

Curso online:

MOKṢA
Uma visão histórica
do Yoga na Índia



Professor Roberto de
Andrade Martins



Curso Online: “Mokṣa: uma visão histórica do Yoga na Índia”

Prof. Roberto de Andrade Martins

Primeiro bloco: O Yoga indiano tradicional

Vídeo 1 – “O que é o Yoga tradicional indiano?” (16:30 min.)

Vídeo 2 – “Os sādhus indianos” (11:26 min.)

Vídeo 3 – “Os objetivos humanos (puruṣarthas)” (17:20 min.)

Vídeo 4 – “O quarto objetivo humano: mokṣa, a libertação espiritual” (28:26 min.)

Segundo bloco: Os principais tipos tradicionais de Yoga

Vídeo 5 – “Três tipos de Yoga: Tapas, Jñāna e Karma-Yoga” (33:40 min.)

Vídeo 6 – “Bhakti, Mantra, Rāja e Tantra-Yoga” (35:59 min.)

Vídeo 7 – “O Haṭha-Yoga tradicional” (28:18 min.)

Terceiro bloco: História da Índia: da Pré-história aos Vedas

Vídeo 8 – “Panorama histórico da Índia” (28:09 min.)

Vídeo 9 – “A civilização do vale dos rios Indus e Sarasvatī” (42:41 min.)

Vídeo 10 – “A tradição dos Vedas” (23:06 min.)

Vídeo 11 – “Os devas e os rituais dos Vedas” (25:13 min.)

Vídeo 12 – “A sabedoria dos Vedas” (27:40 min.)

Vídeo 13 – “A literatura vênica” (30:51 min.)

Vídeo 14 – “Os mantras e os objetivos dos Vedas” (32:24 min.)

Quarto bloco: Do Brāhmaṇismo às Upaniṣads

Vídeo 15 – “O Brāhmaṇismo” (19:39 min.)

Vídeo 16 – “As castas e as etapas de vida no Brāhmaṇismo” (31:38 min.)

Vídeo 17 – “A estrutura do ser humano nas Upaniṣads” (41:11 min.)

Vídeo 18 – “As Upaniṣads e o Jñāna-Yoga” (31:51 min.)

Quinto bloco: Do Budismo e do Jainismo ao Tantra

Vídeo 19 – “Os movimentos heterodoxos, Jainismo e Budismo” (23:17 min.)

Vídeo 20 – “O Yoga na Bhagavad-Gītā” (22:32 min.)

Vídeo 21 – “O Rāja-Yoga de Patañjali” (30:48 min.)

Vídeo 22 – “Os Purāṇas e o Tantra” (30:31 min.)

Sexto bloco: O Āyurveda e o surgimento do Haṭha-Yoga

Vídeo 23 – “Do Āyurveda ao Haṭha-Yoga” (33:00 min.)

Vídeo 24 – “Os criadores do Haṭha-Yoga” (19:47 min.)

Vídeo 25 – “A Haṭha-Yoga-Pradīpikā” (22:12 min.)

Vídeo 26 – “As condições para a prática do Haṭha-Yoga”
(25:35 min.)

Vídeo 27 – “Os āsanas no Haṭha-Yoga tradicional” (27:17
min.)

Vídeo 28 – “As purificações do Haṭha-Yoga” (23:45 min.)

Vídeo 29 – “Do Haṭha-Yoga tradicional ao Yoga moder-
no” (24:25 min.)