



O Poder Secreto do Yoga



com **Nischala Joy Devi**

Um Guia para Mulheres de encontro ao Coração e o Espírito dos Sutras de Yoga



**29 Outubro - 2 Novembro
2008**

Apartado 3053 · Almancil - 8136-901

Algarve · Portugal

Tel: +351 289 393 741 · Fax: +351 289 393 346

Email: info@quintadacalma.com

Website: www.quintadacalma.com

“The Secret Power of Yoga”

Este extraordinário workshop proporciona uma oportunidade única de ganhar conhecimento sobre, e reinterpretar, os Sutras de Yoga de Patanjali, sob uma perspectiva feminina, intuitiva e do fundo do coração. Vamos explorar como “The Secret Power of Yoga” dá uma nova perspectiva às várias traduções anteriores e interpreta-as com uma nova luz, dando preferência ao “English of the heart” do que às mais convencionais que se baseiam no “English of the mind”. É altura de compreender os segredos deste texto sagrado de uma forma que faça ressonância com a nossa experiência no mundo de hoje. Você pode ter vindo ao Yoga por causa dos seus poderosos benefícios para a saúde, mas é altura de tomar parte da insondável sensação de paz, iluminação emocional e espiritual que é o nosso direito de nascimento.

Vamos explorar intuitivamente:

- Uma forma antiga de aprender, dos tempos Védicos, em três partes Sravana (ouvir); Manaana (reflectir) e Nididhyasana (vivênciar);
- Como redescobrir a sabedoria essencial dos Sutras de Yoga através da perspectiva do coração;
- Os caminhos veneráveis de Bhakti Yoga (Devoção), Karma Yoga (Serviço), Jnana Yoga (Sabedoria) e Hatha Yoga (Físico) que são introduzidos nos Sutras de Yoga;
- Como utilizar a sabedoria dos Sutras de Yoga nas meditações e pequenas práticas, convidando o texto sagrado para nos dar paz e alegria nas nossas vidas diárias;
- Discussão animada e de discernimento, no grupo;
- Como viver em harmonia com os outros a partir do nosso coração.

Quer seja um aluno de longa data dos Sutras, quer seja a sua primeira abordagem, irá deliciar-se a descobrir a sua própria sabedoria interior.

Nischala Joy Devi é uma mestre e professora compassiva, reconhecida internacionalmente desde 1974. Ela teve a graça de viver 25 anos como discípula monástica do mundialmente reconhecido Yogiraj Sri Swami Satchidanandaji, recebendo directamente os seus ensinamentos e orientação. Ela também foi abençoada com ensinamentos de grandes Mestres de Yoga dos Estados Unidos, da Índia e de fama Mundial. A sua pesquisa excepcional em tornar Yoga pioneira para reverter doenças graves, O Programa para Reverter Doenças do Coração de Dean Ornish's e o Programa para o bem público de Ajuda para o Cancro, culminou na criação do Curso Certificado “Yoga of the Heart®” para Professores e Técnicos de Saúde. É autora de vários CDs, do “The Healing Path of Yoga” e do “The Secret Power of Yoga, um Guia para Mulheres para o Coração e Espírito dos Sutras de Yoga”. Os ensinamentos de Nischala Devi reflectem uma perspectiva do coração sobre a espiritualidade e as escrituras.



Preço por 5 dias:

Curso: 200€

(20% de desconto para Professores de Yoga)

Inicia às 15.00hrs, Quarta, dia 29 Outubro e acaba às 17.00hrs, Domingo, dia 2 Novembro

Opcional (Alojamento & Refeições):

Alojamento desde: 60€ a 100€

(dependendo se a ocupação é individual ou partilhada).

Refeições: 100€ *(por favor avise se tiver necessidades alimentares especiais)*

Se quiser alojamento e refeições, reserve com antecedência para assegurar a sua marcação.

Para além do curso, haverá Hatha Yoga nas manhãs e Satsang aos serões.