

ORIAMUR

Perdersi per orientarsi. Percorso yogico tra coordinate interne ed esterne.



“Quale nuova luce è data alla postura dalla vostra esperienza?” (Iyengar)

Seminario d'introduzione ad un percorso teorico pratico, **Oriamur** è un ciclo di incontri incentrati sul tema dell'orientamento personale dentro e fuori dal tappetino. Un mito della tradizione indiana funge da perno narrativo per ragionare sulle strutture mentali condizionanti, per esplorare le mappature interne ed esterne e trovare l'equilibrio dinamico che permette di far emergere le potenzialità latenti e le risposte ai propri quesiti esistenziali.

Seguendo il filo simbolico del mito e alternando pratiche e teorie della tradizione con momenti di esplorazione, ascolto e ricerca di nuove comprensioni delle e nelle posture, solleviamo domande essenziali e cerchiamo di stabilire punti di riferimento personali e comuni per orientarci nel mondo e nello yoga.

Da una mappa precostituita ad una mappa disegnata su misura, l'obiettivo è chiarire il punto di partenza per poter visualizzare i propri orizzonti.

*We begin where we are.
So where are we?*

*Better, before we move from A to B, to know that we are at A.
How do we know where we are?*

*By getting to know ourselves.
How do we get to know ourselves?*

*We put part of our attention on the outside
And part of our attention on the inside.*

(Robert Fripp, The guitar circle)

Modalità

Sab 28 marzo

Posti disponibili 15

Orari: dalle 9 alle 12h30 e dalle 14h30 alle 17h30

Dom 29 marzo

Posti disponibili 15

Orari: dalle 9 alle 12h30 e dalle 14h30 alle 17h30

Sab 28 marzo alle 19h

LA VOCE DEL MITO: Samudra Manthan

Spettacolo dedicato al mito in chiave narrativa e sonora

La serata di sabato è inclusa per i partecipanti al seminario (sia per quelli che partecipano il sabato, sia per quelli che partecipano la domenica) ed è altresì aperta a esterni. Si prega di prenotare per permettere un'ottimale gestione dello spazio.

Posti disponibili: 30

Bio

Sarah Giarmoleo

Con base a Berlino, viaggia seguendo il cammino tracciato per lei dallo Yoga. La laurea in antropologia sociale e poi l'incontro con i maestri hanno spianato la strada: Walter Ruta, Jennifer Leroy e Sri Sri Sri Satchidananda Yogi, lo Yogi Silente di Madras. Collabora con diversi centri yoga e corsi di Formazione Insegnanti. Traduce e interpreta nel campo dello yoga dall'inglese e verso l'inglese. Le arti marziali, la frequentazione di corsi universitari di Indologia e Sanscrito e Filosofia, il mondo del Guitar Craft di Robert Fripp, la musica e la poesia, così come i viaggi e la formazione come insegnante di Baby Massage, fanno da contorno e ispirazione alla sua relazione con lo Yoga, che pratica con amore e devozione dal 2001.

Caterina Shruti Pilon

Counselor Integrale® a indirizzo olistico, insegnante di yoga, dottoressa in glottodidattica, accompagnatrice turistica e artista polivalente. Nata a Verona e cresciuta in diverse lingue, viaggiatrice per natura, transitoria per definizione, appassionata esploratrice delle sfaccettature dell'*Io sono*, incontra lo yoga su un'isola utopica e non smette da allora di seguirne la magica scia, ha la fortuna di incontrare sin dai primordi del suo percorso le orme di un elefante guida e del suo devoto discepolo Walter Thirak Ruta. Comincia la sua formazione presso la Scuola Yoga Pramiti nel 2015, pratica, condivide e trasmette con amore e devozione e sceglie di non smettere mai.