

VIJÑĀNABHAIRAVA  
TANTRA  
(VIGYANA BHAIRAVA  
TANTRA)

Il Vijñānabhairava Tantra è un testo tantrico fondamentale della tradizione Śaiva, che include pratiche per l'espansione della mente, molte di queste pratiche sono insegnate anche nello Yoga.

Yoga e Tantra non sono poi così diversi, in quanto sono entrambi sistemi che influenzano tutte le dimensioni dell'uomo: dimensione fisica, mentale, psichica e spirituale.

Le pratiche del Vijñānabhairava Tantra sono metodi altamente evoluti di conoscenza interiore e Dharana. Lavorano sul prana, sui chakra e sulla qualità della percezione. Questo può darci una visione più equilibrata e armoniosa di tutte le cose.

L'accesso alla pura conoscenza e consapevolezza è l'obiettivo delle pratiche che faremo.

IL LUOGO:  
ASHRAM DI VILLA SAN  
SECONDO (ASTI)  
SITO DELL'ASHRAM  
WWW.CSPH.NET

Evento Accreditato



Organizzano l'evento:



Grazia: +39 349 1441783



CENTRO YOGA  
LORD SADA SHIVA

Mira: +39 348 4502600



SEMINARIO RESIDENZIALE

16-17-18 GIUGNO 2023

Villa S.Secondo-Asti

VIJÑĀNABHAIRAVA  
TANTRA  
(VIGYANA BHAIRAVA  
TANTRA)

CON G.SARASWATI

## L'INSEGNANTE:

G.Saraswati, maestra indiana, formatasi sotto la guida di Paramahansa Satyananda della Bihar School of Yoga (India).  
E' stata iniziata allo yoga, scritture antiche, sanscrito, musica classica indiana e yoga del suono.  
Ha vissuto ed insegnato lo yoga in Europa per diversi anni e parla l'italiano.

## PRATICHE:

L'incontro include spiegazioni teoriche su alcune parti di questo testo e tecniche di dharana scelte dallo stesso.

Utilizzeremo tecniche di pranayama, nada yoga, pratiche sui chakra, mantra yoga e dharana.

*L'incontro è riservato a sadhaka avanzati e sinceri. Sarà tradotto in inglese per gli allievi provenienti dall'estero.*

Portate quaderno, penna, mala ed un telo o uno scialle, per avvolgere il corpo durante la pratica.

Satsang e kirtan saranno inclusi in ogni giornata.

## OFFERTA PARTECIPAZIONE

€ 150,00 PER IL SEMINARIO  
*DA VERSARE PER INTERO ANCHE SE SI  
FREQUENTA PARZIALMENTE*  
€ 80,00 PER VITTO e  
ALLOGGIO  
oppure  
€ 40,00 solo VITTO

per evitare problemi  
organizzativi saranno garantiti  
solo 25 posti LETTO in  
Ashram,

VI CONSIGLIAMO DI  
PRENOTARE, IL PIU' PRESTO  
POSSIBILE, ANCHE IN ALTRE  
STRUTTURE INTORNO A  
VILLA SAN SECONDO,  
SE INTENDETE  
PRESENZIARE.

## PER ISCRIZIONI E INFO:

L'incontro si svolgerà da  
**venerdì 16 GIUGNO**  
alle h.21,00  
**a domenica 18 GIUGNO**  
h.16,00

ISCRIZIONE ENTRO IL 30/04/2023  
Comunicare l'iscrizione  
**AL VOSTRO CENTRO YOGA**

**il Centro Yoga 'Il loto blu'**

info@illotoblu.it

Grazia cell.349.1441783

**raccoglierà**

nominativi degli iscritti  
dal referente del Centro Yoga  
interessato all'evento.

In caso di disdetta o assenza sarà  
richiesta la caparra  
d'iscrizione di € 50,00-

*Grazie per l'attenzione!*