



**Circolo DEVA –Yoga e Meditazione**  
Monastero S. Daniele –Abano Terme PD  
**24-25-26 Ottobre 2014**

## **Yama - Niyama**

### **Atteggiamenti per integrare la pratica Yoga nella vita quotidiana**

**Seminario condotto dal Prof. Antonio Rigopoulos**

*Le pratiche saranno condotte da insegnanti diplomati alla Scuola della Federazione Italiana Yoga*



Il seminario propone un approfondimento sui primi due *anga* del percorso proposto da Patanjali: Yama e Niyama, come guida agli atteggiamenti che dovremmo tenere per condurre una vita in perfetta armonia con noi stessi e con quello che ci circonda. Solo così saremo in grado di conseguire una mente priva di onde perturbatrici capace di avere quei momenti di intuizione che consentiranno di giungere alla realizzazione della Verità.

### **Programma**

Gli incontri del seminario prevedono una introduzione generale sui 5 Yama e 5 Niyama e un approfondimento su *Ahimsa* e *Satya* (Yama) e *Tapas* e *Isvarapranidhana* (Niyama). Nello stile dei nostri seminari non mancherà la pratica dello Yoga che ci aiuterà a interiorizzare l'esperienza acquisita.

Gli arrivi al Monastero San Daniele di Abano Terme (PD) sono previsti nel pomeriggio/serata del 24 Ottobre; le partenze domenica 26 Ottobre, dopo pranzo.

**La presentazione del seminario è fissata per le ore 20.45 del 24 Ottobre.**

**Per informazioni:** [circolo.deva@padovayoga.org](mailto:circolo.deva@padovayoga.org) [www.padovayoga.org](http://www.padovayoga.org)

**Antonio Rigopoulos** (Ph.D. University of California, Santa Barbara) è Professore Associato di *Sanskrito* e *Indologia* all'Università Ca' Foscari di Venezia.

I suoi principali campi di ricerca sono: le tradizioni ascetiche e devozionali del Maharashtra in età medioevale e moderna; traduzione annotata dal Sanscrito di testi brahmanici sulla rinuncia e la *bhakti*; l'istituto del *guru*; mitologia del termitaio. Tra le molte pubblicazioni ricordiamo: *The Life and Teachings of Sai Baba of Shirdi*; *Dattatreya: The Immortal Guru, Yogin, and Avatāra*; *A Study of the Transformative and Inclusive Character of a Multi-Faceted Hindu Deity*; *Hinduismo*; *The Mahānubhāvs*; *Guru*; *Il fondamento della civiltà dell'India*. Ha redatto le voci *Maharashtra*, *Dattatreya*, *Vibhūti*, and *Shirdi Sai Baba* nella *Brill's Encyclopedia of Hinduism*, vols. 1,5 (Leiden, 2009, 2013).



Circolo DEVA –Yoga e Meditazione  
Monastero S. Daniele –Abano Terme PD  
**24-25-26 Ottobre 2014**

## **Yama - Niyama**

### **Atteggiamenti per integrare la pratica Yoga nella vita quotidiana**

Seminario condotto da **Antonio Rigopoulos**

*Le pratiche saranno condotte da insegnanti diplomati alla Scuola della Federazione Italiana Yoga*

#### **Programma**

**Venerdì 24 - ore 18** Registrazione - Cena - Presentazione dell'incontro  
**Sabato 25 - ore 9** Inizio seminario  
**Domenica 26 - ore 13** Chiusura del seminario

Le giornate saranno caratterizzate da approfondimenti su *Yama/Niyama* alternati a pratiche Yoga.

Saremo ospitati in un ambiente semplice ma impregnato di quell'energia che ci predisporrà alla concentrazione necessaria allo studio e alle pratiche.

Date le caratteristiche del seminario, **è prevista solo la partecipazione a tutte le giornate.**

**[www.padovayoga.org](http://www.padovayoga.org)**

#### **Come arrivare:**

da Padova: prendere la strada dei Colli direzione Abano, quindi la circonvallazione di Abano; percorrerla fino alla fine e proseguire sulla destra in direzione del Monastero, via S. Daniele, 50 Abano Terme (PD)

**[www.monasterosandaniele.it](http://www.monasterosandaniele.it)**