



VIDYA YOGA - BEOGRAD
ŠKOLA JOGE DRAGANA LONČARA

TELO KOJE SE USVARŠAVA SIDDHA DEHA

16 - 17 DECEMBAR 2017

U današnje vreme joga se preporučuje kao uspešno sredstvo za ublažavanje štetnih efekata života punog stresa. Praksa joge takodje nalazi veliki broj sledbenika medju ljudima različitog uzrasta koji žele da dodju do blagostanja preko blage ili jake fizičke aktivnosti.

Već je dobro poznato koliko psiho-fizicke tehnike joge kao što su: Surya Namaskara, asane i vežbe disanja dovode do najboljih uslova za ostvarenje neposrednog blagostanja. Ostale tehnike joge se takodje pojavljuju kao odličan antitoksin za veliki broj izazova i kontrasta našeg užurbanog društva XXI veka. Ne radi se o gimnastičkoj praksi joge, već više o "moltivenim" tehnikama kao što su mantrre, ili vrste vežbi sa etičkim modelom (yama i niyama), kao i one koje se odnose na način ishrane (hrana izuzetnog kvaliteta, vegetarijanska ishrana ili gladovanje), i na kraju kontemplativne tehnike kao što je meditacija.

Koji su razlozi njihovog odgovarajućeg delovanja na najrazličitije tipologije vežbača, kao što su na pr.: mladi ili stari, jedri sportisti ili miroljubivi sanjari, ljudi dobrog zdravlja ili oni koji boluju od neke hronične bolesti?

Cilj naša dva susreta je razumevanje razloga koji dovode do izuzetne delotvornosti raznovrsne prakse joge. Neophodno je od sada pa nadalje razumeti da su glavni razlozi svih blagotvorinih dejstava zasnovani na joga sadhani, a ne objašnjenjima koja nudi medicina o praksi joge. Pretpostavke do kojih su došli drevni jogiji predlažu da prepoznamo i naše suptilno telo osim ovog anatomskog: to astralno i božansko telo, ukoliko je "pročišćeno i skuvano" može da nam otkrije nove životne puteve.

Slediti telo koje se usavršava u svim njegovim tokovima – kanalima (nadi)
u svim njegovim čvorovima medju planinama, dolinama i visinama
sa svim njegovim božanstvima, unutrašnjim i spoljašnjim istovremeno, kao što je vatra – Agni – i
ambrosia – Amrta

sa njegovim vibrirajućim aspektima koji uvek imaju i svoje drugo, materijalno obeležje
ne izbegavajući ukrštanje pogleda sa onim koji sedi pored nas – Devi Kundalini ili Siva Sambo

To je zadatak ovih naših praktičnih i teorijskih susreta,
sa molbom da se bude otvoren za eksperimentisanje,
bez fizičkog opterećenja izazvanog varenjem hrane,
niti tenzije zbog nedovoljnog sna i odmora,
spremni za smeh ili plač ako je potrebno.

Svako sa svojim sumnjama koje potiču od prethodnog vežbanja koje treba razjasniti,
ili sa izvesnostima koje se razmenjuju rečima, isto kao i tišinom u meditaciji.



PROGRAM SEMINARA:
Subota od 10 do 14 i od 16 do 20
Nedelja od 10 do 14 i od 16 do 18

UČITELJ

Walter Thirak Ruta je čovek vernik, koji se trudi da ostane u potpunosti u skladu sa drevnom tradicijom joga. Razvija i prenosi ono što je naučio primenom u praksi i neprekidnim istraživanjima. Držeći se dosledno učenja Utihlog Jogija iz Madrasa, organizuje i vodi seminare na kojima zajedno sa studentima istražuje u praksi tehnike opisane u drevnim tekstovima hatha joga. Takva zajednička zalaganja na polju joga potvrđuju njenu ne samo terapeutsku vrednost, već i njen značaj kao discipline koja jeste put inicijacije i koja vodi ka duhovnoj samorealizaciji. Autor je raznih priručnika i tekstova o jogi.



PREVODILAC IASISTENT

Gordana Stojanović, sertifikovani joga učitelj, iz Milana, Italija

INFORMACIJE I REZERVACIJE

Dragan Lončar

Učitelj joga

Adresa Vojvode Dobrnjca 26, Beograd

<http://www.vidyayoga.net/>

Telefon 063/84 64 027

