



EL PODER DEL SO

EN LA SANACIÓ I EN LA SALUT

SEMINARI AMB RADHA SUNDARARAJAN

Barcelona, 26 – 29, juliol 2018

El so és una eina del Yoga molt important i es pot utilitzar des d'una vesant terapèutica. Els mantra-s que provenen dels Vedas - que són la base de tota la saviesa i de la filosofia de l'Índia, incloent-hi el Yoga- són molt poderosos quan se'ls utilitza amb un propòsit de guariment i de millorar la salut.

Els mantra--s vèdics van ser escoltats per grans savis durant el seu estat de profunda meditació i vans ser transmesos oralment de generació en generació. És per aquesta raó que se'ls considera especials i sagrats.

El so i el el significat dels mantra-s vèdics produeix una transformació molt positiva en el cos, la respiració, la ment, les emocions i també en l'esperit. Cantar és un procés d'espriació que te com efecte l'eliminació de les impureses en aquests cinc nivells. És per aquesta raó que la recitació de mantra-s és una eina molt poderosa.

Aquesta recitació també condueix la ment vers un estat d'atenció total. Això succeeix perquè el cant de mantra-s demana una gran precisió ja que està subjecte a un conjunt de normes molt concretes.

L'atenció sostinguda que requereix el Cant Vèdic ens mena vers un estat de meditació. És quan entrem en aquest estat que podem rebre una influència molt positiva que ens transforma i que ens guareix.



LA NOSTRA MESTRA, RADHA SUNDARARAJAN

Radha és alumne directe de TKV Desikachar, fill i estudiant del llegendari Yogācārya Śrī T. Krishnamacharya. Va ser Krishnamacharya mateix qui va introduir el Yoga com una eina amb efectes molt poderosos en el guariment i en la salut per al benefici de tota la humanitat. Ell creia fermament que el Cant Vèdic propicia un estat de meditació que resulta en una transformació de la persona, sempre i quan s'aprengui de la manera correcta.

Radha s'ha dedicat a l'ensenyament del Yoga i del Cant Vèdic a llarg de 30 anys i també és Yoga Terapeuta i Formadora de professors de Yoga i de Cant Vèdic.

Ha treballat en el Krishnamacharya Yoga Mandiram –KYM- durant 25 anys com a Yoga Terapeuta i Professora de Yoga i de Cant Vèdic.

Radha va ser directora del Vedavani, el departament de Cant del KYM. També va ser directora del Sannidhi of Krishnamacharya al llarg de 2 anys.

Ha viatjat per tot el món difonent el Yoga i el Cant Vèdic segons la tradició del gran mestre Śrī Krishnamacharya. Actualment ensenya i treballa de forma independent.

CONTINGUTS

- Aprendre mantra-s vèdics relacionats amb la salut i el guariment.
- Significat dels mantra-s.
- Aplicació dels mantra-s en un context terapèutic.
- Sessions de meditació basades en els mantra-s.

El seminari es farà en anglès amb traducció al castellà.

LLOC

El seminari es farà en una casa molt bonica d'un barri força tranquil de Barcelona:

Casa d'Espiritualitat Sant Felip Neri, Carrer Nena Casas, 37-47

[www.casaespiritualitat.barcelona/contacte /](http://www.casaespiritualitat.barcelona/contacte/)

ALLOTJAMENT

La casa ofereix un allotjament molt confortable amb habitacions individuals i dobles.

Un bufet vegetarià estarà disponible per esmorçar i dinar. **La casa pot oferir també menús adaptats a les intoleràncies alimentaries.**

En el full d'enregistrament que segueix s'indiquen els preus per a l'allotjament i els àpats. Si us plau, indiqueu les vostres opcions.

HORARI D'ACOLLIDA

Si us allotgeu a la Casa podeu arribar el 25 a partir de les **17:30**

El seminari començarà el 26 a les 09:30 i acabarà el 29 a les 18:00. **El dia 26 podeu començar a arribar a partir de les 08:30**

FULL D'ENREGISTRAMENT

Cal enviar aquest full abans del 30 de març a Núria Vinyals:
nuria@cantvedicyoga.com

El preu del seminari és de **400 euros**. La **pre-inscripció és de 100 euros** que cal ingressar al compte:

IBAN ES50 2100 0716 6802 0022 6842

BIC/SWIFT CAIXESBBXXX

Indicant el vostre nom i EL PODER DEL SO.

ALLOTJAMENT

Seleccioneu si us plau les vostres opcions:

Dormir i esmorcar, 4 dies, del dijous 25 de juliol a partir de les 17:30, fins el diumenge 29 després de dinar.

- Habitació individual amb bany **240 euros**
- Habitació doble amb bany **170 euros, per persona**
Compartiré l'habitació amb

Només dinar. Menú vegetarià. **60 euros (els 4 dies)**

DATES PERSONALS

NOM I COGNOM

E-MAIL I TELÈFON

POBLACIÓ

EXPERIÈNCIA EN YOGA? EN CANT? ETS TERAPEUTA?