



Foto di Patrick James Michel

Seminario con Walter Thirak Ruta

LE POSIZIONI CLASSICHE DELLO YOGA non solo posizioni, ma altresì *kriyā*, *mudrā*, *prāṇāyāma* e meditazione.

Il seminario si terrà il **3 e 4 febbraio** presso lo spazio VOLL sito in via Luca della Robbia 19 a Vicenza con i seguenti orari:

Sabato 3 febbraio:

Lezione dalle 9 alle 12.30
dalle 14.30 alle 18

Domenica 4 febbraio:

Lezione dalle 8 alle 11.30
dalle 13.30 alle 16.30

È possibile seguire gratuitamente la parte teorica di sabato dalle 14.30 alle 15.30.

La quota di partecipazione all'intero seminario di due giorni è di 120€ e comprende il brunch della domenica. Il pasto del sabato sarà autogestito con la possibilità di restare negli spazi del seminario.

*La sofferenza è il più grande omaggio,
per esempio la sofferenza di una condotta retta.*

*Il malessere è l'omaggio supremo,
per esempio il malessere suscitato dalla malvagità.*

La sorpresa della consapevolezza - Bodhasâra di Narahari

Per informazioni e prenotazioni:

Manuela 349-6053395 Mail: info@asvattha.it



Kālī dipinto di Basia Le Pape

Il Tantrismo ha adottato in blocco gli esercizi specifici dello Yoga (*āsana*, *prāṇāyāma*, etc.) elogiando un corpo sano e forte; eppure non bisogna confondere lo *Haṭhayoga* con una semplice ginnastica profana. Se i fondamenti della pratica *yoga* sono fermamente ancorati nella fisiologia del corpo, i risultati effettivi si ottengono attraverso una "fisiologia mistica": il corpo, omologabile al cosmo, è strumento per "conquistare la morte". Dal principio l'*āsana* reca dell'incomodo ed è persino insopportabile; ma dopo un primo abbrivio lo sforzo di tenere il corpo in un'identica posizione diventa minimo. Fatto, questo, di capitale importanza, poiché lo sforzo deve scomparire e la posizione diventare naturale: soltanto in questo caso essa facilita la concentrazione. Anche le nozioni elementari di salute, di forza, di benessere, vanno comprese nelle loro valenze sacre. La forza magnificata dell'*Haṭhayoga* non è quella di un atleta, ma la forza di un mago, di un "uomo-dio".

Walter Thirak Ruta Formato all'Istituto di Carlo Patrian e alla S.F.D.Y di Claudio Conte, devoto agli insegnamenti di Sri Sri Sri Satchidananda Yogi, Walter si è recato regolarmente in India allo Sri Vasavi Yogashram di Madras e allo Sri Yoga Ashram di Vizag. È maestro di yoga a San Giovanni dei Prati e alla scuola Pramiti di Ventimiglia; nei seminari in Italia, Francia, Portogallo, Svizzera, Marocco, Germania. Forma insegnanti di yoga in aderenza agli insegnamenti dello Yogi Silente di Madras e collabora regolarmente con varie scuole di formazione europee. Uomo di fede, viaggia per i varchi e i luoghi di riunione in India e in Occidente. Ha ricevuto dallo Yogi Silente di Madras le formule e il beneplacito per trasmettere gli insegnamenti, in forma pratica e scritta, le indicazioni e le cure per le ardue pratiche dello *haṭhayoga*, i segni e la topografia interiore per tracciare il cammino. Instancabile studente delle conoscenze di tutta l'umanità, studia l'omeopatia e la mitologia. Usa parole e modi di riguardo per rispettare gli allievi o infusioni di *śakti* per motivarli. È autore di diversi manuali e articoli sullo *yoga*.