



## I SABATI DELLO YOGA

**Sabato 16 Maggio ore 15.00-17.00**

**KIRTAN, MANTRA CANTATI**

I Kirtan sono parte del Nada Yoga e costituiscono una branca importante tanto quanto lo sono l'Hatha, il Raja, il Kundalini e il Dhyana Yoga. Offrono un modo facile e veloce per trascendere la funzione intellettuale, considerata, da ogni tradizione spirituale il maggiore ostacolo che vincola l'essere umano allo stato ordinario di coscienza.

In questa era del Kali Yuga, in cui confusione, ansietà e aggressività imperano, i Kirtan rappresentano una medicina che purifica la mente e porta armonia e pace non solo in se stessi ma anche nell'ambiente in cui si praticano e nell'atmosfera circostante.

*Durante un Satsang rivolto a studenti italiani Swami Satyananda ha detto che, per percorrere il cammino yogico, spirituale, i Kirtan sono "indispensabili come il sugo per gli spaghetti".*

*contributo partecipazione 20€*

*Nalpa Vriksha Satyananda - Scuola di Formazione Yoga*

**PIOSSASCO - VIA PALESTRO 36**

tel. 3496693421 kvv@yogasatyananda.it www.yogasatyananda.it