

MATERIAL NECESARIO

Ropa cómoda, manta, tapiz anti deslizante o aislante, cojín de meditación, chal o mantón de meditación, cuaderno y bolígrafo. Si vienes de fuera, no te preocupes, habrá material disponible para tu comodidad.



- Plazas limitadas
- Se ruega puntualidad
- Las personas que no podáis venir el viernes, notificarlo para planificar el inicio del curso.

FECHA

Del 31 de Enero al
02 de Febrero de 2025

HORARIO

Viernes 31: de 19 a 21h
Sábado 01: de 10 a 14h y 17 a 21h
Domingo 02: de 10 a 14h



Dirigido por
Danilo Hernández (Swami Digambar)

Lugar del seminario.-
ESANA YOGA
C/Jerónimo Hernández, 4
Casco antiguo, SEVILLA
(Detrás de "las setas" de La Encarnación)



Precio 150€

* Alojamiento y comida NO incluido

Contacto Karina Morales (Nitya)

+34 607591436
tejerhumanidad@gmail.com

Seminario

KUNDALINI TANTRA



Dirigido por

Danilo Hernández

(Swami Digambar)

Autor de los libros

"Claves del Yoga" y "Consciencia
Desnuda, El proceso de la Meditación"



Organiza

Karina Morales (Nitya)

Sevilla

**Del viernes 31 de Enero al
domingo 02 de Febrero 2025
Información 607591436**

Precio del Seminario 150 €

Para reservar plaza será necesario realizar un ingreso de 50€ indicando nombre y apellidos y el resto se abonará al inicio del seminario.

Formas de pago:

Bizum al +34 607 591 436

CaixaBank

ES862100 8078 8202 0010 2139

Sólo cuando se reciba la notificación del ingreso se reservará la plaza. Una vez realizado el pago, comunicarlo enviando el justificante por e-mail a tejerhumanidad@gmail.com o por whatsapp al 607591436

Contactar con Karina Morales (Nitya)

KUNDALINI TANTRA

El Tantra es la madre del Yoga y el Kundalini Yoga su primogénito. Esta vía del Yoga es la más directamente relacionada con el despertar Kundalini (energía cósmica que en ser humano yace latente en la raíz de la columna vertebral). Trabaja sobre la activación de los siete chakras más importantes, situados a lo largo de la espina dorsal. El despertar de los chakras va induciendo progresivamente niveles superiores de consciencia. Cuando Kundalini completa su ascenso desde el chakra base (muladhara) hasta el chakra superior (sahasrara) se consume el estado de Superconsciencia (samadhi). Para despertar Kundalini se utilizan las herramientas del Hatha Yoga (asanas, pranayama, bandhas, mudras), los mantras, la visualización y la meditación.



TEMAS

- LA FILOSOFÍA DEL TANTRA
- EL KUNDALINI YOGA CLÁSICO
- PSICOLOGÍA DE LOS CHAKRAS
- PRÁCTICA DEL KUNDALINI CLÁSICO
- LOS UPAYAS (MÉTODOS YÓGUICOS)
- LA MEDITACIÓN EN EL TANTRA

Danilo Hernández (Swami Digambar)

Discípulo de Sw. Satyananda y Sw. Niranjanananda de la Bihar School of Yoga de Munger (India) Reconocido como Yogacharya (maestro de yoga) en 1993, imparte clases de Yoga en Madrid desde hace más de 40 años. Director de "BINDU" Escuela de Yoga Chamartín (Madrid). Dirige cursos regularmente en otras ciudades españolas y en Sudamérica. Es autor de los libros "Claves del Yoga" obra de referencia y "Consciencia Desnuda, El proceso de la Meditación" publicado en Octubre de 2022.

Los libros estarán disponibles y podrás adquirirlos en el seminario