

OM

INCONTRO DIDATTICO/PEDAGOGICO  
GENNAIO 2026

A SRI SRI SRI SAN GIOVANNI DEI PRATI

( )  
PRAMITI

DURANTE QUESTE CINQUE GIORNATE DA PASSARE INSIEME,  
SI CONCEDERÀ SPAZIO ALLE PRATICHE CON PARTICOLARE ATTENZIONE  
ALLA **DIDATTICA** E ALLA **PEDAGOGIA**;  
GLI APPROFONDIMENTI SARANNO VOLTI A COMPARARE QUANTO GIOCA IN NOI  
"L'ALCHIMIA DEL RISCOPRIRSI **JNANIN** E **BHAKTA**, **ALL'INTERNO O ALL'ESTERNO**".



## L'ALCHIMIA INDIA DENTRO O INDIA FUORI!

LA VISIONE DELLA GRANDEZZA TRAGICA DELLA VITA È SIMILE ALL'OCEANO,  
MA RISCHIA DI SCONVOLGERE O PARALIZZARE.

RAMAKRISHNA SUGGERIVA **DI CONSERVARE** "LA BACCHETTA DELL'EGO POSATA  
SULL'OCEANO DI SATCHIDANANDA". **NON È CHE UNA** "LINEA TRACCIATA  
SULL'ACQUA", MA "SE LA LEVATE, RESTA SOLO L'UNICO OCEANO INVISIBILE".

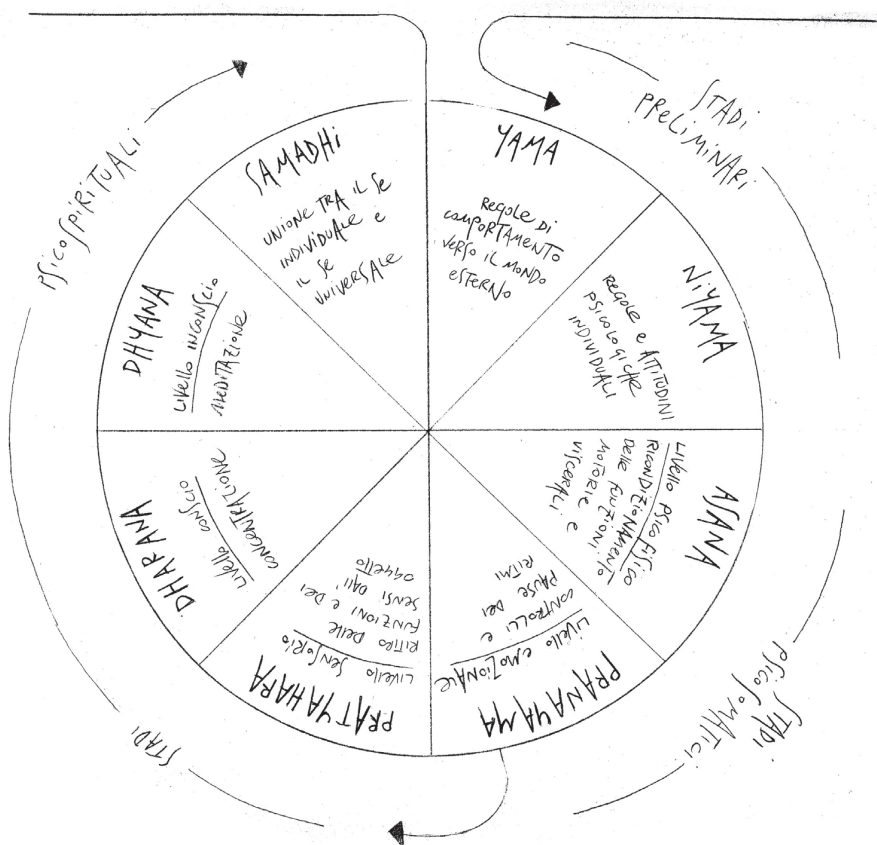
# PROGRAMMA GENERALE VALIDO PER IL VIAGGIO IN INDIA E PER IL SEMINARIO A SAN GIOVANNI DEI PRATI

QUANDO VAI A FARE LA SPESA AL MERCATO  
PUOI RIPORTARE A CASA DEI BENI, MA AL MASSIMO  
PER CIÒ CHE HAI IN TASCA COME QUATTIRINI.  
UGUALMENTE NELLA TUA PRATICA YOGA,  
PUOI CERCARE DI OTTENERE BENEFICI DA ESSA  
TANTO QUANTO PUOI SPENDERTI COME ENERGIE.

SRI SRI SRI SATCHIDANANDA YOGI  
DALLE MEMORIE DI SURESH

**La pratica dello yoga** darà il ritmo alle nostre giornate favorendo il livello energetico per lo studio e per la condivisione degli spazi.  
La pratica mattutina avrà come intento di promuovere la progressione in alcune tecniche di hatha yoga; quella pomeridiana sarà più volta all'integrazione del lavoro svolto il mattino o i giorni precedenti.  
Le linee guida saranno i testi classici dello hatha yoga e gli insegnamenti dello Yogi silente di Madras.

**La teoria avrà più relatori** e l'utilizzo di qualche audiovisivo.



LA PERSONA CHE PRATICA UNA PICCOLA SADHANA GIORNALIERA È BENEDETTA CON TRANQUILLITÀ DELLA MENTE, SALUTE DEL CORPO E VOCE ARMONIOSA. COLORO CHE RIPETONO LA PRATICA INTENSAMENTE, SPERIMENTERANNO IL RISVEGLIO DELLA KUNDALINI SHAKTI, CON CIÒ TRASFORMANDO LA VISIONE SULLE COSE CHE CI CIRCONDANO.

LO JNANA NETRA SI APRE, LA LUCE DELLA SAGGEZZA COMINCIA A SCHIUDERSI. QUESTA SAGGEZZA NON SI ACQUISISCE LEGGENDO I LIBRI. LA NOSTRA PSICHE È IN SÉ STESSA UN GRAN SERBATOIO DI CONOSCENZA.

SRI SRI SRI SATCHIDANANDA YOGI

## 2 – 6 GENNAIO SAN GIOVANNI DEI PRATI

ALCHIMIA: ENTRA AL TUO INTERNO, MA NON CON IL PASSO DETTATO DALLA PAURA. OSHO

DOBBIAMO CONOSCERE I NOSTRI PREGIUDIZI,  
ANCHE SE POI POSSIAMO TENERCELI PERCHÉ CI PIACCIONO;  
MA ALMENO SAPREMO CHE SI PUÒ PENSARE IN MODO DIVERSO, CHE ESISTONO ALTRE OPINIONI.

Iniziamo venerdì 2 alle ore 10 e concludiamo il seminario martedì 6 alle ore 14.  
Vi informo che in questo periodo a San Giovanni potrebbe non esserci tutte le comodità che oggi giorno diamo per scontate. Ma sappiate che ci doteremo di acqua potabile e di acqua per gli usi indispensabili come lavaggio per l'igiene personal, mentre più limitate saranno le docce. I locali saranno riscaldati un po' meglio degli anni passati poiché abbiamo apportato qualche miglioria.  
A San Giovanni sono disponibili i letti ed alcune coperte, ma chi viene in macchina può portarsi la propria coperta e gli abiti caldi per il giorno e la notte.

ALL'INIZIO È NECESSARIO PROIETTARE, ALTRIMENTI NON SI ISTITUISCE NESSUN RAPPORTO;  
POI BISOGNA ESSERE CAPACI DI CORREGGERE LA PROIEZIONE.

... COMUNQUE, QUANDO SI CORREGGE UNA PROIEZIONE CI SI SENTE SEMPRE A DISAGIO.

MARIE LOUISE VON FRANZ

## 17-28 DICEMBRE "INDIA" DENTRO O "INDIA" FUORI LASCIATE OGNI SPERANZA, O VOI CHE ENTRATE. DANTE

Lo stadio speculativo della svetasvara upanishad forma la struttura ideologica dei "misteri upanishadici cantati dal beato". Quest'ultimo è pensiero vivo che non tende a costruire sistemi, ma a risolvere problemi vissuti: non panteismo ma panpsichismo.

B.G. VI,6 IL CUORE PACIFICATO DELLO YOGIN,  
DIVIENE ONNIPOTENTE (T.L.)

Se il dio salvatore conduce alla meta, lo fa poiché è la meta stessa. È il nostro io limitato che, sommerso soffre ottenebrato, a scorgere con un'intuizione l'altro e di lì ad immedesimarsi.

L'upanishad si conclude con l'ammonimento ad non iniziare al mistero gli indegni, ma solo quelli che sono animati da supremo amore: bhakti – questa è l'ultima parola di questa dottrina.

IL DIVINO, QUALUNQUE ESSO SIA, CONTIENE ENTRAMBE GLI ASPETTI:  
LA FORMA UMANA A INDICARE UNA POSSIBILITÀ DI UNA RELAZIONE COSCIENTE;  
IL TOTALMENTE ALTRO, L'ESSERE MISTERIOSO CON CUI NON SI PUÒ ENTRARE IN RAPPORTO.

IL DIVINO VEGGENTE SI MANIFESTA IN FORMA UMANA  
PER ANNUNZIARE LA FACOLTÀ DEL RISVEGLIO, CHE SCIOGLIE LE CATENE;  
E OGGI SI MANIFESTA COME LEGGENDARIA FIGURA DEL MAESTRO KRISHNA,  
DOMANI COME FIGURA UMANA DEL BUDDHA, UNIVERSALE MAESTRO DELLE GENTI.

### LE QUOTE

La quota è per ognuno dei due seminari di 440 euro.

A San Giovanni comprende il desinare e il dimorare e gli insegnamenti.

In India comprende il festival, i treni e l'alloggio, lo yoga e, se si può, una sorpresa.

*Solo Dio può prestare all'essere umano la veggenza –  
bevanda dell'immortalità – forma suprema dell'anima,  
coscienza estatica.*

## **VENERDÌ 2 GENNAIO**

ORE 10.00 HATHA YOGA CON **WALTER**

ORE 12.30 PRANZO E SISTEMAZIONI

ORE 14.30 FOTOGRAFIA (ALCHIMIA)

ORE 15.30 APPROFONDIMENTO **DIDATTICO** SULLE PRATICHE SVOLTE

ORE 17 HATHA YOGA CON **SARAH**

ORE 19.00 ARATI & BHAKTI MARGA

ORE 19.40 CENA

AUDIOVISIVO ORE 20.40 **PEDAGOGICO**

*Se non sei in possesso della bhakti,  
fedele che Dio esiste,  
allora non ti resta altra via che intuirlo – jnana.*

## **SABATO 3 GENNAIO**

ORE 7 MEDITAZIONE

ORE 7.30 LEZIONE DI YOGA **DIDATTICO**  
E RITMO SOTTESO DELLA TRADIZIONE **PEDAGOGICO** CON **W**

ORE 9.30 TISANE, SCAMBIO IMPRESSIONI

ORE 10.30 LEZIONE DI HATHA YOGA CON **SARAH**

ORE 12.30 PAUSA PRANZO

ORE 14 APPROFONDIMENTO SULL'ALCHIMIA DEL RISCOPRIRSI **JNANIN** E **BHAKTA**

ORE 15.30 LEZIONE **DIDATTICO** CON **W**

ORE 17.30 PAUSA

ORE 18 MEDITAZIONE

ORE 19 ARATI & BHAKTI MARGA

ORE 20.40 PORGERE LE PROPRIE CREDENZIALI (ALCHIMIA)

Questo Dio che è duplice,  
è massimo nella Totalità del cosmo,  
minimo nell'Intimità del cuore.

## DOMENICA 4 GENNAIO

ORE 7 MEDITAZIONE

ORE 7.30 LEZIONE DI YOGA **DIDATTICO**  
E RITMO SOTTESO DELLA TRADIZIONE **PEDAGOGICO** CON **W**

ORE 9.30 TISANE, SCAMBIO IMPRESSIONI

ORE 10.30 LEZIONE DI HATHA YOGA CON **SARAH**

ORE 12.30 PAUSA PRANZO

ORE 14 APPROFONDIMENTO SU "ALL'INTERNO O ALL'ESTERNO?"

ORE 15.30 LEZIONE **DIDATTICO** CON **W**

ORE 17.30 PAUSA

ORE 18 MEDITAZIONE

ORE 19 ARATI & BHAKTI MARGA

ORE 20.40 AUDIOVISIVO ORE 20.40 **PEDAGOGICO**

Nel "lampo" bisogna rimanere,  
poiché rendere permanente lo stato liminale,  
significa trasgredire il limite.

## LUNEDÌ 5 GENNAIO

ORE 7 MEDITAZIONE

ORE 7.30 LEZIONE DI YOGA **DIDATTICO**  
E RITMO SOTTESO DELLA TRADIZIONE **PEDAGOGICO** CON **W**

ORE 9.30 TISANE, SCAMBIO IMPRESSIONI

ORE 10.30 LEZIONE DI HATHA YOGA CON **S**

ORE 12.30 PAUSA PRANZO

ORE 14 APPROFONDIMENTO SUL SAPER RIMANERE (ALCHIMIA)

ORE 15.30 LEZIONE **DIDATTICO** CON **W**

ORE 17.30 PAUSA

ORE 18 MEDITAZIONE

ORE 19 ARATI & BHAKTI MARGA

AUDIOVISIVO ORE 20.40 **PEDAGOGICO**

*La maya non è un ente sostanziale,  
ma un dato evanescente, contraddittorio, impermanente;  
generalmente viene definita come  
"ciò che rende possibile l'impossibile".*

## **MARTEDÌ 6 GENNAIO**

ORE 6.30 ARATI

ORE 7.30 LEZIONE **DIDATTICA W**

ORE 10:30 PRANZO

ORE 12 FOTOGRAFIA

ORE 14 FINE



**SRI YOGASHRAM**

**SRI VASAVI YOGASHRAM**

**SCUOLA YOGA PRAMITI**

