

YOGA
YOGAKARUNA

Un viaggio dal corpo al cuore della compassione



Ritorniamo allo spirito originale del sentiero yoga dove il corpo è lo strumento per riscoprire le qualità curative di amore e compassione sempre presenti in noi. Questa vera attitudine yoga è la chiave per trasformare noi stessi ed il nostro rapporto con gli altri. Un percorso integrato di asana, pranayama, e meditazione

Incontri tenuti da Carlo Donini

Gli incontri si terranno i venerdì 13 e 27 aprile, 11 e 25 maggio,
8 e 22 giugno
dalle 20:00 alle 22:00

Presso Ass. ARETE' Via E. De Amicis 9/11 Vicenza

Mappa per Ass. ARETE': http://www.zendoccidente.org/dove_siamo.html

La partecipazione è subordinata all'iscrizione di un minimo di 10 iscritti

Per informazioni e prenotazioni: dharmavogakaruna@gmail.com

Cell: 393478351850 Stefania al pomeriggio Cell: 3482156449 Carlo
si consiglia di portare una stuoia, una piccola coperta, un cuscino ed abiti comodi

Carlo Donini 50 anni. Pratica la meditazione dal 1984 frequentando regolarmente il monastero buddhista-tibetano del Lama Tai Situ Rinpoce, in India.

Dal 2000 pratica hatayoga e pranayama secondo la tradizione di Swami Ramdev. Nel 2006 ha svolto in India il tradizionale ritiro di 3 anni di meditazione e yoga secondo la scuola tibetana sotto la guida del Lama Ringu Tulku Rinpoce.

Dal 2010 ha iniziato i gruppi di meditazione DHARMAKARUNA e di yoga YOGAKARUNA

MEDITAZIONE

DHARMAKARUNA

La via della compassione
un viaggio dalla mente concettuale al cuore



Un percorso integrato ispirato dagli insegnamenti
del Buddha e dallo yoga
Pratica di yoga antireumatici, meditazione di consapevolezza e
compassione, studio del Dharma del Buddha
e condivisione di gruppo
Trasformare noi stessi per trasformare il rapporto con gli altri
E con la società

Incontri tenuti da Carlo Donini

Gli incontri si terranno i venerdì 20 aprile, 4 e 18 maggio,
1 e 15 e 29 giugno
dalle 20:00 alle 22:00

Presso Ass. ARETE' Via E. De Amicis 9/11 Vicenza

Mappa per Ass. ARETE': http://www.zendoccidente.org/dove_siamo.html

La partecipazione è subordinata all'iscrizione di un minimo di 10 iscritti

Per informazioni e prenotazioni: dharmayogakaruna@gmail.com

Cell: 393478351850 Stefania al pomeriggio Cell: 3482156449 Carlo
si consiglia di portare una stuoia, una piccola coperta, un cuscino ed abiti comodi