



HISTORIA DEL YOGA

DESDE SUS ORÍGENES HASTA EL YOGA MODERNO

FORMACIÓN A DISTANCIA (directo o replay)

5 MÓDULOS INDEPENDIENTES Y A TU RITMO

TUTORIAS MENSUALES

IMPARTE: ANANDA CEBALLOS
(CURSO 2024-2025)

via Zoom





El objetivo de esta formación es ayudar a toda persona apasionada por el yoga a actualizar y a profundizar sus conocimientos de esta disciplina.

- ¿Has leído u oído hablar de la “**filosofía del yoga**” y te interesa conocerla mejor ?
- ¿Has estudiado los “textos fundadores” durante tu formación para convertirte en profesor.a de yoga, y ahora sientes la necesidad de volver a profundizar en ellos para **actualizar y ampliar** tus conocimientos?
- ¿Te gustaría comprender las complejas relaciones existentes entre las prácticas de yoga antiguas y modernas para poder situarte mejor en el vasto y plural paisaje del **yoga contemporáneo**?



EL YOGA

El yoga ha evolucionado y se ha desarrollado a lo largo del tiempo, ramificándose en diferentes escuelas y estilos, igual que un árbol baniano, que crece y se extiende en múltiples direcciones.

Esta formación es una invitación a desarrollar una **mirada crítica** sobre la evolución del yoga desde sus raíces hasta el siglo XXI.

EL YOGA

Si quieres **desafiar los estereotipos** y forjarte tu propia opinión sobre el yoga, libre de dogmas y clichés ...

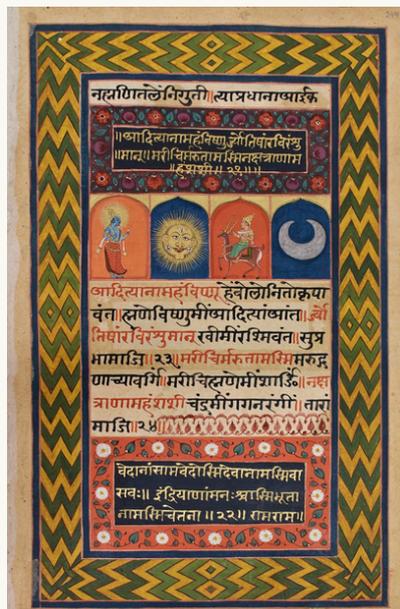
...ESTA FORMACIÓN ES PARA TÍ!

5 MÓDULOS

INDEPENDIENTES Y A TU RITMO

Junto.as leeremos y analizaremos los textos fundadores del yoga desde la antigüedad hasta la época moderna, examinando cómo dichas obras han marcado las diferentes épocas y las múltiples evoluciones de la disciplina.

Después veremos cómo en el siglo XX prácticas antiguas de yoga se adaptaron y se transformaron para producir las formas globalizadas del yoga que conocemos hoy en día.



SOBRE MÍ

Licenciada en Psicología (1997) y Doctora en Filosofía (2014), especializada en Estudios Indios, he sido profesora de historia y filosofía del yoga en el Master de Especialista de India en la Universidad Complutense de Madrid y enseño actualmente en la Universidad de Lorraine.

He participado en la elaboración de "L'encyclopédie du Yoga", dirigida por Ysé Tardan-Masquelier (Albin Michel, 2021)

Practicante y profesora de yoga, con una experiencia de 25 años en la formación y post-formación de profesores de yoga en Francia (Ecole Française de Yoga, Satya Yoga).

Ananda Ceballos



“ Mi deseo con esta formación a distancia es ayudarte a profundizar en tus conocimientos sobre la historia del yoga, distinguir la verdad del mito y formar tu espíritu crítico sobre la disciplina ”

MÓDULO 1

“¿QUIÉN SOY?”: LAS UPANIṢADS

- Contexto histórico: la sociedad védica
- *Chandogya Upaniṣad*: el Absoluto y el Sí mismo.a
- *Katha Upaniṣad*: primera aparición del “yoga”
- *Praśna Upaniṣad*: la respiración: función vital
- *Kena Upaniṣad*: los orígenes de la meditación

FECHAS 27/09
11/10
8/11
15/11
22/11



MÓDULO 2

UNA ANTROPOLOGÍA DEL DESEO: LA BHAGAVAD GĪTĀ

- Contexto histórico: la tensión entre la acción y la inacción en la Antigua India
- Entre ley moral y ley familiar (*karma, dharma, varṇa*)
- La epifanía de Kṛṣṇa/Viṣṇu
- La devoción (*bhakti*)
- La acción libre de deseo

FECHAS 06/12
13/12
10/01
17/01
24/01



MÓDULO 3

“NO PIENSO, LUEGO EXISTO”: LOS YOGASŪTRAS

- Contexto histórico: tradiciones ascéticas y budismo
- El funcionamiento de la mente según Patañjali
- Los 8 auxiliares del yoga (I)
- Los 8 auxiliares del yoga (II)
- Los poderes del yogi y la liberación (*kaivalya*)

FECHAS 07/02
14/03
07/03
14/03
21/03

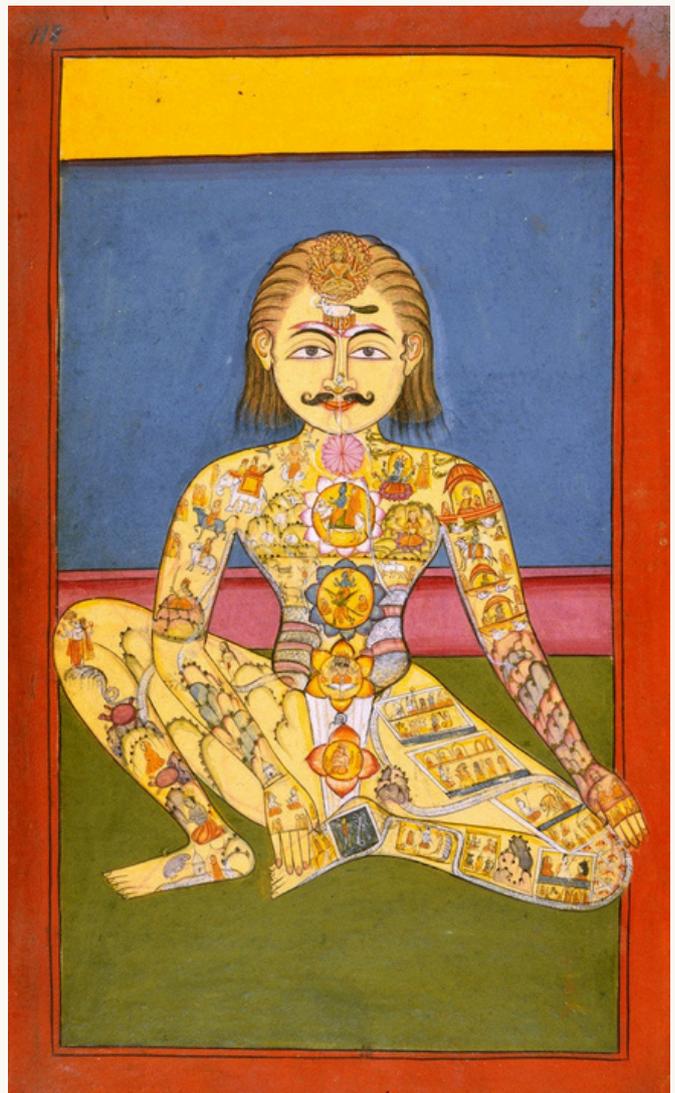


MÓDULO 4

TANTRA Y YOGA: LA HAṬHAPRADĪPIKĀ

- Contexto histórico : ascesis (*tapas*) y Tantra.
- Haṭha Yoga y Rāja Yoga
- *Āsana*
- *Prāṇāyāma*
- *Bandha* y *mudrā*

FECHAS 04/04
11/04
02/05
09/05
16/05

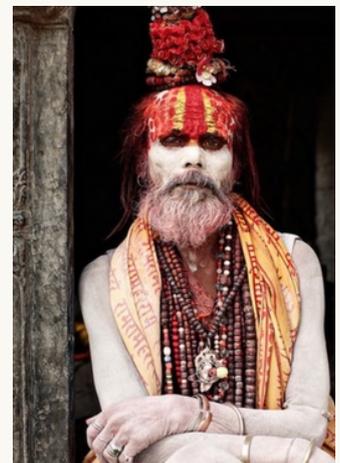


MÓDULO 5

EL YOGA MODERNO

- El renacimiento del yoga en la India
- Secularización: yoga, psicología y espiritualidad
- Medicalización: yoga, ciencia y salud
- Comercialización del yoga
- Instrumentalización política: yoga y nacionalismo hindú

FECHAS 30/05
06/06
13/06
20/06
27/06



TARIFAS

UN MÓDULO (10H)	150 €
LA FORMACIÓN COMPLETA (50H)	600 €

HORARIOS

VIERNES DE 9H A 11H

CADA MÓDULO

- 5 SESIONES DE 2 HORAS (+REPLAY)
- ACCESO AL ESPACIO DE TUTORIAS
- SOPORTES PEDAGÓGICOS (PDF)
- TEST Y CERTIFICADO AL FINAL DE CADA MÓDULO
- *BONUS*: SESIÓN PREGUNTAS & RESPUESTAS

CONTACTO:

✉ ananda.ceballos@gmail.com

☎ + 33 (0)628072908

📷 @ceballos_ananda



BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

INFORMACIÓN PERSONAL

Apellido :

Nombre :

Dirección

Número de teléfono :

Dirección de correo electrónico :

.

ME INSCRIBO A

- Formación completa : SI NO

- Modulo(s) nº

En..... a/...../.....

Firmado :