

# “ Y O G A , M Í S T I C A Y B U D I S M O ”

4 y 5 de Mayo y 5 y 6 de Octubre en Donostia



**JAVIER  
RUIZ  
CALDERÓN**  
( Shánkara )

**DOCTOR EN FILOSOFÍA, ESPECIALIZADO EN FILOSOFÍAS Y RELIGIONES DE LA INDIA Y FILOSOFÍA DE LA RELIGIÓN.**

**PROFESOR DE HISTORIA DE LAS RELIGIONES, PENSAMIENTO DE ASIA, SÁNSCRITO, MEDITACIÓN Y CANTO VÉDICO.**

**Libros:** El hinduismo y su actualidad (1996), Dhammapada (2004), Breve historia del hinduismo (2008), La Bhagavadgītā (2008), Vedāntasāra: la esencia del Vedānta (2009), Lo religioso. Diversidad, unidad y estructura (en prensa), La entrega a lo divino. Esbozo de una filosofía de la religión (en prensa).

Ha pasado más de seis años en la India, en distintos centros académicos y espirituales. Estudia y practica yoga, vedanta y meditación desde hace cuarenta años. Discípulo de Swami Krishnananda (Shivananda Áshram, Rishikesh) de 1988 a 2001 y de Mata Amritanandamayí Devi (Amma) desde 2003.

## **Presentación**

El yoga es la mística del hinduismo. Nació hace más de 2500 años en la India y, desde entonces, ha atravesado muchas etapas y adoptado múltiples formas hasta llegar al «yoga postural moderno», tan difundido actualmente por todo el mundo. En este curso recorreremos la historia del yoga, describiendo sus variedades y diversidad de estilos y exponiendo las filosofías en las que basan la práctica

Pero el yoga no es un fenómeno aislado: hay otras muchas tradiciones místicas. Por eso, para completar la comprensión de lo que es el yoga situándolo en su contexto,

dedicaremos un módulo del segundo seminario a la mística, su historia y sus variedades y otro a las diferentes formas del budismo, la tradición espiritual más cercana al yoga.

En cada tema se repartirán apuntes y bibliografía, se comentarán algunos textos representativos y se realizarán prácticas características de lo que se haya estudiado.

**Seminario 4-5 mayo: «Las Tradiciones del yoga». 12h. Temario:**

1. Introducción: ¿qué es el yoga?
2. Las Upaniṣad: los orígenes del yoga
3. Advaita vedānta: yoga del conocimiento (jñāna yoga)
4. El yoga integral de la Bhagavadgītā
5. Yoga de la devoción (bhakti yoga)
6. Yoga de la acción (karma yoga)
7. El yoga clásico. Los Yogasūtras de Patañjali
8. Los yogas tántricos. El śaivismo de Cachemira
9. El haṭha yoga. La Haṭha Pradīpikā

**Seminario 5-6 octubre: «Mística, Budismo y Yoga contemporáneo». 12h. Temario:**

- I. Mística: la experiencia directa del Misterio (4h)
  - a) Qué es la mística
  - b) Variedades de mística
  - c) Las tradiciones místicas
  - d) La mística cristiana de Teresa de Jesús
- II. El budismo: de Shakyamuni Buda a la actualidad (4h)
  - a) Budismo theravada: la vida de Buda y las cuatro nobles verdades
  - b) El budismo mahayana en la India
  - c) Tantra budista. El budismo tibetano
  - d) Budismo en Asia Oriental: zen, amidismo, Nichirén
  - e) El budismo contemporáneo

### III. El yoga contemporáneo (4h)

a) Los iniciadores: Ramakrishna y Vivekananda

b) Otros maestros: Aurobindo, Rámana Maharshi, Yogananda, Shivananda, Anandamayí, Nisargadatta, Muktananda, Amma

c) El nacimiento del «yoga postural moderno»: Yogendra, Kuvalayananda y Krishnamacharya

d) Corrientes del «yoga postural»: Iyengar, Ashtanga, Viniyoga, Shivananda, Satyananda, Kundalini yoga.

HORARIOS: Sábados de 10h a 14h y de 16h a 20h. Domingos de 10h a 14h.

PRECIO DE CADA SEMINARIO 150€.

ESTOS 2 CURSOS SE PUEDEN REALIZAR A DISTANCIA, CON EL 20% de Dto.

**INFORMACIÓN en el Estudio Yoga Maitri de Donostia.**

[www.yogamaitri.com](http://www.yogamaitri.com) / [info@yogamaitri.com](mailto:info@yogamaitri.com) / Tlf: 687635726