

Veedalaulu seminar

Õpetaja Radha Sundararajan • 24.–27. septembril 2015 Lilleorus

Ei ole kõrgemat tarkust
Veedades väljendatust,
Veedad hõlmavad kõike,
mis õppimist väärrib.
Õpetlased ei jätkanud väitlusi,
nad õppisid valdama Veedade
tarkust – külluslikku sisult –
ja nad vabastati.

Tirumuular „Tirumantiram”, 51. salm

*om asato mā sadgamaya
om tamaso mā jyotirgamaya
om mrtyormā amrtam gamaya*

Juhata meid ebatõelisest tõelisse.
Juhata meid pimedusest valgusse.
Juhata meid surmast surematusse.

„Bṛhadaranyaka Upaniṣad” – I.iii.28

Avasta
helide
tervendav
vägi!

Veedad on mahukas hümnide kogumik, mis uskumuse kohaselt avaldati iidsete tarkade poolt, kes kuulsid neid oma sügavas meditatsioonis. Veedapärimus on tänapäevani india vaimsuse, teadmise ja kultuuri aluseks. Neis sisalduv teadmine talletati ja anti ühelt põlvkonnalt teisele edasi suulise pärimusena. Joogafilosoofia ja teised traditsioonilised india koolkonnad on kindlal seisukohal, et loomingu esimene ja kõige olemuslikum mõõde on heli, mis kogu meie olemasolu tugevalt läbib ja mõjutab. Mantrate ja hümnide laadsed pühad helid mõjutavad meie olemasolu süvakihte ja annavad jõudu. Joogapraktikas on helid väga peeneks, kuid võimsaks isikliku muutuse teostuse vahendiks, nii füüsilisel, emotsionaalsel, mentaalsel, intellektuaalsel kui ka vaimsel tasandil.

Veedalaulu hüved: tervendab (kasutatakse joogateraapias); rahustab mõistust, olles üks olulisi meditatsioonivorme; aitab vabaneda pingetest ja olla tegevustes tulemuslikum; parandab mälu ja keskendumisvõimet.

Kavas on: tervendavate Veeda mantrate laulmine; hümnide sisu avamine; heli rakendamine aasana (keha-asend), pranajaama (hingamistehnika) ja dhjaana (meditatsiooni) praktikates.

Seminar on avatud kõigile, kellel on huvi helide, tervendamise, jooga, mantra või meditatsiooni vastu. Varasem Veedalaulu kogemus pole vajalik.



RADHA SUNDARARAJAN on üks vähestest õnneliketest, kel oli võimalus olla suure joogi T. Krishnamacharya poja Šri T.K.V. Desikachar'i otsene õpilane. Oma enam kui 30 aasta jooga ja Veedalaulu kogemusega on Radha rännanud üle maailma, õpetades Veedalaulu ja Krishnamacharya pärimuse joogateadmisi. Olgu tegemist Patandžali, Bhagavad Gita või muude klassikaliste tekstide, Veedalaulu või meditatsioonipraktikaga, teeb ta õppeprotsessi alati nauditavaks. Radha on sertifitseeritud joogaterapeut ning Veedalaulu ja joogaõpetajate koolitaja. Sooja, vaimuka ja pühendunud inimesena, suudab ta luua õpilastega hea suhte, pannes aluse kauakestvale sõprusele.

GRUPP ON AVATUD! SOODUSHIND KEHTIB KUNI AUGUSTI LÕPUNI!

Augusti lõpuni hind 270 €, hiljem 300 €, ettemaks 30 €. Nii Veedalaulu kui Patandžali kursustel osaleja **soodustus 50 €** (toit ja ööbimine on hinna sees).

Lisainfo: www.lilleoru.ee

Täiendavad küsimused kursuse sisu osas:

Mari Kadanik mari@marikadanik.ee • tel 507 3548

Korralduslikud küsimused:

Anneli Hallik hallik.anneli@gmail.com • tel 5661 6948