



CENTRO CULTURALE DISCIPLINE ORIENTALI

Hajime

organizza

Yogasutra: attualità di un testo classico dello Yoga

17 gennaio 2016 - Ore 10/11.30



Gli Yogasutra costituiscono il testo più importante dello Yogadarshana, una delle sei fondamentali scuole di pensiero hindu.

Il fine che si ripropongono è la **pacificazione del turbolento mondo psichico** attraverso una trasformazione consapevole articolata in otto ambiti: *l'ashtangayoga*.

Questa lucida e profonda analisi degli atteggiamenti e delle modalità con cui affrontare l'esistenza offre ancora oggi, a distanza di tempo e spazio, numerosi e interessanti spunti di riflessione.

Marilia Albanese, laureata in sanscrito e indologia, si occupa da quarant'anni di cultura indiana, autrice di numerose pubblicazioni, ha elaborato un metodo particolare - il cittayoga - per aiutare a disciplinare meglio pensieri ed emozioni, per una più serena e consapevole gestione della propria esistenza.

Costi e modalità: 5€ per associati, 15€ per i non associati.
Ingresso nella sala del seminario senza scarpe.

Per info e iscrizioni: cell 392.36 69.620 email segreteria@centroculturaledo-hajime.com

Indirizzo: Via Tranquillo Cremona 27 - 20145 Milano c/o Centro culturale discipline orientali Hajime

Come raggiungerci: MM 1 fermata Pagano o Buonarroti **Autobus:** linea 68 fermata via Rossetti; linea 61 fermata Pagano **Stazioni BikeMi:** Via Pagano-Guido d'Arezzo, Via Buonarroti