



Kalpa Vriksha Satyananda

Scuola di Yoga e Tecniche Ayurvediche



ITALIA

10045 Piossasco (TO) - str. Campetto n. 43

10139 Torino - V. Cantalupo 3/a

tel. 011/9042534 - E-mail: yogasatyananda@virgilio.it

www.yogasatyanandakalpavriksha.it

Come trovare il proprio scopo nella vita: il Dharma

Per trovare lo scopo della propria vita si deve conoscere il proprio Dharma e la propria reale natura. E' un processo di auto sviluppo stimolante, stupefacente, che colma di soddisfazioni. Dharma è il proposito di armonia e di virtù insito in ogni essere umano. La parola Dharma deriva dalla radice *dhar* che significa "stabilità e solidità"; significa ciò che è stabilizzato o saldo e si riferisce alle leggi immutabili della natura che sostengono l'universo. La filosofia indiana, riferendosi alla dimensione umana, definisce il Dharma come azione eseguita in accordo con la propria natura (in sanscrito *Swabhava*) e che porta armonia. *Swa* significa sé e *bhava* sensazione. Dharma è l'insieme di azioni che emergono dalla sensazione di essere se stessi, che elevano e che vengono eseguite in modo corretto in qualsiasi contesto. Trovare il proprio scopo di vita e il proprio Dharma è la più grande realizzazione. Quando lo scopo della vita è connesso al proprio Dharma, esso porta gioia e soddisfazione. Quando lo scopo è deconnesso dal Dharma crea confusione e gli sforzi per comprenderlo possono essere ostacolati. Alcune persone sono nate con una spiritualità innata, con un forte senso del proprio scopo di vita e del Dharma, ma la maggior parte delle persone che si sta muovendo attraverso il labirinto di pensieri, sensazioni ed idee riguardanti lo scopo della vita e del Dharma ha bisogno di intraprendere un percorso di auto sviluppo sistematico sotto la guida di un insegnante esperto. Non si può scoprire lo scopo della propria vita utilizzando solo la logica o le emozioni. La ricerca dello scopo basata unicamente sul pensiero e sulla logica è vuota di sentimento e diventa meccanica e senza significato. La ricerca dello scopo basata unicamente sulle emozioni può non essere in accordo con la realtà. E neppure si può trovare lo scopo della propria vita o Dharma soltanto meditando, seduti cantando mantra nella speranza che si sarà benedetti da una specie di rivelazione o da un lampo intuitivo. Si dovrebbe aspettare a lungo affinché questo succeda! Fare semplicemente affidamento al pensiero limitato della mente vuol dire cercare una risposta nell'ambito di vita che già si conosce ma la risposta può risiedere altrove. Sovente la si deve ricercare fuori dalle aree con le quali abbiamo familiarità per poter acquisire una prospettiva che ci aiuti a riconoscere la risposta che è già dentro di noi. La ricerca dello scopo della propria vita o Dharma crea una relazione con la mente conoscitiva e con le dimensioni inconse della mente, spinge verso una più profonda capacità di intuizione e connette con il proprio elevato sé. Quando si cammina oltre i confini delle aree conosciute e confortevoli

verso le aree subconsce ed inconscie del proprio essere, si possono esplorare parti di se stessi che ancora non si conoscono pienamente e parti che non si può neppure immaginare che esistano. Le applicazioni avanzate di Yoga Nidra facilitano l'esplorazione di questo percorso. Per trovare il proprio Dharma bisogna sviluppare una percezione più sottile di chi siamo e del perché siamo qui, su questo pianeta, in questo tempo. Lo sviluppo di questa auto conoscenza può essere acquisito attraverso la riflessione su concetti elevati di cosa vuol dire essere "esseri umani", sull'auto osservazione e l'auto analisi ed in ultimo, attraverso la meditazione che espande la consapevolezza, contiene, comprende ed integra tutti questi aspetti. E, da questa posizione di conoscenza, si può creare un autentico sankalpa che viaggi oltre la mente pensante e le emozioni.

Dott. Swami Shankardevananda Saraswati



New Age

La tradizione è una ricetta antica, sperimentata, utilizza sempre gli stessi ingredienti per dare, con certezza, un prodotto finale particolare. La New Age ha portato innovazioni, cambiamenti nelle teorie e modificazioni nelle pratiche della tradizione, è la cultura del fast food, del mordi e fuggi, non richiede impegno o sforzo personale. E' forse per questo motivo che è tanto seguita?



Non ci sono "persone cattive" solo "persone ferite" che restituiscono agli altri il male che hanno ricevuto.

Anonimo

Le difficoltà che si incontrano nel cammino verso la realizzazione di un obiettivo sono la strada più breve per raggiungerlo.

Anonimo

Quando si sente la parola "complesso" si è portati a pensare a qualcosa di patologico mentre in realtà un complesso non è altro che un grappolo di energia affettivamente carico.

Jung

LUNEDÌ 17 SETTEMBRE: RIPRESA DEI CORSI



PROGRAMMI A TORINO

OTTOBRE

➤ Sabato 6 e 20

ore 11.15 - 12.00: *Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra*

ore 15.00 - 17.00: *Giocare con lo yoga*

➤ Domenica 28

ore 9.00 - 13.00: *Pawanmuktasana - Incontro teorico-pratico di approfondimento*

PROGRAMMI A PIOSSASCO

SETTEMBRE

➤ Sabato 15

ore 17.00 - 19.30: *Festa per il ventennale della fondazione della Scuola di Yoga Kalpa Vriksha Satyananda con il concerto di chitarra classica di Ganesh Del Vescovo*

OTTOBRE

➤ Domenica 7

ore 9.00 - 17.00: *Percorso Biennale di Approfondimento teorico/pratico ed esperienza di vita yogica*

ore 17.15 - 18.00: *Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra*



Nuove date:

WORLD YOGA CONVENTION

23-27 Ottobre 2013

a Ganga Dharshan , Munger, Bihar, India
Per informazioni rivolgersi in segreteria