

L'Associazione Deva, Yoga e meditazione, organizza
OTTO INCONTRI DI YOGA e MEDITAZIONE
riscoprendo la PREGHIERA

DAL PRATYAHARA AL... SAMYAMA per un'incontro con il nostro sé più profondo, la piccola scintilla divina che ci abita.

Ci accompagnerà il testo di Patanjali che negli Yoga Sutra ha sapientemente delineato il cammino dello yogi nell'ottuplice sentiero.

Durante questi incontri affronteremo in particolare la seconda parte di questa via, quella chiamata Antar yoga, lo yoga interiore costituito da Pratyāhāra, Dhāranā, Dhyāna e Samādhi.

Parleremo delle tre caratteristiche della mente, delle cinque cause della sofferenza, dei quattro stati di coscienza. E, ancora, dei tre corpi che compongono il nostro essere: istintuale, emozionale e intuitivo.

Infine approderemo ad Īśvarapranīdhānā, il niyama che ci chiede di abbandonarci con fiducia al divino.

Ogni incontro sarà costituito da una parte teorica ed una pratica.

Sentiremo il punto di vista di uno psicofisiologo e di uno psicologo:

- Palomba Daniela, Docente di psicofisiologia clinica, dipartimento di Psicologia dell'Università di Padova;
- Varoli Elena, psicologa, psicoterapeuta, mediatrice familiare,

membro dello staff clinico dell'Istituto Veneto di Terapia
Familiare;
- Enrico Scapin, insegnante di yoga.

Dove: Sala polivalente – Centro parrocchiale San Carlo – Arcella –
Padova

Giorno dal 17 ottobre 2012 - orario 20,30 - 22,00

Numero iscritti ammessi max 20

Per iscrizioni ed info circolo.deva@padovayoga.org