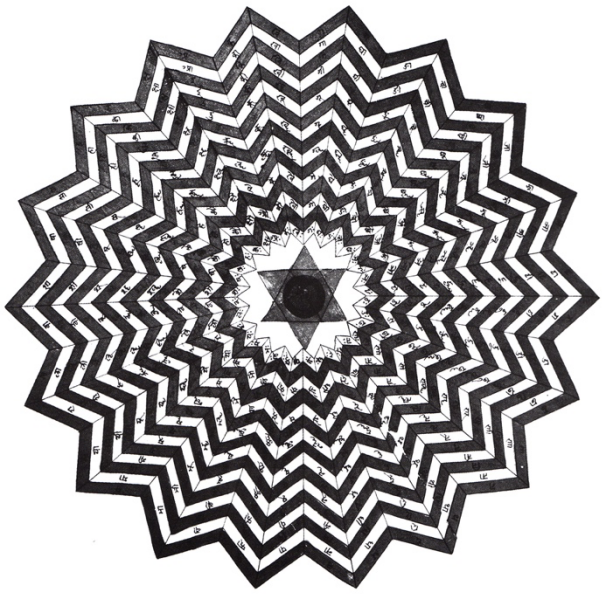
ATELER DI YOGA
26 OTTOBRE RIMINI

ore 18 introduzione
ore 19-21 pratica yoga

TAPAS

Ripercorrere gli insegnamenti
di Sri Sri Sri Satchidananda Yogi
e **discorrere** sul rinfiancarsi
con l'esercizio e l'impassibilità.



Il seminario si svolgerà presso:

Centro Sociale Alta Marea
Via Carducci 30
Igea Marina (Rn)

Quota € 25 per tesserati e non

Per informazioni e iscrizioni:
alessandradt@gmail.com
346-7098739 (Alessandra)

Limpidi nel mescolare
tenace abnegazione e ilari imprudenze

Se la **domanda iniziale è: cosa fa lo yoga sul corpo?** Sicuramente insegna una disciplina, e questa è una delle cose più importanti. Se l'intento è di disciplinare il corpo resta che però non ci contentiamo soltanto quello di quello che ci racconta il nostro corpo: noi diventiamo lettori diretti dell'esperienza e attraverso questa impariamo molto di più.
Dunque ognuno deve selezionare l'asana che lo può portare alla stabilità per il tempo maggiore.
Mentre la mente si esercita, con l'esercizio (*abhyāsa*) che corrobora il pensiero introverso, e l'impassibilità (*vairāgya*) che estenua il pensiero estroverso, nel corpo avvengono molti cambiamenti.
"Poi c'è un'altra cosa che forse non viene detta, e che non ha nessuna grande importanza in se stessa, ma il corpo è energia e percepire l'energia è un'esperienza importantissima. Quando fate un corso di yoga non vi viene detto che lo fate per arrivare a sentire la vostra energia, non ve lo dirà mai nessuno, oppure, se ve lo dicono, rimane una frase senza contenuto, ma se lo sapete ed andate a cercare questa esperienza forse un giorno riuscirete ad averla e quando avrete capito e sentito la vostra energia dentro il corpo potrete anche imparare a padroneggiarla. Questa è una roba molto seria, molto importante: quello a cui arrivano i grandi maestri yoga, i gradi yogi, i grandi praticanti ai quali, vi auguro, voi un giorno apparteniate ... "

Marco Margnelli

I rinuncianti fanno continuamente tira e molla sul concetto del corpo come una gravosa trappola verso l'illusione e dall'altro come uno strumento divino per fare esperienza. Questo paradosso: corpo come ostacolo oppure come basamento per l'esperienza è simile da noi in Occidente.

Si asserisce che il corpo con la sua materialità è illusorio e se ne denunciano le sue funzioni, ma si ha paura del suo potere. L'esperienza, affermano loro gli Yogi, non è sempre una sorgente o una fonte attendibile di conoscenza: a volte occlude, mentre altre rivela. Dunque bisogna, **nel lodarlo** indulgere il meno possibile per il suo mantenimento; **nel denigrarlo** dargli le cure necessarie e dovute.

Il tenue bilanciamento tra le conflittuali ideologie e ciò che si intende per **tapas**.

Sondra Hausner

Walter Thirak Ruta è un maestro senza esotismo, e allo stesso tempo con rispetto della tradizione. La bellezza di trovare risposte in un continuo esercizio di analisi delle linee di continuità tra tradizione indiana, sacralità, profanità, scienza e senso umanitario.