

Chiara Antonia Gorla presidente dell'Associazione Mantra APS dal 2000 è socio effettivo e rappresentante regionale della Federazione Italiana Yoga FIY riconosciuta dall'Union Européenne de Yoga; è iscritta all'albo professionale Insegnanti Yoga ASSOYOGA Italia e Collabora ai corsi di formazione insegnanti nelle scuole. Ha conseguito il master biennale di specializzazione in Yoga-Therapy Istituto Yogawellness e in Operatore Yoga nelle scuole Istituto Yogaeducational. Ha conseguito The Yoga Certification Board dal Ministero AYUSH del Governo Indiano riconosciuto da Sarvayoga International.

Fausto Freschi è presidente della Società Indologica «Luigi Pio Tessitori» e direttore della collana «Bibliotheca Indica». Si occupa principalmente di storia dell'indologia e di scienze indiane antiche. Cultore della materia presso l'Università di Udine, ha tenuto lezioni all'interno del master di I livello in «Meditazione e Neuroscienze». È autore di diverse pubblicazioni in ambito indologico. Ha curato i volumi degli «Opera omnia» di Luigi Pio Tessitori e la raccolta «Yoga e Advaita» edita da Carocci Editore. È responsabile dei progetti di ricerca «LPT Project» e «Śastra» promossi della Società Indologica «Luigi Pio Tessitori».



Società Indologica
«Luigi Pio Tessitori»



Le radici dello yoga moderno

Tarcento, 26 agosto 2023
Villa De Rubeis Florit
dalle ore 15.00 alle ore 18.00
Prenotazione obbligatoria

www.assomantra.it info@assomantra.it
tel. 3473871978 Chiara tel. 3358011442 Fausto

Lo yoga è diventato da tempo un fenomeno globale. Nel mondo ormai milioni di persone praticano questa disciplina. Nonostante ciò, gli insegnamenti dello yoga non sempre sono presentati al pubblico in modo adeguato, a causa di una insufficiente conoscenza del contesto storico-culturale di riferimento.

Il seminario si propone di colmare questa lacuna. Esso si compone di tre moduli della durata di un'ora ciascuno, nei quali verranno presentati i principi dello yoga, la sua storia e i benefici psicofisici derivanti dalla sua pratica.

Nei primi due moduli saranno descritti i molteplici sviluppi dello yoga attraverso l'approfondimento delle sue vie: dallo yoga delle origini allo yoga classico, dallo yoga tantrico a quello premoderno.

Nel terzo modulo, preceduto da un coffee break, saranno illustrati gli aspetti principali dello yoga moderno attraverso alcuni esempi di posture che caratterizzano questa pratica.

Ore 15.00 – I modulo

- Lo yoga delle origini
- Lo yoga classico

Ore 16.00 – II modulo

- Lo yoga tantrico
- Lo yoga premoderno

Ore 17.00 – III modulo

- Lo yoga moderno