

מסלול העמקה: קורס קריאה בטקסטים ובסוגיות נבחרות (2026–2027)

סדרת הקורסים היא מסלול העמקה מחקרי בקריאה ישירה של טקסטים קלאסיים ופרה-מודרניים של מסורות היוגה, עבור מתרגלים ומורים המבקשים לימוד מתקדם ומבוסס מקורות.

מידע על השיעורים

סדרות ההעמקה ממוקדות בטקסטים ובסוגיות נבחרות, בנות ארבעה מפגשים כל אחת. הסדרות ייערכו לאורך השנה במתכונת של קורסים קצרים עם הפסקות של חודש ביניהן, ומיועדות למי שמבקשים להבין ולקרוא לעומק דרך עבודה טקסטואלית יסודית. הלימוד מתבסס על קריאה ישירה במקורות בשפות המקור ולא על סיכומים מודרניים או עיבודים פופולריים.

- **מתי:** ימי רביעי, בין השעות 10:30-12:30
- **פלטפורמה:** Live בזום [כולל הקלטות הזמינות לצפייה לאורך השנה ועד לאוגוסט 2027].
- **מתכונת:** קריאה צמודה, ניתוח פילוסופי ועבודה ישירה עם המקורות.

דגש חשוב למצטרפים (קהל היעד)

קורס העמקה זה, על כך היחידות שלו, מיועד למתרגלים ותיקים, מורי יוגה ואנשי מחקר בעלי תשתית ידע קודמת בפילוסופיה ובהיסטוריה של היוגה. הלימוד מתקדם ומתפתח מתוך דיון טקסטואלי ומחקרי מעמיק, ולכן אינו מתעכב על מושגי יסוד או מבואות כלליים.

תוכנית שנתית

יחידה 1: נובמבר 2026 – ודנטה והאופנישדות

- **ציר הלימוד:** התפתחות המחשבה הוודנטית והמעבר מהכתיבה המיסטית של האופנישדות למסורת פילוסופית סדורה.
- **הטקסטים שבהם נקרא:** קריאה מעמיקה ב-Kaṭha Upaniṣad וב-Śvetāśvatara Upaniṣad, לצד קטעים נבחרים מתוך ה-Vedānta Sūtra. נקרא גם מן ה-Nyāya Sūtra ומכתבים ודנטיים מאוחרים המשלבים בתוכם מתודולוגיה יוגית מובהקת, כגון ה-Aparokṣānubhūti-ה-Ātmabodha ועוד.
- **סוגיות הלימוד:** נבחן את השכבות הפילוסופיות המאוחרות של האופנישדות, את המעבר לשיטת הסיווג הסיסטמית של הודנטה סוטר, ואת האופן שבו תפיסות אלו הניחו את היסודות לזרמי ההגות המרכזיים בהודו. נבין מהי ודנטה ומה הקשר שלה ליוגה, תוך מבט מעמיק על זרמי הודנטה השונים וסוגי המדיטציות שהם מציעים לנו להבנת העצמי.

יחידה 2: ינואר 2027 – סאמקיה קאריקה והמסורת הפרשנית

- **ציר הלימוד:** המבנה של העולם דרך תפיסת הדואליזם והקשר התיאורטי ליוגה הסוטר.
- **הטקסטים שבהם נקרא:** Sāṃkhyakārikā של אישוואראקרישנה (Īśvarakṛṣṇa) והפרשנויות המסורתיות עליה בעיקר זו של גאודאפאדה.
- **סוגיות הלימוד:** ננתח את הטקסט המכונן של אסכולת הסאמקיה, נבין את מודל 25 הטאטות (עקרונות הקיום) לעומק, ונחקור את היחסים המורכבים וההשפעה הישירה של הסאמקיה על הטרמינולוגיה והפרקטיקה הפסיכולוגית של היוגה של פטנג'לי. נבין אילו חלקים פטנג'לי מאמץ מהסאנקה ומדוע נפרדו לשתי אסכולות פילוסופיות נפרדות.

יחידה 3: מרץ 2027 – טנטרה שיוואית ולא-דואלית: פילוסופיית ההכרה והפיזיולוגיה של הגוף העדין

- **ציר הלימוד:** הממשק הטנטרי בין תיאוריות של הכרה לבין המבנה של הגוף העדין, הקונדליני והצ'אקרות.
- **הטקסטים שבהם נקרא:** מבחר קטעים מתוך האנתולוגיות והפרשנויות של אבהינאווגופטה (Abhinavagupta) כמו ה-Tantralōka-לצד טקסטים ופרקים נבחרים מן הטנטרות המוקדמות המציגות את יסודות הגוף העדין: ה-Netra Tantra-, ה-Svacchanda Tantra וכתבי קאולה (Kaula) מוקדמים.
- **סוגיות הלימוד:** נחקור את מושגי ההכרה העצמית (Pratyabhijñā) והרטט הקוסמי (Spanda) ונבין כיצד המחשבה הטנטרית המקורית הגדירה מחדש את היחס בין התודעה המוחלטת לגוף הפיזי. משם, נמשיך לעומק הפרקטיקה: נתחקה אחר המקורות הטנטריים הראשוניים של מושג הקונדליני (כאנרגיה של התודעה ולא רק ככוח פיזי), נלמד כיצד נתפסו מערכות הצ'אקרות והנאדיס במקור (מערכות המיועדות למדיטציה והדמיה Dhyāna ולא כאנטומיה קבועה), ונבין את הממשק המרתק שבין פילוסופיית ההכרה הגבוהה לבין הפיכת הגוף האנושי לכלי של התגלות ובעיקר כמפתח לשחרור מהסמסרה.

יחידה 4: מאי 2027 – טקסטים מתקדמים של מסורת ה-Haṭhayoga והיוגה-אופנישדות- רגע לפני היוגה המודרנית.

- **ציר הלימוד:** טכניקות מוקדמות והפיזיולוגיה המיסטית של היוגה הפרה-מודרנית, והתהוות הסינתזה בין תרגול גופני להגות ודנטית ובעיקר דגש על הקרקע לעליית היוגה המודרנית אצל קרישנמאצ'אריה.
- **הטקסטים שבהם נקרא:** קריאה צמודה ותרגום חוקר של ה-Yogabīja-וה-Haṭhābhyāsapaddhati (ממסורת הנתה'א'), לצד מבחר קטעים מתוך היוגה-אופנישדות (Yoga Upaniṣads) קורפוס של טקסטים אופנישדיים מאוחרים המשלבים רעיונות ודנטיים ותרגול יוגי למקשה פילוסופית ותרגולית אחת.
- **סוגיות הלימוד:** נחקור טקסטים ייחודיים ונדירים (שחלקם הגדול אינו נגיש לקהל הרחב בשפות מערביות) המציגים פרדיגמות תרבותיות וגופניות מרתקות של זרם ה-Nāth כך שנבחן את רעיון הטרנספורמציה של הגוף הפיזי לגוף אלוהי וחסין ואת המקורות ההיסטוריים של תרבות האסאנה. דרך הלימוד המשולב ביוגה-אופנישדות, נתחקה אחר הרגע ההיסטורי שבו התרחשה סינתזה משמעותית: כיצד הפיזיולוגיה של ההאטה יוגה והפילוסופיה הוודנטית התמזגו, והעניקו לתרגול

הגופני את תוקפו וצידוקו. בכך נבין לעומק כיצד התיאוריות המבוזרות השונות התגבשו והפכו למה שאנו מכנים כיום "יוגה". יחידה זו משלימה גם את יחידה הראשונה בשנה הנלמדת בחודש נובמבר.

לוח מועדים מפורט (ימי ד')

סמינר 1: נובמבר 2026 (ודנטה והאופנישדות)

- 04.11.2026 – מפגש 1
- 11.11.2026 – מפגש 2
- 18.11.2026 – מפגש 3
- 25.11.2026 – מפגש 4

סמינר 2: ינואר 2027 (סאמקיה קאריקה)

- 06.01.2027 – מפגש 1
- 13.01.2027 – מפגש 2
- 20.01.2027 – מפגש 3
- 27.01.2027 – מפגש 4

סמינר 3: מרץ 2027 (טנטרה שיוואית)

- 03.03.2027 – מפגש 1
- 10.03.2027 – מפגש 2
- 17.03.2027 – מפגש 3
- 24.03.2027 – חופשת פורים [אין לימוד]
- 31.03.2027 – מפגש 4

סמינר 4: מאי 2027 (טקסטים של האטה יוגה)

- 05.05.2027 – מפגש 1
- 12.05.2027 – מפגש 2
- 19.05.2027 – מפגש 3
- 26.05.2027 – מפגש 4

אפשרויות הרשמה ועלות 💰

הלימוד בנוי בצורה המאפשרת הצטרפות לתוכנית המלאה או העמקה בנושאים ספציפיים:

- **הרשמה מראש לכל הסדרה השנתית (4 סדנאות / 16 מפגשים):** 3200 ש"ח (חיסכון של 1600 ש"ח)

- **הרשמה לסדנה בודדת (4 מפגשים):** 1200 ש"ח

המסלול השנתי מומלץ למי שמעוניינים בחוויה לימודית רציפה של התפתחות מחשבת היוגה לאורך השנה.

מילה אישית ממני

התוכנית הזו היא פרי של שנים ארוכות של מחקר, תרגום והשראה שקיבלתי מהטקסטים היפים והעמוקים שהותירה לנו מסורת היוגה. אני נרגשת לצאת ללימוד המשותף הזה יחד איתכם, ומחכה בציפייה גדולה לשיח, לשאלות שלכם וליצירתו של מרחב חקירה פתוח, מעמיק ומשמעותי.

אם יש לכם שאלות לגבי תוכנית הלימודים, התאמתה עבורכם או כל פרט אחר – אני מזמינה אתכם בשמחה ליצור איתי קשר אישי.

נשתמע בקרוב,

הגר שלו

להרשמה למסלול או לבירורים נוספים, ניתן לחזור לעמוד המסלולים:

<https://www.hagarshalevyoga.com/courses>

[054-7360312] 📞 | [parparim39@gmail.com] ✉️