



Kalpa Vriksha Satyananda Scuola di Yoga Metodo Satyananda



ITALIA

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

10139 TORINO - V. Cantalupo 3/a
tel. 338 434 93 77- Email: kvn@yogasatyananda.it

WWW.YOGASATYANANDA.IT

Queste righe sono scritte per far conoscere la visione e la missione di Swami Niranjana Saraswati, il successore spirituale di Sri Swami Satyananda Saraswati.

Fin da prima della sua nascita la vita di Swami Niranjana è stata messa nelle mani del suo Guru, Sri Swami Satyananda. Fin da piccolo Swami Niranjana ha dedicato se stesso alla realizzazione delle istruzioni e del mandato del suo Guru, trascorrendo i suoi anni giovanili non con la famiglia o con gli amici ma alla Bihar School of Yoga, sotto la guida diretta del suo Guru. Nel 1983 fu nominato presidente e la completa responsabilità dell'amministrazione e della gestione dell'istituzione, dei sannyasin, dei centri nazionali e internazionali, di programmi e convegni fu a carico suo. Viaggiando attraverso il mondo per propagare lo Yoga e la missione del suo Guru, Swami Niranjana divenne una guida spirituale molto amata e un Guru per milioni di devoti e di discepoli in tutto il mondo. Nel 2008 Swami Niranjana passò l'incarico della gestione della Bihar School of Yoga a Swami Suryaprakash e divenne libero dalle sue responsabilità amministrative. Nel 2009 una nuova missione e visione gli venne affidata da Sri Swamiji e, secondo le istruzioni e le direttive dategli dal suo Guru, il suo stile di vita e le sue attività cambiarono.

Swami Niranjana è ora stabilito al Paduka Darshan in Munger, dove si prepara per realizzare il mandato datogli dal suo Guru e per perfezionare la vita di un Paramahansa Sannyasin. Non conduce più tour nazionali o internazionali né programmi, ma dedica la maggior parte del suo tempo a differenti sadhana, anushthana e pellegrinaggi. Prima di iniziare le attività del Sannyasa Peeth, Swami Niranjana si è isolato allo scopo di perfezionare i sadhana, la disciplina e lo stile di vita sannyasa i quali verranno svelati come le basi degli insegnamenti che il Sannyasa Peeth dovrà fornire.

L'ASHRAM

Quando non si è soddisfatti della propria vita, familiare o professionale e si vorrebbe scappare, ma non si può, l'alternativa è vivere con una consapevolezza e filosofia differenti.

Paramhansa Satyananda

Lo yoga non è un sistema che ha lo scopo di dimenticare le situazioni della vita, parte dell'esistenza umana. E' una disciplina, una scienza e una grande tradizione storica e filosofica che insegna a scoprire altre e migliori vie ed attitudini per relazionarsi con se stessi e con il mondo, per imparare un nuovo, più salutare e positivo stile di vita, per attingere alle profondità dello spirito, per studiare e mettere in pratica un metodo che promuove l'evoluzione spirituale e la crescita interiore. L'Ashram è un posto semplice, in cui ogni individuo che decide di

trascorrervi parte del proprio tempo può dedicarsi alla ricerca interiore, approfondire e perfezionare la conoscenza dello yoga e di se stesso, promuovere l'equilibrio e l'armonizzazione delle differenti dimensioni di esistenza: fisica, energetica, mentale, psichica e spirituale. L'atmosfera naturale dell'Ashram costituisce il luogo ideale per iniziare un profondo rinnovamento fisico ed emozionale di se stessi ed offre ad ogni aspirante e ricercatore spirituale l'opportunità di fare esperienza diretta dei principi, metodi e tecniche del Samkhya, del Vedanta e del Tantra, così come trasmessi da Paramahansa Satyananda, tutore e guida spirituale della Scuola di Yoga Kalpa Vriksha Satyananda. I suoi insegnamenti sono una sintesi di vari approcci yogici finalizzati all'evoluzione personale dell'aspirante il quale, dopo averli appresi, ha la possibilità di integrarli nella propria vita quotidiana. La giornata in Ashram è scandita da sessioni di asana, pranayama, pratiche di purificazione, meditazione, yoga nidra, sat sang, mantra e kirtan e dalla pratica del Karma Yoga, lo yoga dell'azione disinteressata, svolta con consapevolezza e perfezione senza aspettative per i risultati. La branca del Karma Yoga, afferma che l'espressione creativa dell'energia attraverso l'azione e il lavoro è fondamentale per conseguire l'illuminazione spirituale. Oggigiorno l'individuo necessita realmente dello yoga per sviluppare una solida cultura spirituale che gli permetta un'accelerazione ed una evoluzione della coscienza e che, nello stesso tempo, gli consenta di stare al passo con i veloci e continui mutamenti di una società che insegna a dare valore unicamente alle cose esterne, a dipendere dalla tecnica e dall'intelletto e a controllare la natura.

La Scuola di Yoga Kalpa Vriksha Satyananda di Piossasco offre ai soci la possibilità di soggiornare nell'Ashram nei fine settimana, nel corso della settimana o per periodi di tempo più lunghi, anche al di fuori dei seminari e dei programmi residenziali stabiliti.

DAL MIO CUORE AL TUO

Se stamani potessi offrirti gli auguri più preziosi... Sarebbero un tempo senza inizio e senza fine, una vita colma di buona salute e di quella pace e gioia interiori che possono provenire solo dallo spirito. Sarebbero la purezza nei tuoi pensieri e nelle tue parole e che nulla tu possa vedere se non la bellezza. Sarebbero un sonno tranquillo ed un respiro di dolce serenità, la comprensione dell'abisso che c'è tra il materiale e lo spirituale e che rabbia e frustrazioni si dissolvano nel caldo rifugio dell'amore...

Sarebbero gli auguri che tu restassi per sempre il più fedele degli amici, non per me ma per te stesso. Tutti i frutti della vita germogliano nel cuore, così questi miei auguri sono dal mio cuore al tuo.

Capo pellerossa Hinmaton Yalaktit

PROGRAMMI A TORINO

MARZO

- Sabato 9 e 23
ore 11.15 - 12.00: *Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra*
ore 15.00 - 17.00: *Giocando con lo yoga*

APRILE

- Sabato 6 e 20
ore 11.15 - 12.00: *Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra*
ore 15.00 - 17.00: *Giocando con lo yoga*
- Domenica 14
Ore 9.00 - 13.00: *YOGA NIDRA, come contrastare lo stress ed eliminare le tensioni fisiche, mentali ed emozionali. Incontro teorico-pratico di approfondimento*

VACANZE di PASQUA dal 29 marzo all'1 aprile



PROGRAMMI A PIOSSASCO

MARZO

- Da sabato 2 a domenica 3:
Programma residenziale - *Approfondimento teorico/pratico ed esperienza di vita yogica*
- Sabato 2, ore 17.15 - 18.15: *Sessione di Maha Mrityunjaya Mantra*

APRILE

- Sabato 6, ore 17.00 - 18.30: *Maha Mrityunjaya Mantra e Guru Bhakti Sadhana*
- Domenica 14
ore 9.00 - 13.00: *YOGA NIDRA, come contrastare lo stress ed eliminare le tensioni fisiche, mentali ed emozionali. Incontro teorico-pratico di approfondimento*

VACANZE di PASQUA dal 28 marzo all'1 aprile

LE 2 SEDI RIMARRANNO CHIUSE PER IL PONTE DEL 25 APRILE