



ISTITUTO ACCADEMIA YOGA

*Associazione Culturale di studi filosofici orientali
Via 20 Settembre 58A- 00187 – ROMA
Tel.: 06.47.42.427
E-mail: accademiayoga1969@gmail.com
Web: www.accademiayoga.it*

Bollettino Yoga N° 03/F
Febbraio/Marzo 2018

CONFERENZA DI P. MARIANO BALLESTER S. J.

Sabato 17 Febbraio, alle ore 18.00, nella sala dell'Istituto Accademia Yoga, P. Mariano Ballester S.J. proseguirà il ciclo di conferenze: **“Percorsi dello Spirito dopo il transito”**. **Prime tappe nella Luce.** P. Mariano illustrerà ai partecipanti le prime esperienze che l'anima, staccatasi dal corpo definitivamente, vive nelle dimensioni ultraterrene.

Per le prenotazioni alla partecipazione dell'incontro tutti gli interessati sono pregati di telefonare al n. 340 332 8290 **a partire dal giorno 12 Febbraio**. Prima di tale data non sarà possibile prenotarsi. Tutti coloro che hanno difficoltà nella seduta a terra (l'incontro si svolgerà nella sala dello Yoga) sono pregati di munirsi di un loro personale cuscino.

CONFERENZA: “ALIMENTAZIONE COME STILE DI VITA”

Sabato 24 Febbraio, alle ore 18.00, nella sala dell'Istituto Accademia Yoga, lo chef Massimo Salvadei parlerà riguardo all'importanza dell'alimentazione per chi vuole conseguire i massimi benefici dalle pratiche yoga. Lo chef, esperto di Culinary Nutrition, spiegherà come la scelta delle materie prime, le diverse cotture e gli abbinamenti dei diversi cibi, siano alla base di una buona alimentazione e come questa influisca positivamente sul nostro benessere esterno ed interiore.

La conferenza è rivolta ai soci dell'Istituto Accademia Yoga.

INCONTRO: “GURU PURNIMA”

Venerdì 2 Marzo, dalle ore 20.00 alle ore 23.00, nella sala dell'Istituto Accademia Yoga, in occasione delle particolari energie dovute alla **Luna piena**, si svolgerà un incontro di mantra, bajans e kirtan. Le potenti vibrazioni dei mantra, unite alla spiritualità del Japa Yoga, aiuteranno i praticanti ad aprirsi e connettersi con le Energie Cosmiche per beneficiarne positivamente nel corpo, nella parte energetica ed interiore.

I soci che vogliono partecipare all'incontro sono pregati di indossare abiti di colore chiaro (possibilmente bianco) e di venire in orario. Questi incontri sono propedeutici per la concentrazione e la meditazione, quindi consigliati soprattutto a chi pratica Yoga.

SEMINARIO: “ASPETTI DELLA FISICA MODERNA PER UN PRATICANTE YOGA”

Sabato 10 Marzo, dalle ore 17.30 alle ore 20.00, nella sala dell'Istituto Accademia Yoga, il

YOGA”

Sabato 10 Marzo, dalle ore 17.30 alle ore 20.00, nella sala dell'Istituto Accademia Yoga, il fisico Gianluigi Colaiacomo terrà un interessante seminario indirizzato a fornire una panoramica della fisica moderna a tutti coloro che desiderano comprendere come si stia evolvendo la scienza e quanta rilevanza possa avere in un percorso yogico o di crescita spirituale.

Durante il seminario che prevede la proiezione di diapositive e di alcuni filmati, saranno trattati alcuni argomenti come: “onde elettromagnetiche, big bang, teoria M e universi paralleli, diversi aspetti dell’energia, etc.”. L’argomento, assai interessante per la sua specificità, sarà trattato con un linguaggio comprensibile a tutti.

Per le iscrizioni rivolgersi in segreteria.

CONCERTO DI MUSICA INDIANA “ARMONIA DEI SUONI, ARMONIA DELL’ANIMA”

Sabato 24 Marzo, dalle ore 18.30 alle ore 19.30, nella sala dell’Istituto Accademia Yoga, il musicista Luigi Ara eseguirà delle musiche con il sitar, allo scopo di armonizzare i centri interiori ed indurre nei presenti uno stato di serenità mentale, di distensione e di consapevolezza interiore. La musica indiana favorisce infatti la crescita e l’equilibrio interiore. L’incontro sarà preceduto da una spiegazione dei benefici effetti prodotti dai suoni del sitar come vibrazione all’interno di chi ascolta.

Sarà richiesto un contributo associativo di € 5,00.

VACANZE PASQUALI

In occasione della S. Pasqua, l’Istituto Accademia Yoga sospenderà i corsi Martedì 27 Marzo, alle ore 20.00 e riaprirà Giovedì 5 Aprile, alle ore 10.00.

In questi giorni di particolare spiritualità vi invitiamo a praticare meditazioni e concentrazioni mentali, connettendovi alla potente Energia Cristica, in unione mentale con tutti i Maestri, i santi e i saggi che inviano raggi di Luce e di Pace al mondo intero. Con l’occasione inviamo a tutti sinceri auguri di tanta serenità, pace ed armonia.

AVVISO A TUTTI I SOCI:

Ricordiamo a tutti i soci, soprattutto a chi si è iscritto da poco, che per praticare a casa lo Yoga può essere di aiuto il manuale del M° Giorgio Furlan: **Lo Yoga dei grandi Maestri**, nel quale sono illustrate tutte le varie serie di esercizi praticati presso l’Istituto.

Sono inoltre utili i testi: **Condotti e Centri Supersottili** e **Lo Yoga della Conoscenza** sempre scritti dal M° Giorgio con lo scopo di aiutare gli allievi nel percorso evolutivo dello Yoga.

Om Shanti Om