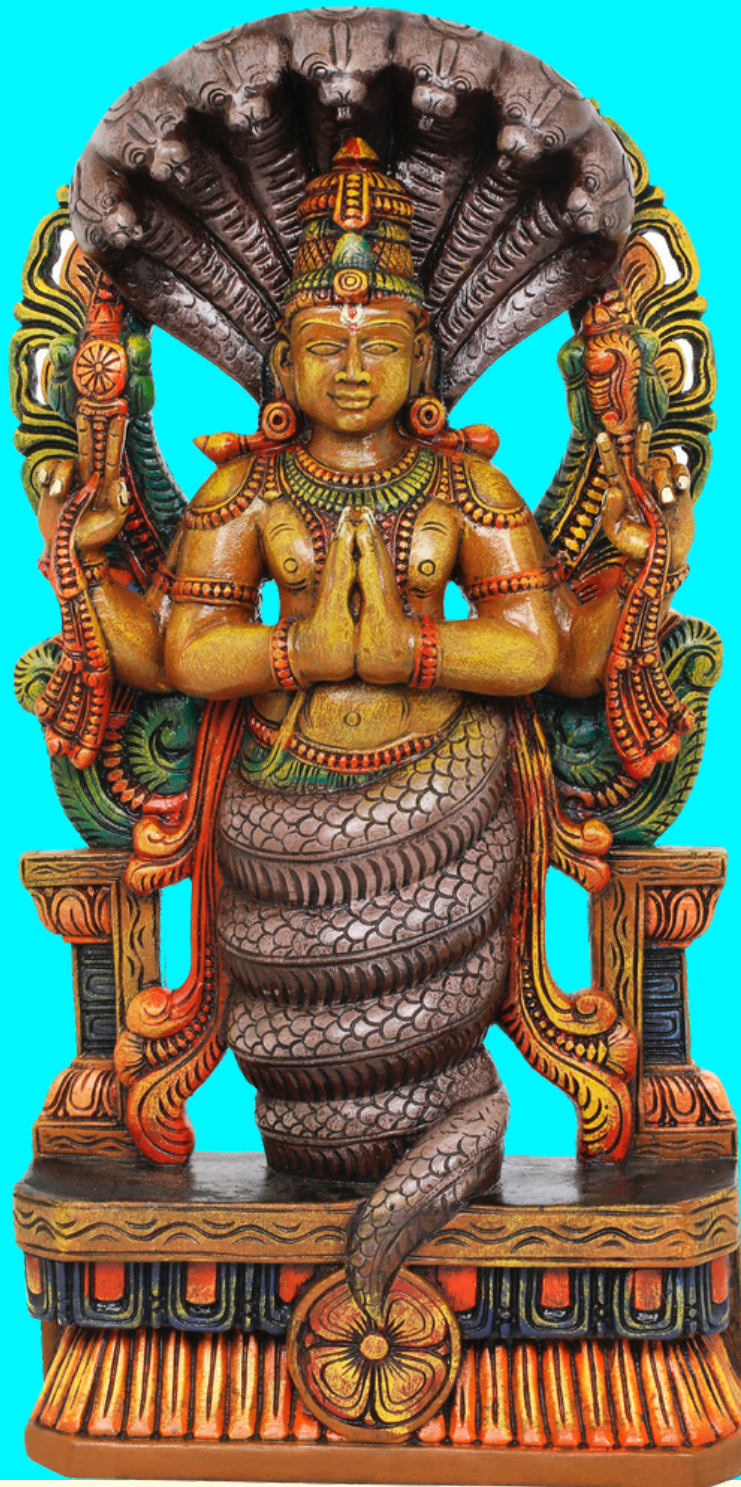


**NEY
ONLINE**



Septiembre 2020 / Julio 2021



Formación anual en Yoga Védico



"Hace casi 20 años comencé a practicar en mi casa desde el canal de cable y con un libro , ya que por mis problemas de salud no podía salir libremente a donde quisiera. Me cambió la vida.

Al poco tiempo pude hacer cosas que no había hecho en años y luego de algunos años me dediqué al yoga completamente.

Por eso hoy me entusiasma tanto comenzar con esta modalidad online. Así podemos llegar a muchos lugares y a muchas personas con una formación de buena calidad, cercana, cuidada, presente. La experiencia este semestre ha sido excelente; Las herramientas que da este sistema son much@s, el tiempo se aprovecha de manera muy eficiente, las clases son concentradas, tranquilas, desde donde uno esté, y la escuela puede mantener una cercanía cotidiana con cada practicante. Espero que podamos llegar a muchas personas y que esta formación les cambie la vida para siempre, como lo ha hecho con much@s de nosotr@s.

Ernesto, Director de NEY online.



Formación anual en Yoga Védico



Introducción

El yoga es en esencia un sistema védico, pero en los últimos 30 años en nuestra cultura, ha perdido esta conexión fundamental. Entonces cuando decimos "yoga védico", solo queremos enfatizar nuestra unión con esta fuente. Vidya significa conocimiento, y ese conocimiento es supracultural, va más allá de una cultura local; es universal. Ha sido magistralmente explicado y transmitido por la cultura védica, pero es comprensible por cualquier persona, y ha sido también expuesta por muchas culturas, de diferentes maneras. Ha estado desde antiguo presente tanto en Latinoamérica como en oriente. Y cómo no! si es la realidad que vivimos y que nos rodea a diario

Las técnicas y consejos del yoga son un vehículo para conectarnos con nuestra verdadera naturaleza. Que esto suceda, dependerá de la dirección que les demos, por eso comprender la esencia védica del yoga agrega un timón a la práctica.

En ese sentido, sabemos que el yoga es para tod@s, que puede adaptarse para cualquier persona, que es urgente y necesario, que es profundo y simple a la vez. Por lo mismo creemos en la maestría interna que el que está en el interior de cada un@. El yoga es aquí, ahora y para tod@s.

Formación anual en Yoga Védico



Pilares de la formación

El yoga en acción incluye estos 3 pilares: un sacrificio, conocimiento y devoción. Lo que llamamos práctica se realiza en este contexto, por largo tiempo, sin interrupciones y abriéndose a la comprensión de todos sus efectos.

Tapas

Lograr transformar algo en tu vida a través de hacer un esfuerzo, de cambiar cosas, de crecer. En la formación queremos transformar tu vida para que sea su mejor versión.

Swadhyaya

Lograr sabiduría a través del estudio y la reflexión en torno a las enseñanzas védicas que son las que inspiran al yoga y a la vida de las personas. Lo practicamos en los conversatorios, aprendiendo, reflexionando y estudiando.

Ishvara pranidhana

Devoción, amor por tu propia naturaleza y la del todo. Aprender de manera objetiva que tod@s somos parte de lo mismo, que estamos unid@s, que somos espíritu.

तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः ॥ १ ॥

tapahsvādhyāyēśvarapraṇidhānāni kriyāyogaḥ || II.1 ||

Durante la formación, debes estar abiert@ al cambio, al avance; estudiar y reflexionar e ir desarrollando una actitud de respeto y amor por lo que te rodea.

Formación anual en Yoga Védico



Pilares de la formación

Práctica regular

Practicar regularmente desde tu casa con clases diarias en vivo. Puedes acceder libremente a todas las clases desde la web. Hay clases fijas en la mañana, a medio día y en las tardes, y talleres extra que se van anunciando periódicamente. Durante todo el curso las prácticas son online en vivo. Cuando quieras asistir a la escuela físicamente, puedes hacerlo libremente.

Conversatorios de día Sábado

3 Sábados al mes de 9 30 a 11 45 am a partir del 27 de Septiembre 2020 hasta el 17 de Julio 2021.

En los conservatorios se expone el temario del curso, y lo vamos aplicando a nuestro entorno, conversando y reflexionando de manera de asimilar la mirada védica del todo que es la base de toda la vida y la práctica.

Apoyados por 3 plataformas online.

Además durante el mes recibirás cápsulas explicativas en video sobre los temas conversados los Sábados.

Investigación personal

Durante la segunda mitad de la formación, debes desarrollar un tema de tu interés con el apoyo de la escuela. Es tu especialización. Yoga y niños, yoga y política, yogaterapia, las etapas de la vida o el tema que quieras. No hay límites. No se piensa como un requisito si no como una instancia de aprendizaje.

Práctica Social

Al final del curso, desde el 2013 hacemos una práctica social. Asilos, hogares, hospitales, cárceles, cesfam, cosam y muchos lugares más. Tu eliges el tema y el lugar y lo gestionamos junt@s.

****L@s alumnas inscritas en una sección de recibirán invitación para todos los conversatorios de todas las secciones que se están cursando en la escuela, por si quieren asistir, son bienvenid@s.**

Formación anual en Yoga Védico



Temario general de los conversatorios

¿Qué es el Veda?

Desarrollo de los textos védicos

Los darshanas

Importancia del Sánscrito védico; Varnamala y transliteración

Samkhya

Yoga Sutra

Shariras y Koshas

Mandukya Upanishad

Los chakras como herramienta de autoconocimiento.

Asanas, concepto, clasificación, correcta ejecución

Evolución de yoga hasta nuestros días/ Maestros influyentes

Respiración

Relajación

Yoga Nidra- Fundamentos, etapas y técnica.

Inscripción de la Investigación.

Ética: Relaciones interpersonales y el yoga como oficio.

Vinyasa: concepto, reglas aplicación, krama.

Análisis de las técnicas de inicio de clases.

La voz como herramienta para guiar.

Práctica y enseñanza:

Como adaptar técnicas para todo tipo de personas y para la práctica personal.

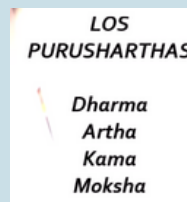
Asanas mantenidas,

Asanas mantenidas, cómo organizar una sesión de práctica. Objetivos, módulos, props, ajustes

Asanas fluidas; Cómo organizar una sesión de práctica. Objetivos, Saludos al sol, calentamiento gradual, asanas de pie, asanas de piso, asanas finales.

Encontrar la forma personal de guiar y practicar, siguiendo la tradición.

Feedback.



Formación anual en Yoga Védico



¿Para qué te prepara la formación?

1. Primero que nada dedicamos tiempo para que practiques y para reflexionar, conversar y estudiar los fundamentos védicos del yoga. Es lo que inspira a esta práctica, lo que le da la dirección adecuada. Es la esencia del Yoga y una herramienta de vida.
2. Cómo guiar tu propia práctica y a todo tipo de personas, ya que cada persona es individual y única. Su edad, fortaleza, madurez, oficio son algunos indicadores de cómo guiar a alguien, pero la manera correcta queda clara al tener a la persona al frente, Eso lo permite tener una buena base sobre los conceptos del yoga que son transversales a todo tipo de personas.
3. Cómo iniciar y cerrar sesiones de práctica
4. Cómo guiar asanas de manera fluida desde la línea de Krishnamacharya.
5. Cómo guiar asanas mantenidas y uso de props, desde la línea de B.K.S. Iyengar
6. Descubrir tu propia manera de guiar. La tradición es una, pero como se transmite, depende en gran parte de cada uno@.



Con esta preparación puedes guiar tu propia práctica y la de los demás.

Formación anual en Yoga Védico



Inscripción / Fechas

Fechas

**** Comienza a practicar, recibir material, apoyo y a aprender una vez inscrit@.**

La idea es que te puedas sumergir en esta aprendizaje tanto como quieras.

Los conversatorios online en directo se impartirán a partir del día de día Sábado 27 de Septiembre 2020 hasta el 17 de Julio 2021.

Requisitos de inscripción

Conocer todos los detalles del curso. Para este fin debes solicitar una entrevista personal a través de info@ney.cl o de www.ney.cl para aclarar todas tus consultas

Requisitos de Aprobación

- **Asistencia a los conversatorios. Las asistencias deben ser justificadas.(dentro de ese porcentaje justificado puedes acceder a la clase grabada).**
- **Práctica regular durante toda la formación. Al comienzo del curso debes proponer cuántas clases a la semana mínimo quieres hacer.**
- **Investigación Personal terminada.**
- **Práctica social terminada.**
- **Examen de cierre. Se entrega un temario y cada alumn@ pide agenda una hora.**



Formación anual en Yoga Védico



El curso incluye:

- Practica libre
- Conversatorios de tu sección.
- Conversatorios de secciones paralelas y talleres regulares
- apunte
- Plataforma online
- Participar en nuestra editorial.
- Acceso a la comunidad de estudio NEY.
- Asesoría y guía constante, directa y por los años que vienen.

Arancel

990.000 CLP

Forma de pago, se ve con cada alumn@

Matrícula

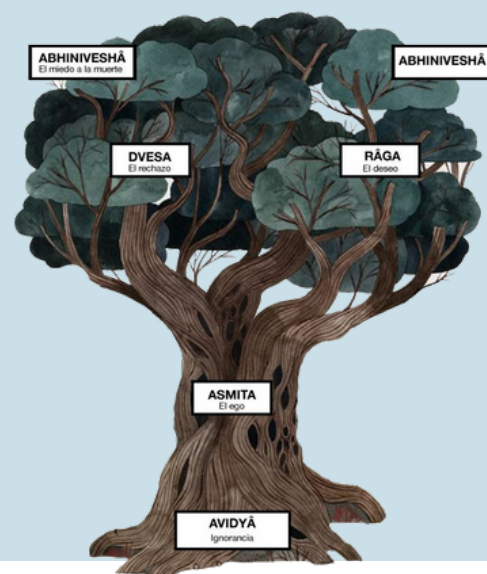
liberada.

NEY

Escuela de Formación en Yoga Védico

José Ramón Gutiérrez 271

Santiago +569 40971319



Formación anual en Yoga Védico



Formación anual en Yoga Védico