



Ritiro spirituale **"La via del cuore"**

Weekend 9 e 10 settembre 2023

**Rituali della tradizione vedica, karma
yoga, ascolto dei canti della
Bhagavad gita e meditazioni di
purificazione**

Conducono Enzo Esposito e Claudia Rizzato

Per informazioni, programma e costi

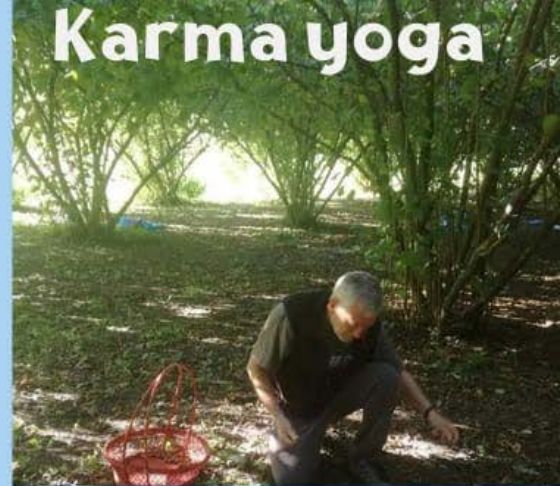
tel. 340 1771043



La via del cuore

Un weekend dedicato alla devozione verso il divino, vivremo due giorni d'intense emozioni in un Ashram (luogo di ritiro spirituale e di vita comunitaria) secondo gli insegnamenti di Sri Babaji di Herakhan, l'avatar di Shiva, descritto nel libro "Autobiografia di uno Yogi" di Paramhansa Yogananda

Si osserverà la disciplina devozionale che viene rispettata quotidianamente all'interno dell'Ashram (aarti, puje, karma yoga) pratiche mirate alla crescita interiore secondo l'antica legge del Sanatan Darma e soprattutto alla purificazione di corpo, mente e spirito.



Durante il soggiorno ascolteremo la Bhagavad gita, (un testo sacro per l'induismo). Il protagonista Krishna che parla in prima persona è considerata la divinità suprema e offre a coloro che ascoltano la dottrina completa. Faremo delle meditazioni di gruppo, osserveremo il silenzio per sperimentare come il corpo può comunicare con la sua gestualità senza bisogno del linguaggio verbale con l'intento di espandere le percezioni e connetterci con la natura circostante. Sperimenteremo il Karma yoga (lavoro ed azione dedicata al divino). Entreremo a pieno nella disciplina seguendo le 3 parole chiave che Babaji ci ha insegnato: VERITÀ, SEMPLICITÀ E AMORE.

Un'esperienza che può segnare l'inizio di un viaggio verso la trasformazione e l'espansione ad una nuova consapevolezza.

