

Curso: Profesores Maestría (C.P.M.)



Este Curso nace para dar continuidad a la formación de las y los profesores que hayan completado el CPI y CPII.

Madhava

Los objetivos del mismo son:

1. Poner en valor los fundamentos de la enseñanza de los Maestros y de este canal: la Escuela Sanatana Dharma, cuyo sistema es completo y suficiente para alcanzar la suprema finalidad humana: SUDDHA DHARMA.
2. Profundizar en la comprensión de los senderos tradicionales del Yoga y de sus métodos: Karma Yoga, Bhakti Yoga, Gnana Yoga y Raja Yoga.
3. Ofrecer un marco para la comprensión de las principales religiones y sus claves de interpretación a la luz del Yoga y la espiritualidad.
4. Realzar la importancia del Hatha Yoga como elemento de base y preparación para acometer la práctica meditativa con éxito.
5. Proporcionar orientación en torno a la existencia y utilización de otras metodologías actuales: Iyengar, Vinyasa, Anusara, Asthanga...
6. Aportar conocimientos generales de cara a la labor docente y con diversos colectivos especiales: higiene postural, tercera edad, infantil, embarazadas y oncológico.
7. Facilitar una introducción gradual a la práctica de limpieza de chakras.

Programa:

SÁBADO

- 8,30 Meditación y Mantras con Madhava
- 10,15 Asanas (Kalki)
- 13,30 Raja Yoga, espiritualidad y religiones (Madhava)*
- 17,00 Profundización en Karma yoga y Hatha yoga (Kalki)
Elementos fundamentales de asana, bandhas, kriyas
- 19:00 Comida
- 20:30 Gnana Yoga / Energía y Chakras (Druva)
- 22:30 Meditación

DOMINGO

- 8:30 Meditación y Mantras con Madhava
 - 10:30 Clase práctica
 - 13:30 Clase teórico práctica
- Temario para estas clases:
- Bhakti yoga (Chaitanya)
 - Pranayama y relajación (Dharma)

- Limpieza de Chakras (Gautami)

Se alternarán con diversas *master class* de distintos maestros/as

- Yoga – Maestro – Ashram
- Maestría y discipulado
- Yoga y educación
- Transformación psicológica a través del Yoga
- Yoga y Mindfulness
- Yoga y Creatividad
- Yoga y columna vertebral
- Ayudas técnicas para personas con mayor limitación física
- Orientaciones generales Yoga y embarazo
- Sobre Yoga y tercera edad
- Sobre Yoga infantil
- Yoga oncológico

* Temario de Madhava

- Hatha Yoga, puerta de entrada
- La relajación y la paz
- Las vías del Yoga y el despertar
- Escuelas iniciáticas en el mundo
- Los Avatares y las religiones
- Cristianismo y Yoga
- Escuelas gnósticas y evangelios apócrifos
- Claves del evangelio. Los 4 evangelistas
- Lectura y análisis del Evangelio de San Juan
- El budhismo y su conexión con el yoga.
- Hinduismo y los Vedas. Vedanta

Calendario:

Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
<i>Inicio Curso</i>					
24 - 25	14 - 15	14 - 15	18 - 19	16 - 17	13 - 14
Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
					<i>Fin Curso</i>
18 - 19		19 - 20	17 - 18	21 - 22	12 -13

La duración del curso es de un año natural, un fin de semana al mes excepto agosto, según el calendario adjunto.

Requisitos para Inscribirse:

Para acceder a este curso es necesario tener realizado los cursos. De Instructores 1º y Profesores 2º nivel.

Es necesario traer:

- Ropa adecuada y una manta para los ejercicios.
- Toalla y ropa de abrigo, las noches pueden ser frías.
- Juego de sábanas de 90 o bien saco de dormir.