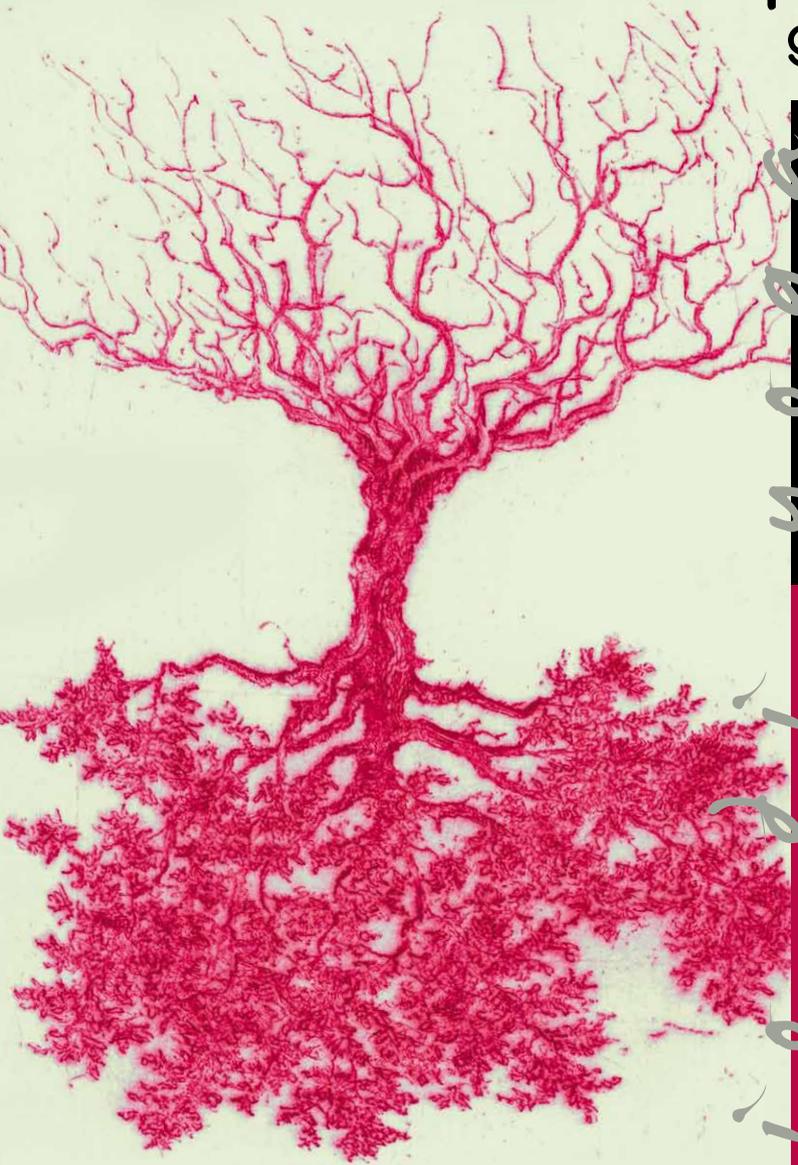


# l'arte della spiritualità: gli interpreti dello yoga



Una rassegna dedicata al tema  
**l'Oriente in Occidente**

Una serie di incontri proposti dall'Associazione SpazioCorpo su yoga, meditazione, studio del sé, discipline spirituali delle diverse tradizioni, con personalità che si distinguono sulla scena internazionale, in una cornice di raccoglimento, situata in una zona centrale della Capitale.

## Edoardo Beato

Una pratica alle radici dello Yoga  
Yoga Chudamani Upanishad  
L'insegnamento segreto sulla gemma dello Yoga

**Primo appuntamento di un ciclo di incontri di yoga volti a rivivere nella pratica gli insegnamenti che vengono da antichi testi della tradizione poco conosciuti. Gli incontri sono rivolti a tutti, sia principianti, sia avanzati sia insegnanti che vogliono arricchire il loro bagaglio di conoscenza della letteratura tradizionale.**

La Yoga Chudamani Upanishad è un manuale di sadhana per praticanti avanzati composto tra l'VIII e l'XI sec. d.C., considerato un frammento più antico di un'altra importante opera sull'hatha-yoga, il Goraksha Paddahti. Il testo propone una sintesi di tantra-yoga e discipline meditative upanishadiche. Di particolare interesse sono gli insegnamenti riguardanti il prana-samrodha, in cui compaiono le tecniche più avanzate dello hatha-yoga, arricchite però dalle varianti del kundalini-yoga delle origini. Si tratta di una combinazione inedita fino ai nostri giorni – addirittura sconosciuta nelle altre yoga-upanishad – che getta una nuova comprensione sul rapporto tra le tecniche energetiche e gli stati meditativi. La YCU si pone, pertanto, come una fonte unica nella letteratura yogica, perché ricorda ai praticanti di oggi quegli elementi esoterici perduti in molte tecniche attualmente vissute come semplice hatha-yoga, ma originariamente concepite come strumenti di vera e propria risalita di un'energia spiritualizzante: la kundalini.

Edoardo Beato è laureato in filosofia comparata all'Università di Padova, ha proseguito gli studi accademici alla Santa Barbara University of California. Conseguita l'abilitazione all'insegnamento di Hatha, Raja e Kriya Yoga presso l'Advaita Yoga Sangha, Roma, ha approfondito la dimensione tantrica secondo la tradizione Aghor-Kinarami, Varanasi, India. Svolge attività di divulgazione della cultura Yoga con pubblicazioni, conferenze, seminari e corsi in Italia e all'estero. Ha tradotto in italiano: A. W. Watts, *Om meditazioni creative*, Neri Pozza; H. Ramji, *Aghor Yoga*, ed. Kailas; G. Feuerstein, *Filosofia Yoga*, Marsilio editori.

I partecipanti dovranno portare il proprio materiale di yoga: consigliamo il tappetino, una coperta e un cuscino.

**Sabato 9 Aprile 2011**  
ore 15:30 / 19:30

Roma · Aula Magna  
della Facoltà Valdese  
Via Pietro Cossa 40 (Piazza Cavour)

I posti sono limitati, per informazioni e modalità di pagamento scrivete a [spaziocorpo@libero.it](mailto:spaziocorpo@libero.it) oppure telefonate ai numeri:  
340.7772363 - 06.87903155 (segreteria e fax)

SPAZIOCORPO  
associazione culturale