

## MATERIAL DIDACTICO



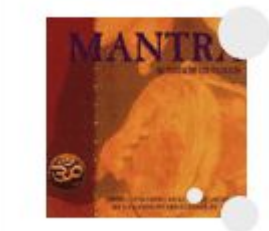
### TÁNDAVA, MANTRA & PIANO NUEVO!!

En este inspirado CD se combinan la ancestralidad de los mantras y el melodioso sonido del piano, que, acompañado de voces y percusión, hace de este trabajo una especial conjugación de arte y tradición. Los mantras han sido rigurosamente respetados en su forma original, constituyendo un excelente complemento para aprender a vocalizarlos con toda la fuerza y alegría propia de los auténticos kirtans.



### MUDRÁS, JUEGO DE LA MEMORIA NUEVO!!

Los mudrás son gestos reflexológicos, simbólicos y magnéticos hechos con las manos. Este juego didáctico nos acerca a la antigua tradición tántrica y a la belleza y expresividad de los mudrás, para su posterior utilización dentro de las secuencias coreográficas, una de las principales características del SwáSthya Yôga.



### MANTRA, SONIDOS DE PODER

Este CD rescata los mantras del SwáSthya Yôga y otros de línea shivaísta a través de la ejecución espontánea y casi primitiva de los instrumentos de percusión, en un recorrido por lo que podría haber sido la música en el tiempo en que surgió el Yôga Antiguo, más de 5.000 años atrás. En el contexto de esa simplicidad consigue expresarse la fuerza original de los ritmos y de los mantras, vocalizaciones de sonidos y ultrasonidos que son utilizados en la práctica de Yôga con diversas finalidades. Dentro de la grabación se incluyen, además, tres temas musicales especialmente compuestos para acompañar la ejecución de coreografías de SwáSthya Yôga.



### ESTEREOGRAMAS

Estereograma es el término usado para designar imágenes en dos dimensiones que, miradas del modo correcto, dan la sensación de objetos tridimensionales. Las imágenes que se utilizan en este caso son los yantras (símbolos) principales del SwáSthya Yôga, que constituyen un instrumento para desarrollar la concentración y meditación. Cualquier persona que desee intentarlo puede dominar las técnicas de estereovisión sin ayuda, por lo tanto, olvídense de pensar que no será capaz de ver la imagen 3D.



### **CURSO TEÓRICO-PRÁCTICO EN VIDEO en castellano**

Material didáctico editado en tres videos (niveles inicial, medio y avanzado) destinados al practicante que desea perfeccionar su entrenamiento. Incluyen clases prácticas a través de las cuales se podrán apreciar algunas de las técnicas del SwáSthya Yôga, demostraciones de coreografías (una de las características principales de nuestro método) y explicaciones teóricas a cargo del Profesor Edgardo Caramella y del Maestro DeRose.

En venta también en Zival's, Yenny y El Ateneo.



### **MEDALLA CON EL YANTRA ÔM (símbolo universal del Yôga)**

Acuñada en forma antigua, representa de un lado el ÔM en relieve, rodeado por inscripciones en sánscrito. En el reverso, el Ashtanga Yantra, poderoso símbolo del SwáSthya Yôga. El ÔM es el más importante mantra del Yôga y actúa directamente en el ájña chakra, ubicado en el entrecejo. Para mayor información sobre el ÔM, la medalla, el Ashtanga Yantra y los chakras, consulte los libros en la página publicaciones.



### **PERFUME TÁNTRICO CAREZZA DE ALTA FIJACIÓN**

Esencia pura de la fórmula original creada por el Maestro DeRose, el Carezza es sumamente energético y estimulante. Lea la Leyenda del Perfume Carezza en el libro "Yôga, Mitos e Verdades".



### **INCIENSO KÁLÍ-DANDA**

Uno de los mejores del mundo y de los pocos que realmente se elaboran con la materia prima llamada incienso. Durante la quema libera sustancias provenientes de una amalgama alquímica que, con la propiedad de disolver larvas y miasmas astrales, limpia y purifica ambientes y las auras de las personas. Favorece la concentración y la meditación. Para más información, consulte el libro "Yôga, Mitos e Verdades".

### **CDs**



### **YÔGA - PRÁCTICA BÁSICA (Maestro DeRose) en castellano**

Contiene 84 ejercicios entre técnicas corporales, respiratorios, relajación, mantras, meditación, mudrás, kriyás y pújás, con descripciones pormenorizadas para permitir la comprensión perfecta al iniciante. Las ilustraciones referentes a las técnicas así como las instrucciones detalladas se encuentran en el libro "Yôga Avanzado. SwáSthya Yôga Shástra".



### **RELAX - REPROGRAMACIÓN EMOCIONAL (Maestro DeRose) en castellano**

Este CD forma parte de la serie de productos para el complemento didáctico en la formación profesional de instructores promovida por la Unión Internacional de Yôga. Constituye un ejercicio para lograr un estado de relax profundo con órdenes mentales para beneficiar la salud, el desarrollo interior, para perfeccionar el carácter y los hábitos, obtener mayor productividad en el trabajo, en los estudios, en los deportes, mejor integración social y familiar.



### **MANTRA. ÀS MARGENS DO GANGES (MANTRA. A LAS MÁRGENES DEL GANGES) Del Maestro Carlos Cardoso.**

Este CD es fruto de una laboriosa investigación realizada en la India por el Maestro Cardoso. Para rescatar del pasado estos sonidos ancestrales y difundirlos entre nosotros, se contactó con un grupo de intérpretes de mantras que, por medio de sus voces e instrumentos, transmite todo el encanto y la magia de la India antigua, desde las orillas del río Ganges.



### **BÍJAS, OS SONS-SEMENTE DOS CHAKRAS (BÍJAS, LOS SONIDOS-SIMIENTE DE LOS CHAKRAS) Del Maestro Carlos Cardoso.**

En el despertar de la kundaliní, los chakras desempeñan un importante papel como elementos catalizadores y distribuidores de prána (bioenergía). Los bíjas, sonidos simiente de los chakras, los desenvuelven e inducen a un funcionamiento más adecuado. Este CD enseña la vocalización correcta de esos sonidos primordiales, elaborados con un efecto sonoro relajante.



### **MANTRA, KIRTANS ANTIGUOS DA ÍNDIA (MANTRA, KIRTANS ANTIGUOS DE LA INDIA)**

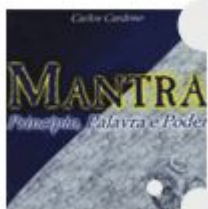
**Del Maestro Carlos Cardoso.**

Mantras antiguos cuyas letras, de cuño folclórico, épico o mitológico, exaltan y reverencian a los personajes más importantes de la historia india -como Shiva, Ganêsha, Parvatí, Ráma, Krishna- que se remonta a más de 5.000 años.



### **ÔM, O SOM ETERNO (ÔM, EL SONIDO ETERNO)** **Del Maestro Carlos Cardoso.**

En todas las escrituras de la India antigua, el ÔM es considerado como el más poderoso de los mantras, la matriz de todos los demás. Por eso se lo denomina "mátriká mantra" o sonido matricial. En este CD, más de cien voces vocalizan este sonido primordial, generando además innumerables armónicos naturales, que facilitan el relax, la intuición, la concentración y la meditación.



### **MANTRA, PRINCÍPIO, PALAVRA E PODER** **(MANTRA, PRINCIPIO, PALABRA Y PODER)** **Del Maestro Carlos Cardoso.**

Para experimentar la maravillosa sensación de escuchar mantras de varias líneas de Yôga, vocalizados en sánscrito por un grupo coral de cuatro voces. Es un manantial inédito de musicalidad ancestral, para ser utilizado en las prácticas diarias o, simplemente, energizar el ambiente.



### **SÂNSCRITO. TREINAMENTO DA PRONÚNCIA** **(SÂNSCRITO. ENTRENAMIENTO DE PRONUNCIACIÓN)** **Grabado en la India por el Dr. Muralitha,** **Maestro de sánscrito en India.**

Este CD contiene entrevistas con swámis indios sobre la importancia mántrica de pronunciar correctamente los términos técnicos del Yôga, explicaciones teóricas y ejercicios de dicción. El apoyo bibliográfico de este CD son los libros "Yôga Avanzado. SwáSthya Yôga Shástra" y "Todo sobre Yôga".



### **DESENVOLVA SU MENTE en castellano**

Enseña ejercicios prácticos para el aumento del control mental, estimula el despertar de facultades latentes y perfecciona la sensibilidad, buscando conducir a los estados alfa, theta y otros más profundos. Induce a la meditación, enseña a transmitir fuerza y salud por el pensamiento, testea el índice de paranormalidad, entrena la proyección astral y ofrece muchos otros ejercicios.

**"Compartir es uno de los verbos que más nos gusta.  
Compartir amistad, conocimientos, alegrías, trabajo e ideas  
eso somos nosotros. ¡La Unión Internacional de Yôga!"**