

AISHWARA YOGA

LO YOGA DELLA NUOVA era

INCONTRI DI GRUPPO A OFFERTA LIBERA



E' ADATTO A TUTTE LE ETA' E A TUTTI I LIVELLI, ANCHE AI

PRINCIPIANTI ASSOLUTI DELLO YOGA

PER INFO:

**A.S.D. LA LUCE DELLO YOGA - ZONA COLLE SALARIO (LINA CAVALIERI) - Stefania (Samiksha)
347 7204912**

ZONA APPIO TUSCOLANO- Metro A Furio Camillo - Daniela (Sushila) 339 8752897 -

ZONA TUSCOLANO - Via dei Ciceri 17 - Enrico (Eakadev) 338 8963370

ZONA LADISPOLI - Via Nevada 5- A.S.D. Aikizendo Ladispoli

Fabio (Prem) 333 7763244



COS'E' L'AISHWARA YOGA

L'Aishwara Yoga è una disciplina insegnata dal Maestro indiano **Sri Tathata** della tradizione vedica, per aiutare l'umanità ad affrontare i grandi cambiamenti in atto in questo tempo.

E' adatto a tutte le età e a tutti i livelli, anche ai principianti assoluti dello yoga.

L'Aishwara Yoga riunisce in una unica sequenza di esercizi e tecniche, l'essenza degli insegnamenti originali dell'antica scienza descritta nei Veda – i più antichi testi sacri indiani – la cui varietà di tecniche è stata suddivisa ed insegnata sotto forma di discipline yoga separate solo in tempi relativamente recenti.

Gli elementi che costituiscono la sequenza di Aishwara Yoga – mantra (pronuncia di suoni sacri), pranayama (tecniche di respirazione avanzate), meditazione, visualizzazioni e canto – conducono i praticanti a sperimentare nel quotidiano un aumento del benessere globale, migliorano la volontà, la capacità di concentrazione e l'attitudine alla serenità e alla pace interiore in tutte le situazioni.

Grazie alla pratica regolare dell' Aishwara Yoga è possibile realizzare in tempi brevi una grande trasformazione della propria esistenza, raggiungendo uno stato di felicità, prosperità, salute, consapevolezza ed armonia.

La pratica di gruppo guidata conduce gradualmente all'apprendimento e alla padronanza delle tecniche, che potranno essere poi eseguite regolarmente in completa autonomia.

Gli insegnanti di Aishwara Yoga sono tutti studenti avanzati Agnisnana iniziati in India da **Sri Tathata** stesso.

CHI E' SRI TATHATA



Nato nel Kerala il 1° giugno del 1942, per rispondere al richiamo interiore che gli chiedeva di dedicarsi interamente alla vita spirituale, Sri Tathata abbandona in giovane età gli studi accademici e anche la famiglia per intraprendere un percorso di ascesi severa, in completa solitudine ("tapas", secondo la tradizione indiana). Visita molti luoghi sacri dell'India prima di trovare il luogo adatto al suo ritiro e si stabilisce in un piccolo tempio abbandonato, dedicato alla Madre Divina, nel suo stesso villaggio (Vandithavalam). Lì vive nella rigorosa osservanza di pratiche spirituali : Hata Yoga, Siddha Vidya, Rajayoga, Tantra Vidya, astenendosi da ogni esigenza fisica, fino alla totale

rinuncia al cibo.

Dopo alcuni anni di duro ed ininterrotto lavoro, la scintilla della conoscenza arriva ad illuminare il suo intero essere. Sri Tathata però rimane per altri 6 anni, in ritiro e totale isolamento dal mondo. Poi, in un'estasi mistica, ottiene la visione della grande sofferenza che dilaga sulla terra e spinto da profonda compassione, decide di mettersi all'opera per impostare e trasmettere un nuovo modello di vita basato sui principi del Dharma ed ispirato alla saggezza Vedica dell'India antica.

Nel 2006 egli inaugura un grande tempio a Kollur, nello stato del Karnataka, vicino al tempio di Sri Mookambika: il **Dharmapeetha**, concepito per ricevere l'Energia Cosmica o Luce Divina dalla *Sorgente Suprema* ed irradiarla al mondo intero. Sri Tathata realizza in India tre grandi rituali Vedici al sacro fuoco, con l'intento di esercitare un'azione di riequilibrio dei ritmi alterati della natura: i **Dharmasooya Mahayaga**. Il primo risale al 1998, il secondo al 2002 e l'ultimo, celebrato nel 2009 a Kinassery, Palakkad, nel Kerala, è coronato da un momento di straordinaria importanza: la discesa dell'energia di "sopra-coscienza", preannunciata da Sri Aurobindo nel secolo scorso, destinata a porre le basi di una *vita divina sulla Terra*.

Nel febbraio 2014 Sri Tathata ha realizzato un altro grande Mahayaga, per imprimere al pianeta un' immensa spinta spirituale e vibrazionale, per dissipare la coltre di oscurità che avvolge il pianeta e le menti umane e riequilibrare e calmare le forze della natura in disordine. Ultimamente Sri Tathata viaggia molto in Europa, dove ha un folto seguito di devoti, per portare il suo messaggio di pace e fratellanza tra gli uomini.

