: “O Tantra é o maior desenvolvimento na evolução do pensamento espiritual indiano posto que ele representa uma tentativa de reconciliar os pontos de conflito aparentes entre as diferentes escolas filosóficas que surgiram após a era dos épicos.

O Tantra tenta sintetizar o Monismo do Advaita com o Dualismo do Sanquia, enriquecido com o Jnana e com o rasa (essência) do Bhakti, une a Natureza com o Senhor na individualidade do ser humano, harmoniza as demandas do Espírito com os limites da Matéria. Ele recupera a herança perdida dos Vedas que enfatiza a comunhão entre o homem, Natureza e Deus e a igualdade de status entre a Mãe Terra e o Pai Céu.

O principio do tantra é não rejeitar nada que Deus tenha criado, de utilizar todos os meios para elevar a consciência humana ao plano divino. Diferentemente dos sistemas que o antecederam, o Tantrismo é fortemente racional em seu enfoque; ele não exige a fé antecipada. É uma ciência que se auto verifica no desenvolvimento das energias naturais e, seus termos super-naturais levando a desfrute cósmico da vida em consciência espiritual. Em uma palavra é uma via de mukti e bhukti no sentido mais elevado.”

Tantrismo Avançado

O curso complementa a parte teórica sobre tantrismo familiarizando o aluno com os sistemas de meditação e concentração de escolas tântricas, notadamente o Mantra, Laya e Hatha Yoga. As praticas incluem introdução aos drishtis como o trataka e chaya upasana; o cidakasha vidya; o antar mauna, ajapa japa; nadanusandhana; buthashuddhi entre outras. Algumas passagens de textos clássicos de tantrismo como Kulanarva Tantra, Mahanirvana Tantra , Gheranda Samhita e Shiva Samhita, são abordadas.

Vedanta

O pensamento vedantino é talvez a mais forte influencia doutrinária sobre as escolas de yoga, tanto na India como no Ocidente. Vedanta-literalmente a conclusão dos Vedas- se fundamenta nos Vedas, Upanishades e de textos como o Brahma Sutra de Bādarāyana. A primeira grande escola –o Advaita Vedanta -foi sistematizada por Śankara (788-820 AD), mas com o crescimento do movimento Vaishnava (seguidores do Deus Vishnu) inúmeras outras escolas de Vedanta surgiram como Viśiṣṭādvaita vedanta (Não dual qualificado) de Rāmānuja (1017-1137 AD) o Dvaitavāda de Mādhva (1199-1278) entre outras. A abordagem do curso visa permitir ao aluno distinguir as principais diferenças entre elas e sua consequência pratica sobre o yoga.

Sanquia

É um dos seis darśanas (pontos de vista) aceitos na ortodoxia hindu, conjuntamente com o Yoga, Vedanta, Mimansa, Vaisheshika e Nyaya. É um dos sistemas filosóficos mais estreitamente ligados ao Yoga . O enfoque da doutrina Sanquia é fundamentado na análise da experiência humana, é uma análise completa da experiência humana e da nossa consciência fenomenal e seus objetos. O mundo é dual, dividido entre um testemunha silencioso (Purusha) e a natureza que o circunda (Prakriti). Prakriti é a natureza em sua totalidade, por isso imperceptível, ao contrário de suas partes.

A revelação deste “mundo exterior” ocorre em etapas, emanações, transformações –que passam da sua materialidade inerte até a assimilação pela consciência. Estas emanações ou atributos são conhecidos como tattvas (ou tattwas) no total de 25 no Sanquia clássico. O ideário Sanquia influenciou fortemente todo pensamento indiano, notadamente o budismo, o vedanta e o Yoga de Patanjali. No curso é apresentado o cerne do pensamento Sanquia e sua influência sobre os Yogasutras de Patanjali.

Fundamentos Científicos do Yoga

O curso demonstra a relação entre o yoga e a ciência explorando a formação de conceitos científicos na própria Índia Védica à filosofia da ciência no ocidente. Relata as primeiras investigações científicas do yoga pelo Ocidente (Schultz, Jacobson) Técnicas de yoga são explicadas com base no método científico atual assim como os resultados de investigações da aplicação do yoga na saúde, educação e outras áreas do conhecimento humano. Bases Neurofisiológicas da concentração e meditação

O efeito de técnicas de meditação e concentração sobre diferentes áreas cerebrais assim como alguns de suas ações no plano somático, como a alteração do eixo hipotálamo /hipófise / adrenal e a alteração de hormônios e neurotransmissores como ACTH, cortisol, melatonina etc. são apresentados e suas consequências explicadas com base em informações coletadas da literatura científica disponível.

DURAÇÃO - PREÇO - INFO

Número de hrs: 45

Horário: De Segunda a Sexta das 19h as 22h30 e/ou Sábado e Domingo das 9h30 as 18h

Preço: 350 Euros + 50 Euros de inscrição

INSCRIÇÕES E ATENDIMENTO

Morada: Rua Alexandre Herculano, 9 - 1º - 1150-005 - Lisboa

Horário da secretaria: das 10h as 19h30

Contacto: 212 467 740 / 960 448 999 / 919 075 904

E-mails: info@ayurvedica.org / lisboa@ayurvedica.org