



Formación Ancestral Tantra Kriya Yoga

Fechas



(Online) 1 y 2 de Noviembre
(Barcelona) 29, 1, 2 y 3 Nov & Dic
(Barcelona) 4 al 7 Enero
(Retiro) 22 al 25 de Febrero

Formación avalada por:



FORMACIÓN

ANCIENT TANTRA KRIYA YOGA

¿POR QUÉ EL ANTIGUO TANTRA KRIYA YOGA?

El Tantra Kriya Yoga antiguo es una práctica completamente nueva dentro del Yoga moderno, aunque sus orígenes están en las enseñanzas del Tantra Kaula. Esta metodología no tiene nada que ver con el yoga propiamente dicho, pero el sistema de asanas, kriyas, pranayamas, mudras y llaves o cierres (bhandas) funcionan en la misma o más profunda frecuencia que el Yoga Normal.

ATKY en sus procesos está vinculado a los métodos y sistemas como el Kundalínico, el Tantra Yoga (pranayamas) de Babaji, el Agama Yoga (en la parte esotérica) y el Hatha (en el trabajo con el equilibrio). Al contrario de muchas metodologías que buscan la relajación, los ejercicios físicos, el equilibrio energético o la limpieza del sistema de chakras; ATKY lleva la práctica del Yoga a otra dimensión.

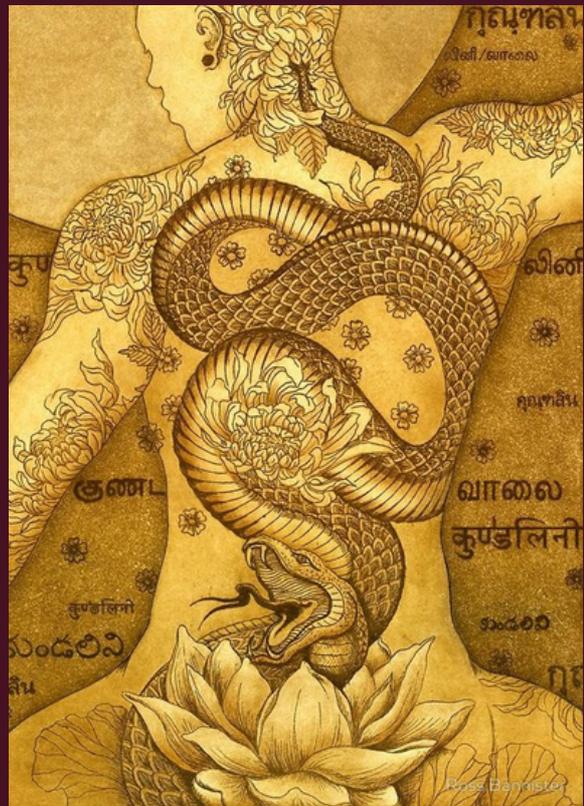
Las cinco dimensiones del ser o los cinco cuerpos (físico, energético, causal, emocional y psíquico) son las fases en las que el Prana y la energía sagrada (energía sexual colocada con una intención) serán el principal lienzo básico donde esta práctica te hará evolucionar. como ser humano y divino. El objetivo principal será recolectar, manejar, transformar y transmutar la fuerza vital de nuestro ser. Con estas premisas, esta práctica te lleva por la vía rápida para brindarte una experiencia de vida que surge como evolución de tu conocimiento y sabiduría internos.

De hecho, ATKY utilizará las 5 herramientas sagradas que utiliza Tantra Kaula: Pranayamas (Swahara Yoga); meditación (no sólo estática sino dinámica); el Asana & Kriya (postura y movimiento); Ritualismo y sexualidad sagrada.

Experiencia de vida, curación, crecimiento, Sabiduría interior y conciencia espiritual. ATKY no te dará una lección de yoga normal, te llevará a otra dimensión. Comienzas con un Círculo de respiración y Kriya para traer conciencia a nuestros cuerpos y tu maestría interior.

Como profesor, tus conocimientos ventajosos serán sobre:

- posturas y pranayamas,
- anatomía humana y anatomía de energías sutiles,
- sexualidad y energía sexual como energía de fuerza vital,
- técnicas restaurativas y terapéuticas,
- chakras, nadis, marmas y talas,
- orgasmia y orgasmia energética,
- ritualismo esotérico.



Los números del YOGA

Según un informe de Yoga Journal de 2016, 36,7 millones de personas practican yoga en EE. UU., frente a 20,4 millones en 2012. El mercado del yoga vale ahora 16 mil millones de dólares (12 mil millones de libras esterlinas) en los EE. UU. y 80 mil millones de dólares (74 mil millones de libras esterlinas) a nivel mundial. En el Reino Unido, “yoga” fue una de las palabras más buscadas en Google en 2016, mientras que el negocio del yoga y pilates genera £812 millones al año, y sigue aumentando.

Brigid Delaney (<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2017/sep/17/yoga-better-person-lifestyle-exercise>) dice Leslie Kaminoff, coautor del libro de referencia fundamental Yoga Anatomy, sobre los instructores en su órbita. "Es una manera difícil de ganarse la vida". Según el portavoz de Yoga Alliance, Andrew Tanner, había 818 escuelas de yoga registradas en los EE. UU. en 2008. En 2012, el número aumentó a 2500 y hoy hay 3900.

Todas estas capacitaciones han generado un enorme exceso de oferta de posibles instructores. "Ha habido un crecimiento enorme en el número de profesores de yoga desde 2008", dice Tanner. "Cada vez se forman más profesores, aunque no necesariamente de buena calidad", añade West. "Todos salen y saturan el mercado. Es la devaluación del yoga en todos los frentes".

Imagina que acabas de abrir un nuevo estudio de yoga que ofrece clases climatizadas de vinyasa flow, formación de profesores en la que has invertido alrededor de 3500 USD. Luego, decide que necesita hacer correr la voz entre la comunidad, por lo que coloca anuncios en un periódico local. Después de un mes, te das cuenta de que no has conseguido ningún cliente gracias a este anuncio, así que investigas un poco y descubres que los lectores del periódico se componen principalmente de jubilados.

Las "personas adecuadas" son aquellas que realmente necesitan tu negocio y, por lo tanto, son tus clientes potenciales. Para comercializar a las personas adecuadas, cada empresa debe identificar su mercado objetivo y centrar sus esfuerzos en llegar a ese grupo en particular.

Tantra, Sexualidad, Espiritualidad, Experiencia transformadora más todos los beneficios del YOGA... te brinda un mercado segmentado que...

!!!NO PUEDES ENCONTRAR EN NINGÚN OTRO LUGAR !!!



LA PRÁCTICA DEL TANTRIKA (INSTRUCTOR) EN ATKY

ATKY te brinda una Sadhana Maestra personal que genera una profunda transformación interior.

Preparación Física y Mental...

Como persona que va a facilitar una experiencia extraordinaria, tu cuerpo, mente y energía tienen que estar en una frecuencia más alta pero al mismo tiempo tienen que estar arraigados y expandidos, ¡es por eso que tienes que prepararte para eso!

¡ATKY tiene una forma rápida y profunda de una antigua Sadhana y Kriyas para desarrollar ese poder interior!

Satyas Kriyas son un conjunto de ejercicios prácticos que te permiten abrir el cuerpo sensorial para tomar conciencia de tu práctica y la apertura de la dimensión extrasensorial como maestro.

- Limpieza del Ida y Pingala; el cuerpo humano comunica el conocimiento hemisférico a través de dos nadis. El uso del Netipot para limpiar estos nadis te permite comunicar eficientemente el PRANA que transferirás a los principales Nadis del cuerpo.**

- Activar el sentido del gusto y prepararse para la respiración de Chakra Base; Limpiar la boca no es sólo una práctica que hace que tus dientes luzcan bonitos y mantengas una boca sana. Este satya kriya utiliza sal marina para limpiar no solo las encías, el paladar y las paredes internas de la boca, sino también para matar las bacterias que causan el mal olor que sale de la boca.**

- Raspado de lengua; Imagina que los sentidos de 250 mil terminales nerviosas que te permiten sentir los olores, el gusto y el placer están bloqueados. Este Satya Kriya es una forma increíble de sentir otras sensaciones y, por supuesto, aporta un conocimiento empírico sobre tu cuerpo y mudras internos con tu lengua.**

• **Limpieza de ojos;** Uno de los sentidos más importantes que te permite aprender son nuestros ojos. Esta práctica te trae claridad pero además... una de las principales frecuencias energéticas que alimenta nuestra fuerza vital es lo que vemos.

Pranayamas o Swahara Yoga el arte de controlar el PRANA en nuestro cuerpo para equilibrar, armonizar, desintoxicar, activar, limpiar y energizar o simplemente para traer un estado de meditación. El antiguo Tantra Kriya Yoga basa gran parte de su trabajo en la tecnología del trabajo de respiración de la misma manera que lo hizo y hace Swahara Yoga. Mencionaremos sólo algunas de las rutinas pranayámicas básicas que forman parte del Sadhana tántrico diario antes de comenzar el día y tu práctica.

• **Respiración consciente.** Inspirar por la nariz y exhalar por la boca no es sólo un acto respiratorio normal. ¿Qué estás haciendo? Estás activando el lado femenino y masculino del cuerpo a nivel polar para magnetizar la columna vertebral y así comenzar a abrir el Nadi principal del cuerpo (Shushumna...la columna vertebral), además de eso, la forma en que se hace en ATKY llamarás Prana electromagnético de la TIERRA y del UNIVERSO y encima crearás energía sexual (co-creación 6 energía de fuerza vital a la mezcla)... Sí, eso es solo inhalar por la nariz y exhalar por la boca.... Una vez que termines 3 minutos de esto, toda tu conciencia se iluminará y además se activará en tu cuerpo físico y energético.

• **Nadi Sodana tántrica.** Shushumna (la columna vertebral) contiene otros dos sub-nadis que están relacionados directamente con nuestra personalidad, actitudes y carácter, con nuestra vida y con los demás. Ida representa el lado lunar de ti mismo y Pingala representa el hemisferio solar. Imagina que puedes limpiarlos, activarlos y generar energía.

Además del equilibrio normal que puedes lograr con este tipo de Pranayama. Pero además de esto, estarán llenos de energía sexual y fuerza vital. Lo cual te permitirá ampliar el equilibrio hemisférico en tu propia práctica como docente.

• **Kapalabati.** La brillante herramienta del cráneo. Una vez que hayas aportado los beneficios del Nadi Sodana tántrico, ahora el objetivo será abrir el Triángulo Dorado en los chakras superiores. Esta antigua tecnología no sólo intercomunica Sahasrara, Ajna y Bindu, sino que aporta Prana electromagnético puro y oxígeno a su cerebro. En ATKY utilizamos bandhas y mudras en el cuerpo para que incluso puedas activar la glándula pineal y pituitaria.

Activación del Sistema de Chakras

por la práctica sadhana del “Antiguo Hatha Guru Kula”

Imagina un conjunto de asanas, kriyas, mudras y bandhas que te permitan activar cada chakra con el fin de ampliar el beneficio de cada uno nada más comenzar la mañana. Esta Sadhana en particular fue utilizada por primera vez por los maestros de Hatha Yoga para generar conciencia y energía con una serie rápida de asanas. Luego los tantrikas incorporan esto a la práctica diaria de su Sadhana.

MICROMEDITACIONES PRANAYAMICAS

- **Meditación de rocas**
- **1er nivel Respiración Cobra / Respiración Cobra con Kriya**
- **Activación y Limpieza del Tantrika mediante Micro-Asanas. De los chakras superiores a los chakras inferiores.**

ESPACIO SAGRADO

- **El universo que tienes como maestro es el universo que sostiene a los participantes en tus sesiones. Por lo tanto, la energía y los rituales que lo rodean tienen un significado muy profundo.**
- **El altar tiene un papel muy importante en el desarrollo de tu sesión ya que de allí sale filtrada la energía de alta frecuencia.**
- **El Arquetipo. Es muy importante ubicar un arquetipo que transmita armonía, intensidad y energía sin ser invasivo para usted y sus alumnos. Recuerda que las deidades tienen dentro de sí una connotación energética. Una forma saludable es utilizar simplemente la simbología o los yantras como arquetipos.**
- **El Incienso por sí solo trae una frecuencia directa a tu espacio. Por lo tanto, el tipo de olor y raíz del mismo tiene un significado... ¡Antes, durante y después!**
- **Se explicará el uso de diferentes herramientas como protección, tótems y canales. Protocolos y ética detrás de una clase y su sesión.**

- **Preorganización y puesta en marcha de ti mismo y del espacio.**
- **Bienvenida y recepción de estudiantes y control administrativo.**
- **Enjuague bucal.**
- **¡Sube la energía!**
- **Cómo distribuir por parejas y tríos.**
- **La conciencia y tú como vórtice de energía.**
- **Corrección de asanas**
- **El sostener cuando participas (esto no es Hatha).**
- **Cierre y Seguimiento de Negocios!**



LA ESTRUCTURA DE UNA SESIÓN SOBRE ATKY

ESTO SE REFIERE DIRECTAMENTE A LA CAPACIDAD Y CONOCIMIENTO PRÁCTICO DE USTED COMO INSTRUCTOR Y A LO QUE APRENDERÁ PARA COMPARTIR EN UNA SESIÓN ESTRUCTURADA

- **Momento. Una sesión normal dura una hora y media si es dos o tres veces por semana. Si es una vez por semana entre 2hrs a 2.30hrs. Demostración siempre 45 min.**
- **Meditación y respiración consciente Nivel uno y dos.**
- **Respiración base de los chakras; bandas y mudras Nivel uno y dos**

- **Ritualismo y homogeneización energética.**
- **Tú como centro energético, Vórtice y movimiento sinérgico dentro de la sala.**
- **Parejas, tríos y colectivo.**
- **Técnicas tántricas:**
- **Importancia de la Drista.**
- **Kirana Kriyas series fijas y combinadas.**
- **Asanas de Purificación (Sahay y Punto del plexo)**
- **Swara Yoga (ejercicios de pranayama por nadis) Equilibrio**
- **Anulom Vilom (Nivel UNO) y Nadi Sodana (Nivel dos)**
- **Proceso de asanas en ATKY: Secuencial, trabajo individual, por parejas y en colectivo.**
- **Número de Asanas versus Experiencia y Conocimiento. Nivel uno 16 a 22. Nivel dos 12 a 16. Tenga en cuenta la energía, el clima y las circunstancias del grupo.**
- **Estructura de asanas: sincronización de energía y frecuencia; búsqueda de la postura, la intención, kriya o dinámica energética (prana, bandha, tensión física y muscular), micromeditación o conciencia del efecto energético.**
- **El desarrollo de la conciencia durante la práctica de asanas en ATKY. Beneficios: físicos, psicológicos, emocionales, sexuales y esotéricos.**
- **Nivel dos. Proceso consciente en la apertura de Ajna.(formal, subjetiva y energéticamente)**
- **Aplicación de pranayamas**
- **Aplicación del Couch consciente y el por qué: Limpieza, Relajación, descarga de energía sagrada (Nivel dos)**
- **Masaje y Toque consciente en sesión ATKY.**
- **Mantralización combinada con respiración (Nivel dos).**
- **El cierra y los mantras Ah o Bijas, se establecen para trabajar durante un período de tiempo.**
- **Cómo preparar la mesa prospectiva de tu sesión**



La práctica y la enseñanza se divide en tres niveles según experiencia y conocimiento:

A) Básico. Comprender el cuerpo y controlarlo; proceso de respiración y equilibrio pranayámico, estar presente y meditación (conciencia); bomba sagrada (Moola Bandha, Svadistana Bandha, Ashwini Mudra; Vajroli Mudra); meditación sobre el movimiento energético dentro del cuerpo físico y astral; comprender y experimentar la energía sagrada a lo largo de todo el proceso; Uso básico de las herramientas de comunicación del tantra. Equilibrio polar a nivel físico.

B) Intermedio. Comprender el proceso de la sesión ATKY y su objetivo; empieza a sentir la acumulación de energía y enjuágala; Dar un conocimiento básico del sistema energético del cuerpo humano y su interrelación con lo psicoemocional, con la memoria energética y con los bloqueos. Manejo sutil de la energía y pranayamas; uso de 2do. Pranayamas de nivel: gnotti o Ujaji; uso de vocalización sagrada; uso de las kriyas y retención respiratoria más profunda (kumbacha); uso de Kriyas Kundalínicos; mudras kundalínicos (ashwini, vajroli y la interrelación con la energía sagrada); uso detallado Vajrayana y Kali Bola. Meditaciones activas sobre presencia y energía. Equilibrio de polaridad a nivel astral.

C) Avanzado. Conciencia sobre Asanas estáticas y el movimiento de la energía. Utilizar la energía sexual sagrada a nivel alquímico. Conocimiento y uso del sistema marma en el proceso de ATKY. Cómo utilizar Cobra Breathing y la transpolación de lo micro y lo macro. Cómo utilizar el microuniverso como plataforma de unidad cósmica. Hacer circular la energía por parejas, tríos y colectivos. El papel de los Bijas Mantras en las sesiones cada 5 lecciones. Uso de la intención de cada lección como meditación pragmática dentro y fuera de la lección. Uso de microorbitas de empoderamiento y respiración tántrica. Comprensión del cuerpo causal.



TEORÍA Y MARCO METODOLÓGICO DENTRO DE LA FORMACIÓN

TEORIA

- **Historia del Yoga**
- **Tipos de yoga**
- **Donde ATKY cobra vida... el intermedio entre los Vedas y Shramana**
- **Anatomía en ATKY**
- **Filosofía del Yoga vs Filosofía Tántrica**
- **Tantra Kaula y ATKY**
- **Sistema de Energía Tántrica en ATKY Chakras, nadis, marmas, kama-marmas y asanas**
- **Pranayamas en ATKY: tipología respiratoria y pranayamas**
- **Uso y beneficios de Mudras, Bandhas, Kriyas**
- **La importancia de la energía sagrada y el uso de la Bioenergía Bomba Sagrada y su manejo.**
- **Principio de resonancia y el hombre como arquetipo del universo**
- **Meditación estática y activa; Nidra Yoga; consciencia**
- **Estilo de vida ascético o no....**



FACILITADOR:

ANAND RUDRA

Siendo criado en una cultura chamánica por el padre (espíritu mexicano y chamán) y por la abuela (mujer medicina mexicana Yaqui). Desde joven se sintió atraído por el mundo esotérico. Su afición, estudiar Tarot, psicomagia, symbogia, ritualismo, Tantra, geometría sagrada y chamanismo.



FECHAS:

Online. 1 y 2 de Noviembre

Tantra spiritual fitness. C/ Aribau 124, Barcelona 29, 1, 2 y 3 Nov & Dic

Tantra spiritual fitness. C/ Aribau 124, Barcelona 4 al 7 Enero

Retiro en Cal Massot de Belianes 22 al 25 de Febrero

PRECIOS:

Early Bird (hasta el 29 de Septiembre): 1.295€

Regular: 1.385€

Only Betantric members: 1.250€

INSCRIPCIONES:

390€

Bank ING

BIC: INGBNL2A

IBAN: NL11 INGB000 6803790

