



DIPLOMADO ONLINE

de Ayurveda, Yoga, Tantra y Vedanta

Reconocidos exponentes de ayurveda, yoga, tantra y vedanta comparten sus saberes en torno al dolor, falta de propósito, desamor y enfermedad, y te entregan las herramientas para despertar al sabio, al sanador y al maestro que viven en ti.

Hemos buscado durante siglos la felicidad y realización en fuentes externas, hemos aprendido que la fuente de nuestra salud, sabiduría y propósito está fuera de nosotros/as: personas, objetos, experiencias. Nos han enseñado que necesitamos una razón o causa (externa) para sentirnos agradecidos. Te invitamos a recorrer de la mano de maravillosas personas el camino de regreso a tu casa interior, el único lugar que alberga todas las respuestas, la fuente de amor inagotable que llevas dentro de ti.



¿qué aprenderás en este diplomado?

Este Diplomado tiene como objetivo que todas las personas interesadas en conocerse a sí mismas y crear una vida de bienestar, equilibrio y espiritualidad, puedan iniciar su aprendizaje de la mano de grandes saberes ancestrales, como lo son el vedanta, tantra, yoga y ayurveda. Para ello te invita a despertar a tu propio sanador/a, maestro/a y sabio/a interior

Bienvenido/a al viaje

Recorrido: el viaje del sanador, el maestro y el sabio

Este diplomado está diseñado en torno a 4 grandes dimensiones presentes en la experiencia humana:

- 1.- El sentido de la vida
- 2.- El origen del sufrimiento
- 3.- Visión de salud y enfermedad
- 4.- Amor y consciencia de unidad

Estas temáticas fundamentales fueron abordadas hace miles de años por las disciplinas de oriente, cuyo principal propósito es ayudarnos a conocer la naturaleza de nuestra existencia a través del autoconocimiento, la autosanación y el autocuidado, prácticas que nos hacen "ir hacia adentro" y recuperar nuestro poder interior.

Durante este Diplomado podrás recorrer, a través de los 4 saberes ancestrales, dimensiones esenciales en la vida del ser humano: 1) sentido de vida 2) origen del sufrimiento 3) visión de salud y enfermedad 4) amor y consciencia de unidad

DIMENSIÓN 1: EL SENTIDO DE LA VIDA

La pregunta sobre el propósito de nuestra vida está presente en todos los seres humanos desde nuestros inicios; científicos, religiosos, filósofos e investigadores de toda índole han intentado encontrar la respuesta. En esta dimensión, nos conectaremos con las principales causas que originan las enfermedades físicas y mentales que actualmente padece gran parte de la población mundial. En esta dimensión aprenderás técnicas y enfoques milenarios de oriente que te permitirán recuperar tu salud y vitalidad: Técnicas de desintoxicación, Meditación, Pranayama, Rutinas y rituales saludables, Alimentación consciente, Cocina terapéutica, ejercicios y prácticas de yoga, medicinas naturales y otras.

DIMENSIÓN 2: EL ORIGEN DEL SUFRIMIENTO

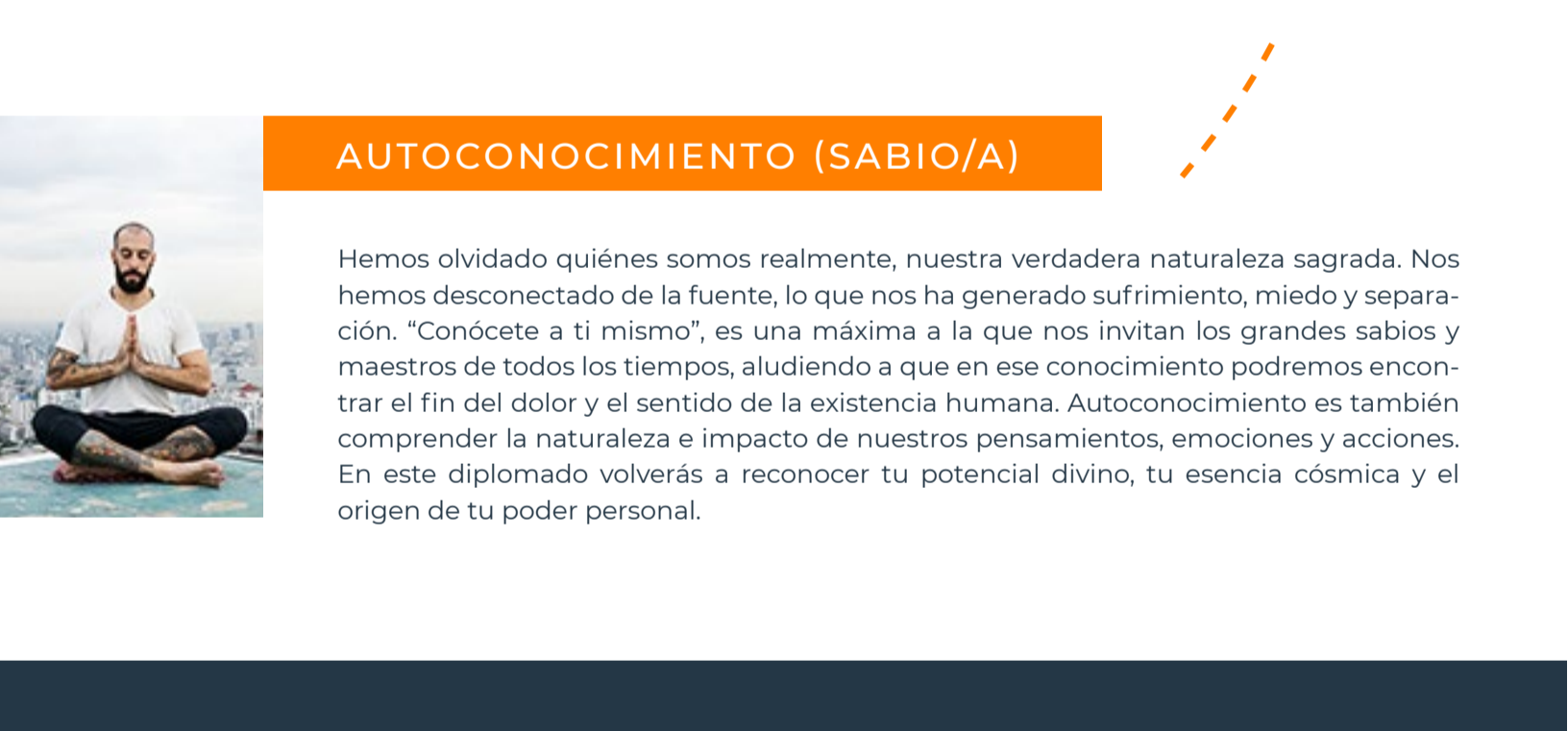
Actualmente, nos sentimos expuestos a numerosas fuentes de sufrimiento: enfermedad, guerras, pobreza, desamor, culpa, vergüenza, problemas de autoestima, entre tantas otras. Gran parte del sistema neoliberal y publicidad basan su existencia en la falsa promesa de terminar con el sufrimiento e insatisfacción de las vidas que llevamos, creando una rueda interminable de vacío y falta de sentido. En esta dimensión descubriremos el origen real del sufrimiento, la estructura del ego y de la mente, y las principales causas de nuestra ignorancia.

DIMENSIÓN 3: VISIÓN DE SALUD Y ENFERMEDAD

¿Qué me está enfermando y cómo me sano?
El estrés, la mala alimentación, un estilo de vida inadecuado, mantener relaciones tóxicas, una baja autoestima y falta de amor propio, la ausencia de sentido y propósito, son las principales causas que originan las enfermedades físicas y mentales que actualmente padece gran parte de la población mundial. En esta dimensión aprenderás técnicas y enfoques milenarios de oriente que te permitirán recuperar tu salud y vitalidad: Técnicas de desintoxicación, Meditación, Pranayama, Rutinas y rituales saludables, Alimentación consciente, Cocina terapéutica, ejercicios y prácticas de yoga, medicinas naturales y otras.

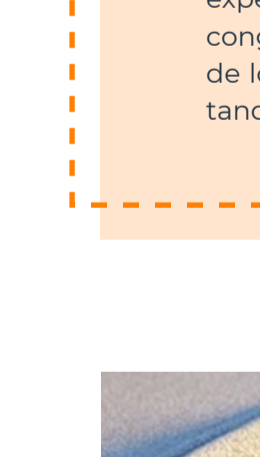
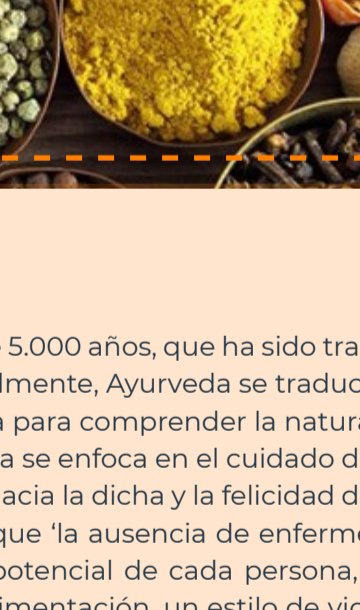
DIMENSIÓN 4: AMOR Y CONSCIENCIA DE UNIDAD

¿Cuál es la fuente de la felicidad?
Los conocimientos milenarios de oriente nos hablan sobre el despertar de nuestra consciencia y sobre el propósito de alcanzar un estado interno de paz, sabiduría y amor que nos invita a cuidar la vida y a reconocer la consciencia de unidad de la que formamos parte. En esta última dimensión aprenderás dónde encontrar el amor y la felicidad que tanto anhelamos, además de técnicas que te ayudarán a explorar tu consciencia y activar tu energía creativa.



¡Tránsformate en tu propio guía y crea una vida saludable, amorosa y llena de sentido!

A lo largo de este viaje, conocerás a personas que, al igual que tú, se cuestionaron las bases de su experiencia humana, y decidieron encender su propia luz. Este grupo de maestros, guías, acompañantes y expertos te ayudarán a despertar a tu sanador/a, maestro/a interior.



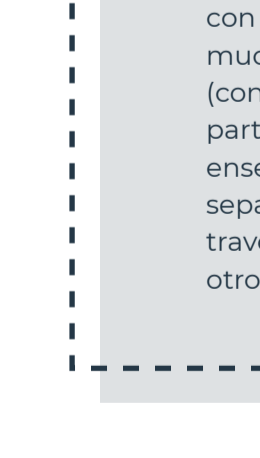
AUTOSANACIÓN (SANADOR/A)

Hemos sido dotados de una capacidad natural para sanar, cualidad que hemos ido perdiendo por cientos de generaciones nuestros días. Literalmente, Ayurveda se traduce como 'la ciencia de la vida' (ayur=vida), ofreciéndonos un mapa para comprender la naturaleza de nuestra existencia y del mundo que nos rodea. Ayurveda se enfoca en el cuidado del cuerpo, la salud y la vida, ya que estas prácticas son el camino hacia la dicha y la felicidad del ser humano. Ayurveda reconoce que la salud es mucho más que 'la ausencia de enfermedad', es un estado de equilibrio interno que permite fluir el potencial de cada persona, y experimentar la vida en total gracia y armonía. Una correcta alimentación, un estilo de vida congruente con los ritmos de la naturaleza, y el cultivo de la mente y el espíritu, son algunos de los ámbitos que se trabajan en Ayurveda para restituir y sostener equilibrio, respetando la esencia única e irreplicable de cada persona.



AUTOCUIDADO (MAESTRO/A)

Hemos normalizado una vida de excesos, cada vez más desconectada de nuestra esencia como seres vivos. En la mayoría de los casos sostenemos rutinas agotadoras, estilos de vida autoflagelantes y una alimentación deficiente. Hoy vemos que aumentan las tasas de enfermedad, la pérdida de sentido y el deterioro del planeta. Necesitamos aprender a cuidarnos. En este diplomado aprenderás a crear un estilo de vida de acuerdo a tu naturaleza (biotipo ayurveda) y a tu circunstancia vital y a restablecer tu equilibrio a través de hábitos, rutinas y rituales que te ayuden a crear bienestar en tu vida.



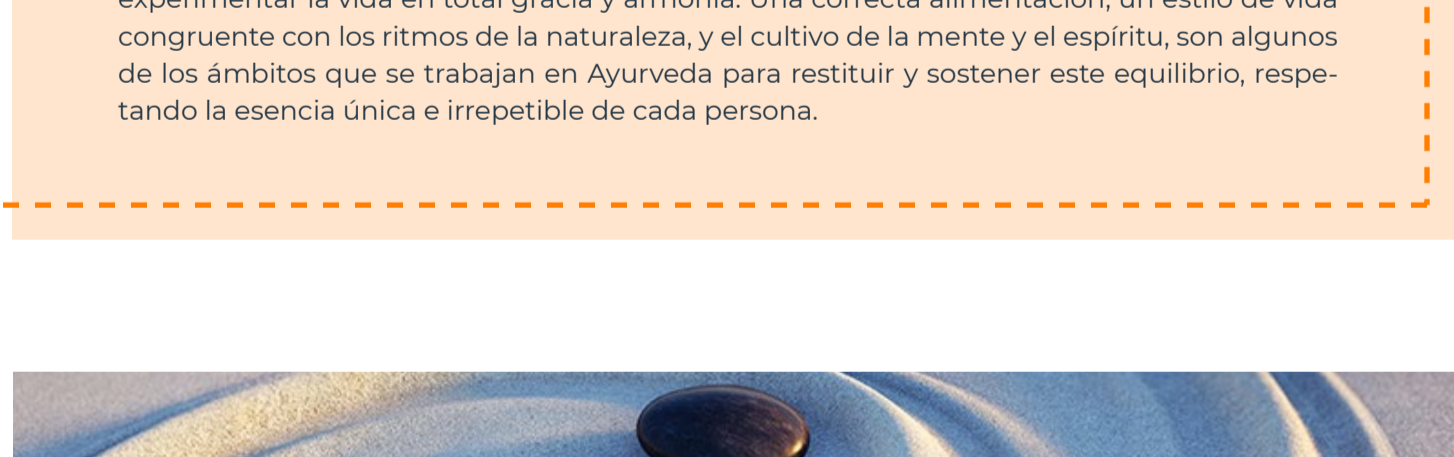
AUTOCONOCIMIENTO (SABIO/A)

Hemos olvidado quiénes somos realmente, nuestra verdadera naturaleza sagrada. Nos hemos desconectado de la fuente, lo que nos ha generado sufrimiento, miedo y separación. "Conócete a ti mismo", es una máxima a la que nos invitamos los grandes sabios encontrar el fin del dolor y el sentido de la existencia humana. Autoconocimiento es también comprender la naturaleza e impacto de nuestros pensamientos, emociones y acciones. En este diplomado volverás a reconocer tu potencial divino, tu esencia cósmica y el origen de tu poder personal.

¿Por qué un diplomado sobre Saberes de Oriente?

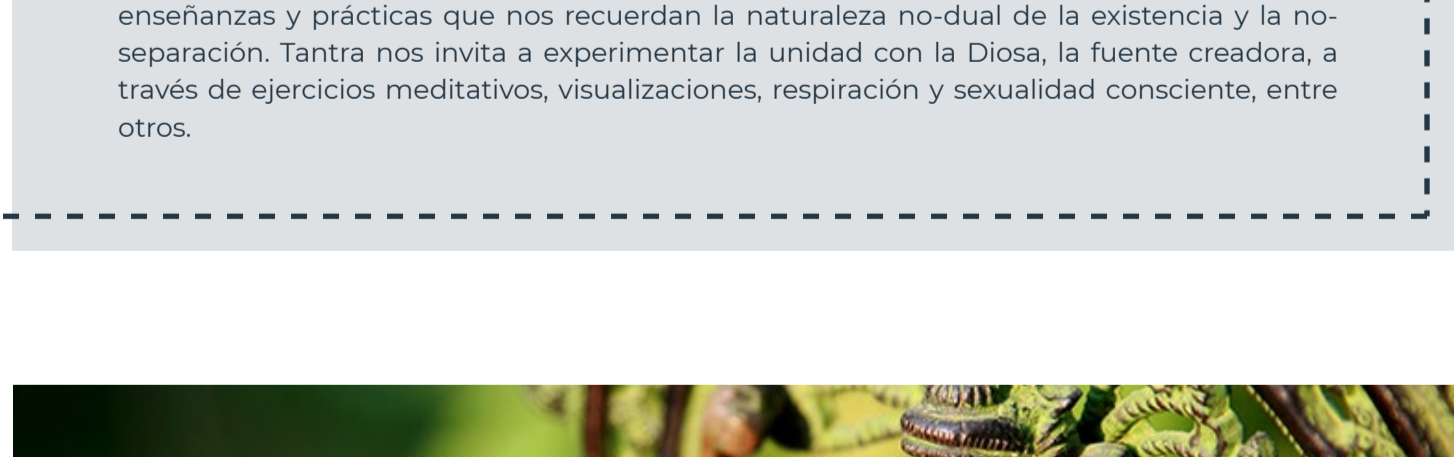
Porque sus filosofías, prácticas y tradición a lo largo de más de 5 mil años, han demostrado ser esenciales para restablecer nuestra conexión espiritual original, permitiéndonos comprender nuestra naturaleza, liberarnos de la ignorancia, crear una vida con consciencia y coherencia, para vivir con sentido, bienestar y plenitud.

Ayurveda, Tantra, Vedanta y Yoga se originaron en India hace miles de años atrás y forman parte de un cuerpo de conocimiento milenario que constituye la base de los Saberes de Oriente.



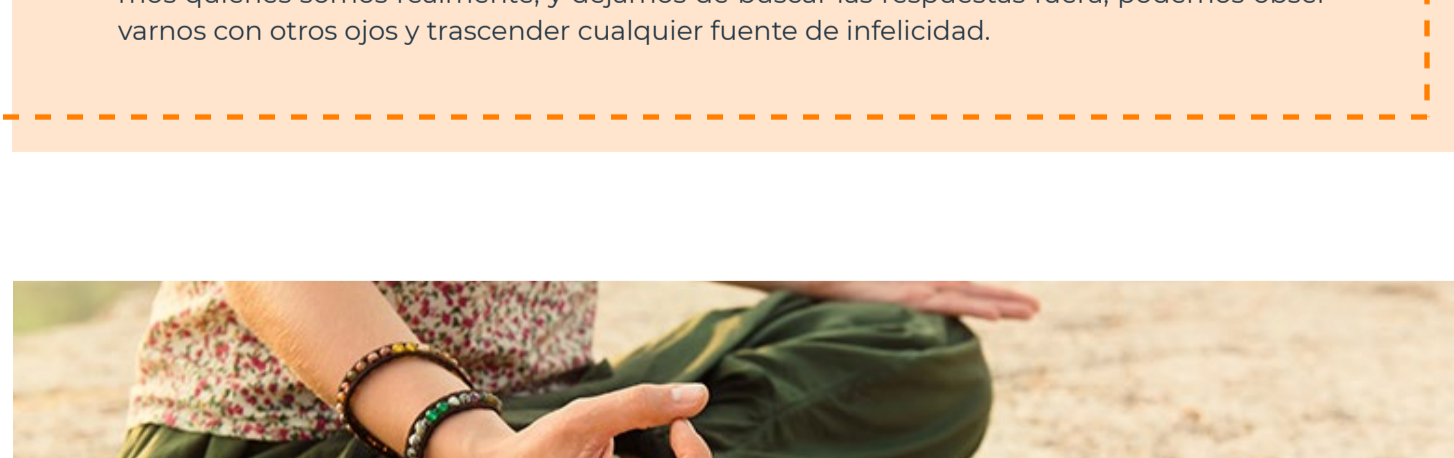
Ayurveda

El Ayurveda es una medicina tradicional originada hace más de 5.000 años, que ha sido traspasada por cientos de generaciones nuestros días. Literalmente, Ayurveda se traduce como 'la ciencia de la vida' (ayur=vida), ofreciéndonos un mapa para comprender la naturaleza de nuestra existencia y del mundo que nos rodea. Ayurveda se enfoca en el cuidado del cuerpo, la salud y la vida, ya que estas prácticas son el camino hacia la dicha y la felicidad del ser humano. Ayurveda reconoce que la salud es mucho más que 'la ausencia de enfermedad', es un estado de equilibrio interno que permite fluir el potencial de cada persona, y experimentar la vida en total gracia y armonía. Una correcta alimentación, un estilo de vida congruente con los ritmos de la naturaleza, y el cultivo de la mente y el espíritu, son algunos de los ámbitos que se trabajan en Ayurveda para restituir y sostener equilibrio, respetando la esencia única e irreplicable de cada persona.



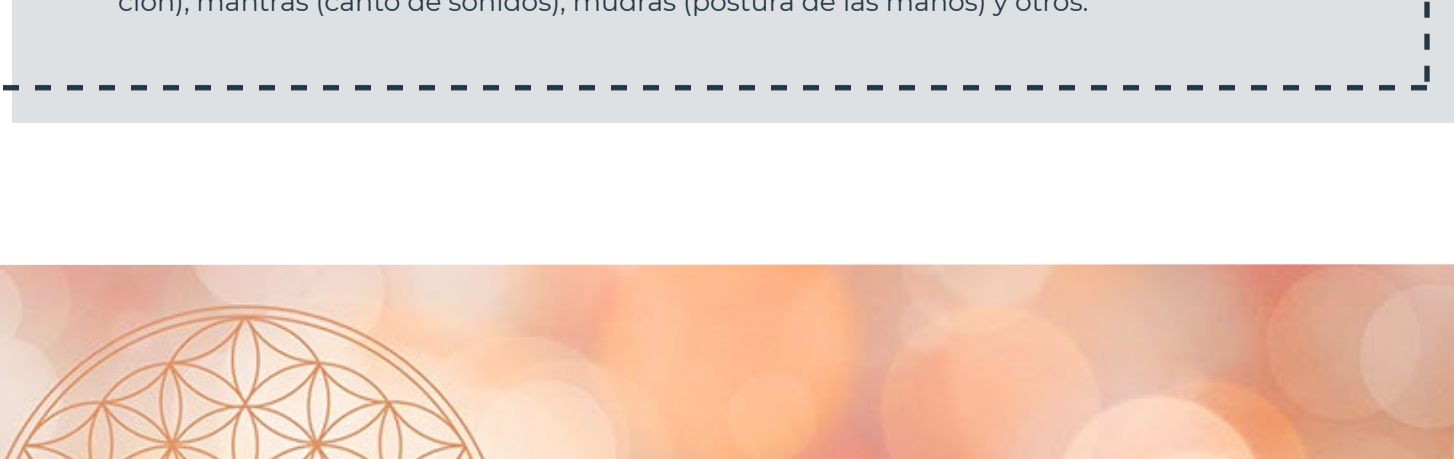
Tantra

Es una tradición yóguica originada en India hace miles de años para ponernos en contacto con la energía divina del Universo y sus polos de creación originales Shiva-Shakti. El Tantra es (muchas) veces asociado con el cultivo de la sexualidad sagrada y la experiencia del gozo (consciente) a través de los órganos de los sentidos. Sin embargo, esto constituye solo una parte pequeña de la filosofía tántrica. El Tantra reúne un conjunto mucho más amplio de enseñanzas y prácticas que nos recuerdan la naturaleza no-dual de la existencia y la no-separación. Tantra nos invita a experimentar la unidad con la Diosa, la fuente creadora, a través de ejercicios meditativos, visualizaciones, respiración y sexualidad consciente, entre otros.



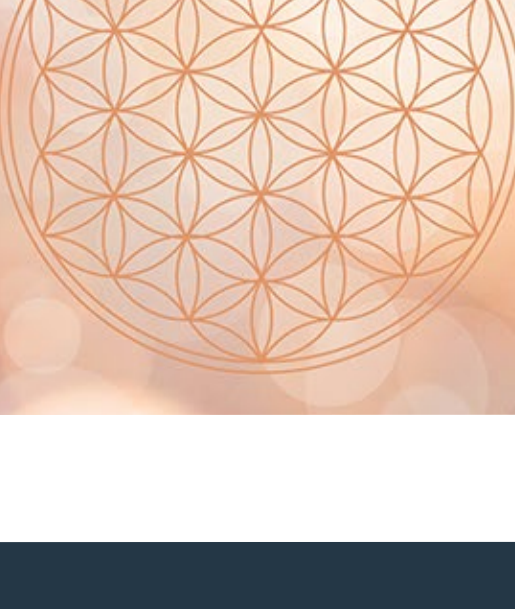
Vedanta

Es una escuela de filosofía hinduista que realiza la importancia del autoconocimiento para vivir una vida plena y con sentido. Para el Vedanta, el dolor, el sufrimiento y la pérdida de propósito se originan por desconocer nuestra naturaleza verdadera. Solo cuando reconocemos quiénes somos realmente, y dejamos de buscar las respuestas fuera, podemos observarnos con otros ojos y trascender cualquier fuente de infelicidad.



Yoga

Yoga es una disciplina originada en India para el cultivo del bienestar individual y armonía con el entorno. En Occidente, la práctica de yoga se ha asociado al ejercicio del cuerpo físico y adopción de posturas complejas que requieren una gran fortaleza y flexibilidad corporal, pero ésta es una visión limitada del yoga que no captura la profundidad y propósito original de la disciplina. Yoga es ciertamente una práctica física, pero es por sobre todo una práctica de entrenamiento mental y desarrollo espiritual que reúne diversas técnicas que ayudan a conseguir este propósito: asanas (posturas), meditación, pranayama (control de la respiración), mantras (canto de sonidos), mudras (postura de las manos) y otros.



¿podemos contar contigo?