

Kalpa Vriksha
Yoga Metodo Satyananda



ITALIA

10045 PIOSSASCO (TO) - Via Campetto n. 43
tel. 349 669 34 21 kvs@yogasatyananda.it

10139 TORINO - Via Cantalupo 3/a
tel. 338 434 93 77 kvn@yogasatyananda.it
WWW.YOGASATYANANDA.IT

SINCERITÀ

Qualunque cosa facciate siate sinceri verso voi stessi e verso il mondo. Non nascondete i vostri pensieri. Siate leali. Abbiate il coraggio di esprimere le vostre idee. La verità ha una sua propria lucentezza, brilla e riversa la sua luce sugli altri.

Swami Sivananda Saraswati



SHANTI PATH

Lo Shanti Path rappresenta un obiettivo personale e sociale. "Dal reale all'irreale, dall'oscurità alla luce, dalla mortalità alla stabilità, alla continuità e all'eternità": questo è l'obiettivo personale che lo Yoga suggerisce di perseguire. Una volta raggiunto l'obiettivo personale, questo viene trasformato in obiettivi che coinvolgono e toccano tutti nel mondo. Gli obiettivi sociali dello Yoga sono: l'abbondanza di bene, pace e completezza, un ambiente e una vita felice, gioiosa e armoniosa ovunque.



YOGA

Lo Yoga è una pratica personale che, applicata nel modo giusto, è in grado di elevare un'intera comunità. Lo Yoga rende le persone creative; mettere in pratica i benefici ottenuti con lo Yoga e usarli a favore degli altri è un servizio verso la comunità, la società e la civiltà umana.



SPERANZA

La speranza guarda avanti con chiarezza di mente, con ispirazione, con contentezza e con fede, con la fiducia e la convinzione delle proprie forze e capacità. Allora possiamo vedere che la vita è un bellissimo mistero che si svela.

Paramahansa Niranjanananda Saraswati



YOGA ED ECOLOGIA

La crisi ecologica può essere esaminata secondo la visione materiale o la visione spirituale. Quella materiale è gestita dall'industria e dall'economia ed è difficile da cambiare. Attraverso lo Yoga vengono forniti gli strumenti per osservare attitudini e relazioni con la natura a livello psichico e spirituale. Le azioni e i comportamenti quotidiani creano abitudini ed atteggiamenti che influenzano le relazioni con il mondo circostante. Il primo cambiamento che tutti possiamo fare è quello di adeguare lo stile di vita individuale. E' necessario fare uno sforzo per cambiare l'atteggiamento consumistico, materialistico ed egoistico verso una visione ecologica che comprenda la connessione e la relazione con la natura. Questo cambiamento non può

avvenire da un momento all'altro, deve iniziare vivendolo giorno per giorno fino a quando non diventa una parte naturale di se stessi. Non è possibile cambiare la situazione economica e politica, ma è possibile, come individui, attivare una consapevolezza ecologica ed imparare a vivere in modo semplice ed essenziale. Forse il cambiamento climatico è un processo naturale in cui la razza umana e molte specie di animali e piante vengono spinti verso una rapida estinzione. La Terra ha già attraversato enormi trasformazioni: ere glaciali ed estinzioni di massa e quindi, probabilmente, sarà in grado di adattarsi anche ad altre situazioni innaturali create dall'essere umano e la vita troverà sempre il modo di continuare.

Tuttavia, la Terra con tutta la sua bellezza non è solo un'eredità del passato, ma un "prestito" che riceviamo da quelle che saranno le generazioni future, i nostri pronipoti e i figli dei loro figli e quando si prende in prestito qualcosa da qualcuno lo si deve restituire nelle stesse condizioni o in condizioni migliori.

Sulla Terra è ancora presente la bellezza, ma se continuiamo a vivere senza avere una profonda connessione spirituale con essa, la distruggeremo. La scelta è nostra. Abbiamo permesso a noi stessi di focalizzarci sul mondo materiale dimenticando quello spirituale. Dobbiamo essere positivi e cercare dei piccoli modi coi quali cambiare il mondo dentro di noi così da sperimentare la bellezza all'esterno. Lo Yoga è lo strumento che permette di cominciare il viaggio per ristabilire l'equilibrio tra l'aspetto materiale e l'aspetto spirituale.

Swami Prembhava



PACE

Faccio passi brevi, procedo lentamente, in totale rilassamento, con il cuore aperto all'esperienza della pace. Non devo sbrigarmi, perché non sto andando da nessuna parte. La meta è ogni passo. Cammino in modo tale da lasciare sulla terra orme di pace e di libertà. Con ogni passo genero l'energia della calma e della presenza mentale e questa energia risana e trasforma il mio essere. Basta un po' di consapevolezza e il sincero proposito di essere in pace. Se sapete fare un passo in completa pace, saprete farne due. Potete fare cento, mille passi in completa pace. E il mondo avrà pace.

Thich Nhat Hanh



L'uomo è la specie più folle: venera un invisibile Dio e distrugge una Natura visibile. Senza rendersi conto che la Natura che sta distruggendo è quel Dio che sta venerando.

Hubert Reeves



La fede è la misura dell'amore. L'amore è l'anima della fede.

Anonimo

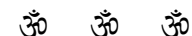
PROGRAMMI A PIOSSASCO

MARZO

- Sabato 7 - 14 - 21 - 28
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Domenica 22
ore 9,30 - 17.00: **DOMENICHE DI APPROFONDIMENTO. SEMINARIO KSHETRAM: Contattare i Chakra**

APRILE

- Sabato 11 - 18
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**



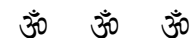
PROGRAMMI A TORINO

MARZO

- Sabato 7 - 14 - 21 - 28
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Sabato 7 - 21
ore 15.00 - 17.00: **Giocando con lo Yoga**

APRILE

- Sabato 11 - 18
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Sabato 11
ore 15.00 - 17.00: **Giocando con lo Yoga**
- Giovedì 23
ore 20,45: **CONFERENZA di Swami Ishananda Saraswati NADA: Viaggio nel mondo della vibrazione**
- Domenica 26
ore 9,00 - 13.00: **DOMENICHE DI APPROFONDIMENTO. SEMINARIO NADA: Viaggio nel mondo della vibrazione**



**LE 2 SEDI RIMARRANNO CHIUSE:
per le VACANZE di PASQUA da venerdì 3 a lunedì 6 aprile
e sabato 25 APRILE**