



YOGA SIVANANDA

América do Sul

SOLICITAÇÃO PARA O PROGRAMA DE VOLUNTARIADO E ESTUDO

Nome

Nome espiritual

Endereço:.....

.....

Telefone:

E-mail:



Foto

Data de nascimento: Sexo: Estado civil:

.....

Grau de instrução (formal ou informal):

.....

Experiência profissional ou de trabalho:

.....

.....

.....

Com que frequência você pratica yoga atualmente?:.....

Com que frequência você medita?:.....

Problemas físicos de saúde de relevância e medicação:.....

Você já trabalhou ou tem contato com um Centro Sivananda? Onde e quando?

.....

Você já fez o curso de formação de professores Sivananda? Onde e quando?

.....

Outros comentários ou informações que queira compartilhar com agente:

.....

Pessoa a contatar em caso de emergência:

Nome:

Endereço:

Telefone:

Quantas horas de Karma Yoga você está disposto a fazer no Centro por semana?

Desde que data e até quando?

.....

Que dias? Qual é o horário?

PROGRAMA VOLUNTARIADO E ESTUDO

Os Centros Internacionais Sivananda de Yoga Vedanta (CISYV) são uma ordem monástica dedicada à difusão dos ensinamentos de yoga em seus quatro caminhos clássicos: Karma Yoga, Raja Yoga, Bhakti Yoga e Jnana Yoga.

O programa de estudo oferece ao estudante de yoga a oportunidade de viver e praticar em um ambiente adequado e sob a orientação de professores que vivem no centro.

Seguimos um programa de estudo, prática e de serviço, criado e designado por nosso Mestre Swami Vishnudevananda, baseado nos ensinamentos de Swami Sivananda, de quem recebemos essa tradição.

A seguir estão algumas normas básicas para o programa de voluntariado e estudo do Centro:

I - Deve obrigatoriamente participar da meditação diária na parte da manhã (6h30) e pelo menos fazer uma aula de yoga por dia.

A meditação é meia hora de silêncio, canto devocional e leitura espiritual. A aula consiste de uma hora e meia de exercícios de respiração, posturas de yoga e relaxamento

II - O Karma Yoga (serviço altruísta) é parte da disciplina de yoga, portanto, deve participar de 2 a 4 horas de Karma Yoga ao dia. As tarefas são designadas por professores responsáveis, e vão desde a limpeza, cozinha, manutenção, difusão, secretaria, etc. O serviço feito apenas com o espírito de purificar o coração, eliminando preconceitos egoísmo, e apegos. Isto desenvolve a compaixão e a capacidade de viver em cooperação com os outros.

III - Não é permitido consumo de mate, café, chá, carne, ovo tabaco e álcool e o uso de telefone ou computador do Centro sem autorização.

IV - Entendo que o uso de drogas é estritamente proibido e concordo não possuir ou vender. Por não cumprir essa exigência poderei ser expulso do Centro e não terei acesso a qualquer outro Centro ou Ashram da organização Sivananda.

V - O Centro não é um lugar social ou recreativo, portanto, o comportamento e a atitude, tanto em privado e em público deve ajudar a manter uma atmosfera espiritual. O staff deve estar disposto a seguir as instruções do/dosa professor/es com fins de estimular o seu crescimento espiritual.

VI - O voluntário, tendo servido com a sua prática e serviço diário terá tempo livre, tanto dentro como fora do Centro. As actividades desenvolvidas neste momento não

devem interferir com a energia espiritual da casa e estão sujeitos a conhecimento e aprovação dos professores ou gestores. As portas do centro fecham às 22:00.

VII - Deve estar na posse de um seguro de viagem, acidente e doença. A CISYV não responsabiliza ou se compromete por despesas que possam surgir a esse respeito.

VIII - Todas as despesas de passagens e gastos pessoais são por conta do participante

IX - A CISYV não se responsabiliza por perda ou extravio de dinheiro ou outros objetos de valor do staff. Todos os serviços voluntários feitos para CISYV são feitos com o conhecimento de que são feitos sem qualquer remuneração específica ou compensação a qualquer momento.

X - Se as condições acima não forem seguidas, na opinião do Diretor responsável pela CISYV, pode acontecer de pedir ao staff para deixar o CISYV imediatamente e sem aviso prévio.

Custo do Programa de voluntariado e estudo: A) \$ 40 por dia - US \$ 900 por mês (2 horas Karma Yoga por dia)

B) \$ 30 por dia - \$ 700 por mês (4 horas

Karma Yoga por dia)

Ambos os custos incluem acomodação básica (colchonete no chão), café da manhã, almoço, ceia leve e uma aula de yoga ao dia. A alimentação é lacto-vegetariana e não é possível considerar dietas ou preferências especiais.

As informações fornecidas são tratadas de forma confidencial.

O/a assinante abaixo leu todas as regras e condições acima contidas neste documento, concorda em cumprir e envolver-se para esse compromisso com a disciplina rigorosa de um aspirante de yoga no serviço do CISYV

Assinatura Data

Associação de Yoga Sivananda

Tel.: (598) 24010929

Montevideo@sivananda.org

Centro Internacional de Yoga Sivananda

Tel.: (54 11) 4804 7318

BuenosAires@sivananda.org