

Kalpa Vriksha
Satyananda Yoga™



ITALIA, 10045 PIOSSASCO (TO)
Via Palestro 36 - Via Campetto 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

LE DONNE NELLA TRADIZIONE YOGICA

Secondo la tradizione lo Yoga non è un sistema patriarcale. Storicamente parlando, nell'epoca di Rama, di Krishna e nell'era dei Veda, ci furono molte donne illuminate, guru e sante. Queste donne avevano un livello spirituale più elevato degli uomini loro contemporanei. Il cambiamento avvenne circa un migliaio di anni fa, quando l'India fu invasa da popoli con una visione diversa. Da quel periodo in poi, con l'intenzione di proteggerle, si sviluppò la condizione sociale che confinava le donne in casa, a ruoli domestici e non pubblici; per questo motivo la tradizione delle donne illuminate diminuì, semplicemente perché esse non potevano più uscire e percorrere il sentiero della ricerca spirituale. Ovviamente i tempi sono cambiati, ma la mentalità ancora no. Le donne sono più qualificate ad interpretare gli insegnamenti dello Yoga. La natura femminile è meno razionale ed intellettuale, è più psichica, intuitiva e maggiormente sensibile alle trasformazioni che possono verificarsi nella sua personalità. Le donne proiettano l'immagine di compassione, dolcezza, cura, amore e nutrimento, mentre gli uomini proiettano maggiormente l'immagine di forza e determinazione. L'Essere Divino è pieno di qualità femminili. Se l'Essere Divino è compassione, quella è una caratteristica femminile. Se l'Essere Divino è amore, quella è una caratteristica femminile. Se l'Essere Divino è cura e attenzione, anche quelle sono caratteristiche femminili. L'esperienza della spiritualità secondo lo Yoga, è lo stato di unione tra Shiva, coscienza e Shakti, energia. La ricerca di Shiva avviene attraverso l'energia di Shakti, che rappresenta la totalità degli attributi femminili. Pertanto solo una donna può realmente comprendere, spiegare e trasmettere le tradizioni Yogiche, Vediche e Tantriche. Per reintegrare le donne nel loro ruolo all'interno di queste tradizioni, è necessario creare delle opportunità per spiegare loro la completezza degli aspetti filosofici e pratici e il pensiero che sottostà alle pratiche. Le donne dovrebbero essere guidate attraverso un processo che permetta loro di diventare insegnanti migliori della controparte maschile. Sta avvenendo un cambiamento. Già nella nostra tradizione Yogica la forza femminile costituisce il 60 per cento, contro il 40 per cento di quella maschile. Forse nel corso del prossimo secolo avremo un nuovo lignaggio di donne guru, spero di poter vivere abbastanza per dar loro il benvenuto.

Swami Niranjanananda Saraswati



C'è una differenza tra perfezione ed eccellenza. L'ossessione arriva quando si vuole che tutto sia perfetto, persino quando gettando delle pagliuzze a terra si pretende che siano allineate e non disposte a caso. Questa è una mentalità perfezionista e crea problemi perché se le cose non accadono come si desidera, si reagisce, ci si ribella, si diventa frustrati e arrabbiati. L'eccellenza non ha questo problema. L'eccellenza non è perfezionismo. L'eccellenza è fare del proprio meglio. Che ci si riesca o meno, che si sia perfetti o meno, non importa. Qualsiasi cosa si stia facendo al momento, occorre mettere la testa, il cuore e l'anima. Pensare che lo si sta facendo per la prima e ultima volta nella propria vita, che sia una nuova esperienza, facendo quindi del proprio meglio.

Swami Niranjanananda Saraswati

PROGRAMMI ESTIVI A PIOSSASCO

CORSI NELLA SEDE DI VIA PALESTRO 36

- **da lunedì 18 giugno a sabato 23 giugno**
SADHANA DEL MATTINO: 6 INCONTRI QUOTIDIANI ore 7.00 - 8.15
Richiesta prenotazione e contributo di partecipazione
- **ogni martedì e giovedì, dal 26 giugno al 12 luglio**
SADHANA DELLA SERA: 6 INCONTRI ore 19.30 - 21.00
Richiesta prenotazione e contributo di partecipazione
- **Giovedì 21 giugno**
GIORNATA INTERNAZIONALE DELLO YOGA
2 LEZIONI APERTE: ore 9.30 - 11.00 e 19.30 - 21.00
Partecipazione gratuita dietro prenotazione



PROGRAMMI IN ASHRAM - VIA CAMPETTO 43

- **da venerdì 22 giugno ore 9.30 a domenica 24 giugno ore 17**
YOGA COME STILE DI VITA: RESIDENZIALE, APERTO A TUTTI
Richiesta prenotazione e contributo di partecipazione
- **da lunedì 23 luglio ore 9.00 a domenica 29 luglio ore 17**
ANUSHTAN: RESIDENZIALE
Riservato a Sannyasin, Insegnanti, Karma Yogi e allievi TTC
Richiesta prenotazione e contributo di partecipazione
- **venerdì 27 luglio ore 19.00**
GURU PURNIMA
CELEBRAZIONE IN OMAGGIO AI MAESTRI SPIRITUALI DI OGNI TRADIZIONE
Partecipazione gratuita dietro prenotazione



PROGRAMMI ESTIVI A TORINO

SADHANA DEL MATTINO E DELLA SERA

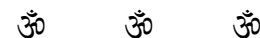
da lunedì 18 a mercoledì 20 giugno
3 INCONTRI LA MATTINA ORE 7.00 - 8.15
3 INCONTRI LA SERA ORE 19.00 - 20.30
Si richiede prenotazione e contributo di partecipazione

GIORNATA INTERNAZIONALE DELLO YOGA

giovedì 21 giugno
2 PROGRAMMI SPECIALI
ORE 7.00 - 8.15 e 19.00 - 20.30
Partecipazione gratuita dietro prenotazione

YOGA D'ESTATE

ogni lunedì e giovedì, dal 25 giugno al 12 luglio CORSO DI 6 INCONTRI,
OGNI LUNEDÌ E GIOVEDÌ ORE 19.00 - 20.30
Si richiede prenotazione e contributo di partecipazione



SABATO 16 GIUGNO

SI CONCLUDERANNO LE LEZIONI ANNUALI NELLE DUE SEDI
DI PIOSSASCO E TORINO

LE LEZIONI DEL PROSSIMO ANNO
RIPRENDERANNO **LUNEDÌ 17 SETTEMBRE**

A FINE AGOSTO INVIEREMO LA NEWSLETTER
CON GLI ORARI E I GIORNI DEI NUOVI CORSI SETTIMANALI

Per ulteriori informazioni
rivolgetevi in segreteria o consultate le news sul sito

