

N A D A Y O G A V I D Y A L A Y A

5-9.03.2020 – 11-13.12.2020

Akademia Wiedzy, Sztuki i Rozwoju poprzez Muzykę

Zapraszamy do rocznej szkoły Nada Jogi gdzie będziemy odkrywać 4 aspekty tej drogi poznania:

1. Uzdrawianie wrażeń i emocji poprzez rezonans drgań fali dźwiękowej w ciele fizycznym.
2. Ćwiczenie jakości głosu, oddechu, pojemności energetycznej.
3. Elementy Klasycznej muzyki indyjskiej: rytm, raga, nauka gry na harmonium i komponowanie pieśni.
4. Duchowe aspekty rozwijania wyższych wartości za pomocą określonych uczuć i nastrojów.

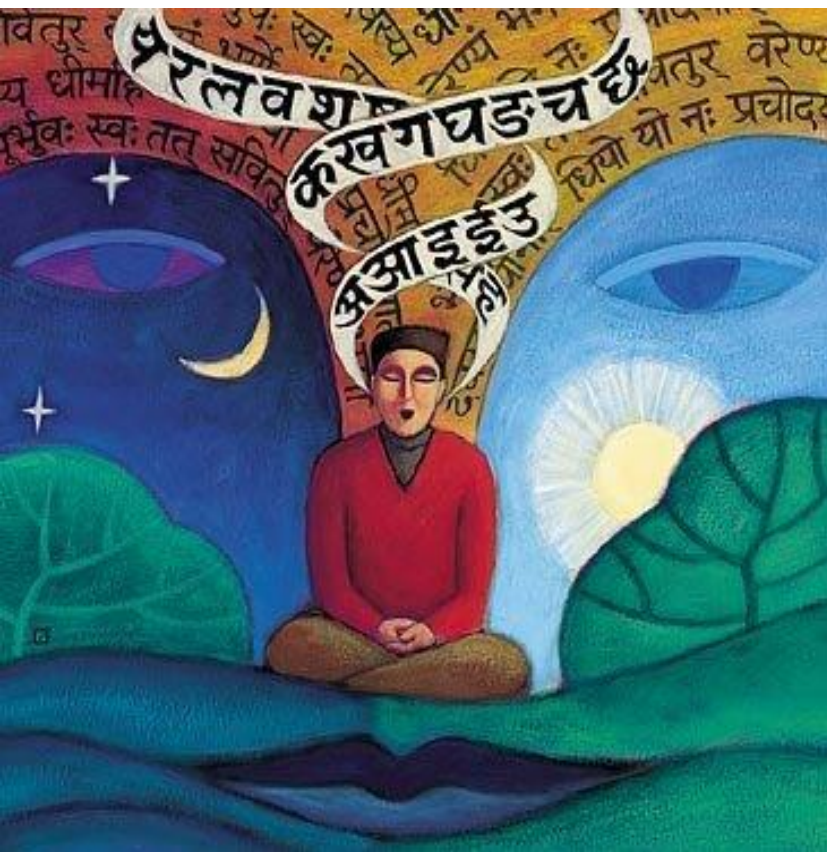
Akademia Wiedzy, Sztuki i Rozwoju poprzez Muzykę – Rytm, Dźwięk, Wibracje- prowadzona w tradycji indyjskiej muzyki dawnej (raga) i współczesnych pieśni i bhajanów oraz czystego przepływu dźwięku i energii.

Naad Yoga – Indie Płn, Nada Yoga – Indie Płd,
– jest starożytnym indyjskim systemem metafizycznym, traktowanym zarówno jako system filozoficzny, system uzdrawiania i jako forma jogi. więcej poczytaj TU:

www.nadayoga.aquarianage.eu

Poniżej będzie mowa o systemie NADA YOGI utworzonym przez VEMU MUKUNDĘ oraz zaadoptowanym i opracowanym przez STEFANO MANFRINA (info poniżej i na naszej stronie naadyoga.aquarianage.eu).





Nada Joga to joga dźwięku. Wszystkie doświadczenia mają swój dźwięk - niezależnie od tego, czy wyrażają się głośno czy nie - a opanowanie tego dźwięku wewnątrz nas pozwala nam kształtować nasze doświadczenie.

Jeśli podążamy ścieżką dźwięków do wewnątrz wystarczająco daleko, możemy śledzić ich ekspresję z powrotem do źródła ich pochodzenia - pierwotnej energii wibracji, zdolnej zamienić się w cokolwiek: wibracji, która w rzeczywistości jest źródłem wszystkiego - Stwórcą i Stworzenie. Nada Joga odkrywa rzeczywistość w świadomości i budzi ten potencjał.

Gdy dusza usłyszy i pozna jedność siebie, wszechświata i Stwórcy, odkrywa swoją prawdziwą naturę i z nią współgra. Pamięć duszy o tej pełnej prawdzie delikatnie przypomina umysłowi, aby był szczęśliwy, co z kolei uwalnia zdolność organizmu do bycia zdrowym.

To dostosowanie do jedności wszystkich rzeczy pozwala osobie się rozwijać, ponieważ nie ma już stresu. Po prostu jest prawda o tym, co jest, a osoba, która zdała sobie sprawę z tego, może po prostu w pełni być. Potrzeba tylko słuchania dźwięku życia w całej subtelnej odmianie i umożliwienia sobie ekspresji działania, tam gdzie jest to konieczne, aby przywrócić równowagę dla dobrego samopoczucia i sukcesu.

Nasza zdolność komunikowania się zarówno ze sobą nawzajem, jak i z naszą wewnętrzną emocjonalną rzeczywistością, ma silny wpływ na nasze losy i dobre samopoczucie, a przez to, na możliwość dotarcia do naszego połączenia duszy z Nieśmiertelnym Nieznanym. Nada Joga prowadzi do istoty komunikacji. Daje pozaintelektualne zrozumienie i posłuszeństwo wobec wyższego ja, wytwarzając obfitość piękna w twoim doświadczeniu życia i uzdrawiając rany nieporozumień.

Jest to system skoncentrowany na praktyce, dający możliwość rozwijania zdolności uzdrawiania siebie poprzez działanie własnego głosu i uczenia się, jak uzyskiwać głębszą umiejętność słuchania. Słuchanie, śpiew i cisza są trzema

kluczowymi elementami, bez których ekspresja jest niemożliwa. Być mistrzem swoich myśli oznacza uczyć się sztuki komunikacji. Wiedząc, co powiedzieć, kiedy to powiedzieć i co również, jak to powiedzieć. Uczymy się rozumieć stosowaną naukę terapii dźwiękowej i badać, jak głęboko wpływa na nasze myśli, słowa i emocje ...

Korzystając z technik i praktyk starożytnej indyjskiej Nada jogi, odkrywamy moc dźwięku, odwzorowując dynamikę swojej ekspresji i doświadczając swego wewnętrznego brzmienia.

Nauka Nada jogi pozwala uzyskać głębię wiedzy o praktycznych mechanizmach tej dyscypliny i opanować kompozycję życia. Techniki mogą być zastosowane dla siebie, aby przezwyciężać słabości, lub być wykorzystane do pomocy innym w terapii dźwiękiem.

Podczas tego procesu angażujemy elementy fizyczne i nie fizyczne, otrzymujemy techniki do praktykowania i opanowania. Kiedy wiedza staje się doświadczeniem dopiero wtedy zaczynamy doceniać to, co naprawdę może działać dźwięk.

Podczas kursu m.in:

*opanuj techniki słuchania - umiejscowienie i identyfikacja punktów (Kshetram), oraz umiejętność ich odczuwania i koncentrowania się na nich, i intonowania w nich dźwięku.

*poczuj moc swojego brzmienia - Używanie prawidłowego oddychania, postawy siedzącej i ruchu ciała. Ćwiczenie jakości głosu, ustawienia ust w czasie śpiewu pięciu samogłosek.

*Jak dźwięk uzdrawia? - Poznawanie wielu rag jako różnych obwodów energii, oraz ich nastroju i barwy. Balans lewego i prawego ucha to balans półkul mózgowych.

*Jak dostroić swoje istnienie - Wyjaśnienie przednich kanałów energetycznych ciała, Mahakumbhamela oraz koncepcji Kashi i Vara-nasi. Wyjaśnienie siedmiu głównych czakr i intonowanie bija mantr ("nasion") w kanale centralnym w grzbietowej części ciała.

*Trzy przyczyny korzeni gniewu i impulsywnego umysłu.

*czym jest i jak działa energia seksualna, energia pożądania i pojęcie indywidualności.

*proces ich ekstrakcji, sublimacji i transmutacji.

*Twój wewnętrzny rytm i własna częstotliwość (wysokość) dźwiękowa

*Prana i puls

Ta szkoła "muzycznej ewolucji" będzie drugą w Polsce.

Nauka będzie podzielona na 6 seminariów przez okres około roku, opierając się na założeniu potrzeby rozwijania się dzięki muzyce. Zajmiemy się eksploracją świadomości i podświadomości za pomocą odczucia drgań fali dźwiękowej w ciele i umyśle. Doświadczeniem wpływu wibracji głosu na harmonizację umysłu, układu hormonalnego i nerwowego, oczyszczeniem tą drogą filtrów indywidualnych samскар (zapisów sekwencji konsekwencji) z karmicznych przyczyn i skutków. Nada Yoga uwalnia naszą duszę i umysł od emocjonalnych przywiązań.

Ponadto praca z rytmem, dźwiękiem, głosem, wibracją i tonalnością, prowadzona przez wielokrotne ćwiczenia, bhajany i pieśni, będzie przeplatana wiedzą m.in. nt 10 cech jakie należy rozwijać w swoim charakterze na drodze rozwoju, oraz 12 boskich atrybutów (jakości) których nie można rozwinąć lecz być nimi obdarzonymi przez łaskę, kiedy staniemy się odpowiednio gotowi do służenia nimi innym. Jest to piękna podróż po duchowych wymiarach człowieczeństwa a wiedza i atrybuty skromności głębi i oddania jakimi emanuje Stefano czynią to studiowanie niezwykłym i transformującym doświadczeniem .

Seminaria będą odbywały się w 5-6 dniowych modułach mniej więcej co 10 tygodni. Całość jest podzielona na dwa okresy:

- 1) kurs podstawowy + część zaawansowanych seminariów
- 2) seria seminariów głębszego wglądu i pracy

Nie trzeba mieć doświadczenia muzycznego ale mile widziane są i takie osoby.

UWAGA! Każdy uczestnik będzie musiał nabyć instrument przed rozpoczęciem szkoły: harmonium (lepiej) lub organy elektryczne (niezbyt zalecane), jako że część zajęć poświęcona będzie wykorzystaniu instrumentów i grze na harmonium. Pomagamy przy grupowym zamówieniu harmonium kiedy zbierze się grupa min.8 osób które opłacą kurs. Albo każdy organizuje je w swoim zakresie. Ceny nowego instrumentu zaczynają się od 500 euro.

PROGRAM szczegółowy wysyłamy zainteresowanym na e-mail.

Długoterminowa deklaracja udziału procentuje nie tylko nabyciem wiedzy i umiejętności, lecz również przynosi wewnętrzną transformację na wielu poziomach. Grupowe zgłębianie samopoznania i tematów zawartych w programie pomaga wzmocnić wzajemne relacje przyjaźni i zaufania sobie i innym.



TERMINY:

5-9.III.2020

– 1° PODSTAWY Vidyalaya – odczuwanie drgania wibracji dźwięku w ciele, 3 punkty i Sa Re Ga Ma Pa Dha Ni Sa

– 2° problem gniewu i depresji – Rasa, Raga i Nauki Buddy

– 3° problemy z energia seksualną, sublimacja i kanały boczne, sedno Hatha=Jogi.



15-17.V.2020 i 22-24.V.2020

– 4°, 5°, 6° Ćwiczenia muzyczne, pieśni i 10 cech Buddy- Dasha Parami, Ghita, Alankara

17-21.IX.2020

– 8°, 9° Serce Nada Jogi – wysoki poziom – improwizacja Alapp,

4-6.XII.2020 i 11-13.XII.2020

– 10° 11° Nada Joga jako muzyczny rozwój, 12 boskich jakości,

– 12° Jak komponować poezje i pieśni wg Nada Jogi

Tylko przez „Nada Jogę Vidyalaya”, student Nada Jogi może być odpowiednio przeszkolony w tej znakomitej praktyce i zebrać wszystkie komponenty doświadczenia oraz wiedzę, aby kontynuować ją samodzielnie. W przeciwnym razie, mimo entuzjazmu i chęci do praktykowania po podstawowych i zaawansowanych kursach zaliczonych tylko w jeden lub dwa weekendy, uczeń nie jest w stanie właściwie dalej się rozwijać i nie wie, gdzie znaleźć potrzebne informacje, ani co robić w domu, co niestety może skończyć się porzuceniem tej wspaniałej praktyki ...

KOSZT za 6 seminariów = 22 dni zajęć grupowych od g. 10-19 + 2 prywatne lekcje dla każdego z Was + materiały drukowane w pakiecie (oraz sala, przeloty i pobyty Nauczyciela prowadzącego):

*1500 euro wpłacone jednorazowo do 30.10.2019.

**1600 euro w 2-3 ratach (500-530 euro do 30.10., 500-530 euro do 15.12. i 540-600 euro do 30.01.2018)

Rejestracja odbywa się poprzez podpisanie umowy i opłatę kursu. Umowę i konto do przedpłaty przesyłamy mailem.

Zapoznawszy się z powyższą treścią, prosimy o przemyślane deklaracje, zapisy i przedpłaty do 15.X.2019.

ZAPISY i szczegółowe INFO w Polsce:

Agnieszka: 604 946 919, ovska@wp.pl

www.naadyoga.aquarianage.eu

ORGANIZATOR: Stefano Manfrin

<https://www.facebook.com/nadajoga/posts/1328710430526807>

oraz Stowarzyszenie Kulturalne:

Stowarzyszenie Kulturalne: Associazione Centro Studi Saraswati

<https://www.facebook.com/Associazione-Centro-Studi-Saraswati-491282494411212/?fref=ts>

Znaczna część pożytków z kursów jest regularnie przekazywana na utrzymanie sierocińców w Indiach, o czym można przeczytać tu: [DIGAMBARA ASHRAM. POLSKI.](#)

Długoterminowa deklaracja udziału procentuje nie tylko nabyciem wiedzy i umiejętności, lecz również przynosi transformację na wielu poziomach. Grupowe zgłębianie samopoznania i tematów zawartych w programie pomaga wzmocnić wzajemne relacje przyjaźni i zaufania.

