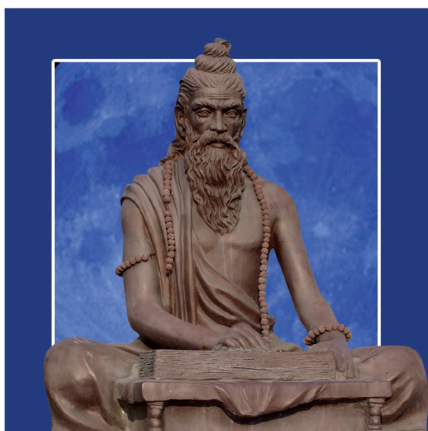




# ATMAN

La luce dell'Anima  
Associazione per lo studio del raja yoga  
e dell'esoterismo.



## CORSI DI RAJA YOGA E MEDITAZIONE

### Programma

Yoga, scienza dell'essere e dell'evoluzione - I diversi tipi di yoga - Il pranayama, la scienza del respiro - Introduzione alla meditazione - I piani della creazione - I sette raggi - I regni di natura - L'uomo come microcosmo - La coscienza dell'atomo - Kundalini, l'energia evolutiva dell'uomo - Chakra centri di energia e di coscienza - I corpi sottili - L'aura e i suoi colori - Il Karma, la legge di causa/effetto, reincarnazione - I sogni - La trasformazione delle emozioni negative - Gli otto stadi dello yoga - Le iniziazioni, il percorso iniziatico - La gerarchia celeste, i maestri di saggezza - Salute malattia e guarigione esoterica - Il servizio

[www.yogavitaesalute.it](http://www.yogavitaesalute.it)

*Atman* in sanscrito designa il vero sé dell'essere umano, lo spirito assoluto, Brahman, individualizzato nell'uomo. L'individuo però non è generalmente consapevole di questa realtà più profonda e rimane focalizzato sulla superficie della sua coscienza, identificandosi con il corpo, le emozioni, i sentimenti e la mente.

Ciò è manifestazione di *avydya*, l'ignoranza di sé, che è alla base del dolore e della sofferenza. L'uomo, infatti, soffre solo perché non si riconosce e non si identifica con la sua vera natura, *Atman*, che si può definire come *Sat, Chit, Ananda*, essenza, consapevolezza e beatitudine supreme.

Il *Raja Yoga* è quella scienza dell'essere che consente di dissipare il dolore e l'ignoranza, portando alla conoscenza del sé più profondo, attraverso pratiche di vita e di meditazione sperimentate da millenni.



**LUGO (RA)**  
c/o LUCOWORQ  
C.so Garibaldi, 55

**Presentazione gratuita**  
**giovedì 21 settembre ore 20,45**

Per informazioni:  
Cristina Palotta 347 9108045

Per chi non può essere presente può contattare l'insegnante al numero sopraindicato per un incontro/presentazione successiva.