

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

FELICITÀ

La felicità è armonia mentale, è lo stato interiore della perfetta soddisfazione. Coltivate l'allegria, ridete e sorridete.

Le cose materiali non possono dare la vera felicità e la vera pace perché cambiano continuamente e sono temporanee.

Swami Sivananda Saraswati



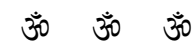
Stiamo assistendo al collasso della società industriale e tecnocratica e dell'ecosistema planetario. L'artificiale viene preferito a discapito del naturale, il maschile viene valorizzato a discapito del femminile. Dalle ceneri del mondo di oggi ci sarà il risorgimento di un nuovo mondo rinnovato anche se non è possibile sapere in quale forma. La New Age è una manifestazione effimera e confusa, ma costituisce il sintomo del disagio spirituale contemporaneo. Si vive un effetto soffocante che porta al rifiuto di qualsiasi forma istituzionalizzata di religione e alla ricerca dell'Oriente, di un maestro spirituale: la ricerca dell'animo occidentale verso un polo orientale. La Sorgente Divina, dalla quale si attinge forza, energia, vita, è presente in tutte le scritture di ogni tradizione, è la stessa Sorgente che si fa conoscere in molti e differenti modi, in una o nell'altra religione, ma con itinerari spirituali diversi all'interno di ciascuna. La percezione comune di una Realtà Ultima di tutte le tradizioni spirituali viene soffocata da una realtà materialista e meccanicista iniziata dalla separazione tra materia e spirito.

Swami Dayananda - Padre Bede Griffiths
Sannyasin e monaco camaldolese



Manca qualcosa al mondo. Viviamo solo con il conscio, il livello razionale. Dobbiamo scoprire l'altra metà: l'inconscio, l'intuitivo. Questa è la ricerca, l'incontro con il proprio centro. Non è facile stare, vivere, rimanere, nel proprio centro perché è un luogo di tensioni, conflitti profondi, contrasti radicati.

Padre Bernardino Cozzantini
vicepriore Comunità Camaldoli



SETTIMANA DI YOGA E VITA DI ASHRAM

da sabato 25 a venerdì 31 luglio
Prenotazioni in segreteria entro il 13 giugno

GURU PURNIMA

Festa della luna piena, ricordando i Maestri Spirituali di tutte le tradizioni
Venerdì 31 luglio ore 18.00 - 22.00

NĀDA YOGA

Dal momento in cui ci svegliamo viviamo tutto il giorno immersi in un mondo di suoni. Ancor prima di aprire gli occhi, il primo contatto con la nuova giornata che ci aspetta è quasi sempre un contatto 'sonoro': può essere la sveglia, qualche uccellino mattiniero, suoni provenienti dall'esterno della nostra abitazione...I suoni ordinari presenti intorno a noi producono effetti sul corpo fisico, sulla mente e sull'energia. Tutti quanti facciamo esperienza nella vita di come un suono o una musica possano innervosire o calmare, rendere allegri, malinconici o nostalgici, attivi o apatici. Il suono è energia: la vibrazione sonora viene percepita a diversi livelli da corpo e mente, e a diversi livelli ha degli effetti. Dell'importanza del suono si trovano tracce anche nelle tradizioni più antiche: le ricerche della Scuola Pitagorica sull'armonia delle sfere, o l'incipit del Vangelo secondo Giovanni 'In Principio era il Verbo' e, recentemente, in Occidente, la musicoterapia che si occupa del potere del suono allo scopo di migliorare lo stato d'animo e la salute. In India la ricerca sul suono ha assunto caratteristiche che la rendono davvero 'speciale' per il grado di approfondimento, sistematicità e comprensione dei fenomeni sonori che va molto al di là di quanto comunemente siamo abituati a considerare. Ricercare le radici delle pratiche del suono in India, significa entrare in un ambito estremamente vasto, dai confini labili che si perdono letteralmente nella 'notte dei tempi' e che investe totalmente sia il percorso evolutivo yogico (le sillabe sacre, gli inni vedici), sia le manifestazioni del suono nel canto e nella musica. La musica in India ha origine divina, è rivelata agli esseri umani dagli dèi. In molti racconti tradizionali, probabilmente risalenti al periodo pre-vedico, il 'sistema musicale' viene donato agli uomini dal dio Śiva. La ricerca plurimillennaria sul suono nel subcontinente indiano si configura e realizza al suo meglio, al massimo grado, nella tradizione del *Nāda Yoga*, lo Yoga del Suono: una branca avanzata dello Yoga che abbraccia l'intera fenomenologia sonora, l'intero spettro dell'esperienza vibratoria. Nel *Nāda Yoga* hanno origine da un lato *Mantra Vidyā*, la scienza dei Mantra, potente strumento evolutivo che tanta parte ha nel sentiero yogico, dall'altro la *Śāstriyā Sangīta*, la musica classica indiana. *Nāda Brahman* è un'espressione che si sente spesso in India, che si trova nelle scritture ed è anche un mantra. Il suo significato sotteso, profondo e coinvolgente è: "il mondo è suono", "l'universo è suono". Il mondo è manifestazione della vibrazione sonora primordiale. L'intero universo è una proiezione di vibrazioni sonore. Il termine *Nāda* si connette alla radice *Nad*, "che scorre", "che fluisce", la stessa radice da cui deriva anche *Nādī*, "flusso". *Nāda* indica il suono ad ogni livello, dal più grossolano, *sthūla* al più sottile, *sūkṣma*. La vibrazione, l'energia vibratoria sonora è la prima manifestazione dell'energia cosmica. In *bindu*, punto della "mente cosmica", in cui materia, tempo e spazio non sono ancora divisi, avviene l'esplosione dell'energia primordiale che li fa separare facendo emergere la prima vibrazione, lo *Spanda*: una "creazione sonora".

Adhyatma



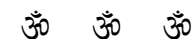
PROGRAMMI A PIOSSASCO

MAGGIO

- Sabato 9 - 16 - 23 - 30
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Domenica 24
ore 9,30 - 17.00: **4° incontro delle DOMENICHE DI APPROFONDIMENTO. SEMINARIO SWARA: il soffio vitale**

GIUGNO

- Sabato 6 - 13
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Sabato 6
ore 15.00 - 22.00: **Festa di fine anno con l'incontro sulla "CUCINA INDIANA" e la "CENA INDIANA"**



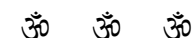
PROGRAMMI A TORINO

MAGGIO

- Sabato 9 - 16 - 23 - 30
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Sabato 9 - 23
ore 15.00 - 17.00: **Giocando con lo Yoga**

GIUGNO

- Sabato 6 - 13
ore 11.15 - 12.00: **Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra**
- Sabato 6 - 20
ore 15.00 - 17.00: **Giocando con lo Yoga**



AVVISI IMPORTANTI

- Lunedì 1° giugno e Martedì 2 giugno: **le lezioni sono sospese**
- Sabato 13 giugno: **terminano i corsi settimanali dell'anno accademico 2014/2015**
- Fino a fine giugno **verranno mantenute attive alcune lezioni**, come recupero di quelle perse a causa delle festività (*chiedete informazioni*)
- richiedeteci informazioni sui **programmi estivi**

I CORSI RIPRENDERANNO LUNEDÌ 14 SETTEMBRE

Per gli aggiornamenti consultate le NEWS su WWW.YOGASATYANANDA.IT