



## INFORMAZIONI

- i seminari si terranno esclusivamente on line su piattaforma zoom. Al momento dell'iscrizione verranno forniti link e password di accesso;
- è possibile iscriversi al singolo seminario oppure a entrambi: quota di adesione per il singolo seminario 45 euro (IVA inclusa) quota di adesione per due seminari 85 euro (IVA inclusa);
- per iscriversi inviare una mail a [yoga@centronatura.it](mailto:yoga@centronatura.it) o telefonare allo 051 235643 (dal lunedì al venerdì dalle 11 alle 15) oppure recarsi presso il Centro Natura negli stessi orari.

I seminari, curati dalla Scuola di Yoga Centro Natura, sono patrocinati e accreditati, nell'ambito del Settore formazione, dal Comitato provinciale Endas (Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal Coni). I seminari sono approvati da YANI come formazione continua per gli iscritti all'Associazione Nazionale Insegnanti Yoga per un totale di 8 ore.



---

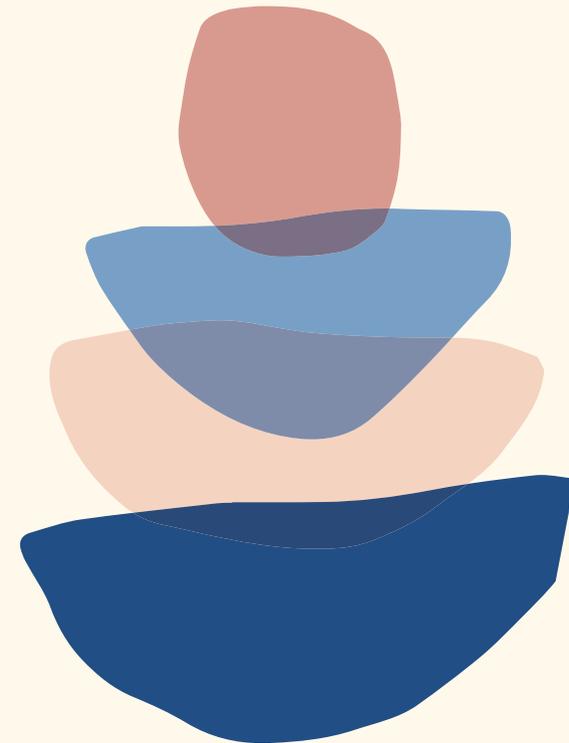
Centro Natura  
via degli Albari 4a - Bologna  
  Centro Natura Sport e Benessere  
 Centro Natura Bologna

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

# COMPRENDERE LA STORIA DELLO YOGA E LE SUE TECNICHE

SUL RUOLO DEL CORPO E SULLA MEDITAZIONE

con Marco Passavanti



Due seminari teorici di taglio storico per indagare le origini dello yoga. Si pone particolare attenzione alle tradizioni tantriche e haṭha che hanno profondamente influenzato lo yoga contemporaneo, divenute di recente oggetto di una ricerca accademica approfondita. Tale indagine è significativa per praticare lo yoga in maniera attenta e consapevole, oltre a soddisfare un legittimo interesse intellettuale. I seminari si rivolgono a praticanti e insegnanti di yoga e meditazione di qualunque scuola, stile e livello.

## Programma

*Domenica 7 febbraio 2021  
ore 9:00 - 13:00*

### **LO YOGA NELLE TRADIZIONI TANTRICHE E HAṬHA**

**La genesi del corpo yogico e delle tecniche somatiche nell'India medievale: le nāḍī, i cakras, la dea Kuṇḍalinī, il prāṇa, i bindu, le mudrā e i bandha.**

Lo yoga praticato oggi deriva molte delle sue concezioni e delle sue tecniche dalle tradizioni tantriche emerse all'incirca a partire dal VI-VII secolo d. C. e dalle successive tradizioni dell'haṭhayoga, nate all'incirca tra l'XI e il XV secolo. In questo seminario ripercorreremo alcune delle tappe salienti di questo processo di evoluzione storica dello yoga, riferendoci in modo particolare allo sviluppo delle concezioni del corpo yogico e alla codificazione di tecniche di natura somatica che si tramandano ancora oggi nella pratica dello yoga moderno.

*Domenica 7 marzo 2021  
ore 9:00 - 13:00*

### **LO YOGA E LA MEDITAZIONE: UNA STORIA MILLENARIA DAL SAMĀDHI ALLA MINDFULNESS**

**Alcune riflessioni sulla genesi delle pratiche meditative nell'India antica e sulla loro diffusione nel mondo dello yoga e della spiritualità contemporanea.**

Se oggi associamo la pratica dello yoga soprattutto all'esecuzione di tecniche fisiche come gli āsana, nel corso dei millenni lo yoga è stato associato principalmente a determinati stati di concentrazione profonda o alla realizzazione di fini sotterranee particolari. Tali pratiche, codificate già nelle fonti sud-asiatiche più antiche, costituiscono un patrimonio che è andato via via arricchendosi e trasformandosi nei millenni e che ha suscitato un interesse crescente in Occidente, tanto da essere divenuto, in tempi recenti, un fenomeno di massa. Il termine 'meditazione', nell'accezione oggi comune, indica di fatto la pratica di tecniche di provenienza 'orientale' che sono state importate, assimilate e divulgate nel corso dell'ultimo secolo. Quali sono i legami di continuità e le differenze tra le forme premoderne di meditazione e le forme oggi più diffuse nel panorama della yoga e della 'spiritualità contemporanea'?

## Docente

### **Marco Passavanti**

Consegue nel 2008 il dottorato di ricerca in civiltà, società ed economia del Subcontinente indiano presso l'Università «La Sapienza» di Roma, specializzandosi nelle tradizioni yogiche del buddhismo indotibetano. Parallelamente alla formazione accademica ha coltivato lo studio e la pratica dello yoga secondo la tradizione di Krishnamacharya e Desikachar, ottenendo nel 2006 il diploma di insegnante presso l'ETY di Claude Maréchal. È autore di diversi studi e traduzioni, fra cui 'Il nettare dello yoga' di Krishnamacharya e 'Le radici dello yoga' di J. Mallinson e M. Singleton per Ubaldini. Svolge attività di insegnante e formatore presso l'AYCO di Roma e il Mondo Yoga di Parma.