

ELENCO DISPENSE DEI SEMINARI DEL DR. M. V. BHOLE

13 febbraio 2009

AL DI LA' DELLA SOFFERENZA	(Asolo 2001)
ANULOMA-VILOMA (la respirazione a narici alternata)	
APPROCCIO ALLO YOGATERAPIA (conferenza ai medici di Milano)	(Cecchini Pace MI.)
* ASHUDDHI KSHAYA ridurre le nostre impurità attrav.le 8 tappe dello Yoga	(Teis 2008)
BASI DELLO YOGATERAPIA	
BENESSERE PSICOFISICO : ricupero del nostro equilibrio attraverso lo yoga	(Teis 2006)
CHAKRA SADHANA : percorso interiore per attivare l'energia Kundalini dentro di noi	(Teis 2006)
CHITTA PRASADANA : raggiungere un sereno e tranquillo stato interiore	(Eupilio 2006)
CITTA VRITTI i comportamenti della nostra coscienza ...	(Bergamo 2002)
COME ARRIVARE ALL'ESPERIENZA DEL SE'	(Bergamo 2001)
CORSO DI FORMAZIONE YOGA	
* DARSHANA : percezione e visione di noi stessi	(Teis 2008)
DUHKHA TRAYA : rimedi e pratiche che ci aiutano a trasformare il disagio in benessere	(Asolo 2004)
ESPERIENZA DEL RESPIRO (conferenza ai medici di Padova)	
FONDAMENTI YOGICI DELLO YOGATERAPIA	(Teis 2003)
GLOSSARIO YOGA (in 2 volumi) i concetti dello yoga secondo gli insegnamenti del dr. Bhole	
HATHAPRADIPIKA i concetti fondamentali tradizionali dello yoga	
INDIA 1997 (con 7 maestri : Bhole, Bodhe, Dhékane, Nanal, Phadnis, Pendse, Sahay) 3 vol.	
INDIA 1998 (con 7 Maestri : Bhole, Sahay, Bhode, Jha, Parimal, Nanal, Anand) 2 vol. ...	
INDIA 1999 (con 3 maestri :) 2 vol.	
INDIA 2000 (con 4 maestri : Bhole, Bodhe, Nishal, Sahay) 2 vol.	
INDIA 2001 (con 4 maestri : Bhole, Takkar, Gharote, Nisal) 2 vol.	
INDIA 2002 (con 2 maestri :) 2 vol.	
INDIA 2003 (con 2 maestri :) 2 vol.	
INDIA 2004 (con 2 Maestri) La "purificazione" nei Sutra di Patanjali (2 vol.)	
INDIA 2005 (con 2 Maestri) Approfondimento Samkhya Darshan - Yoga di Patanjali (2 vol.)	
KAPALABHATI	
KLESHA le cause primarie della sofferenza	
KRIYA YOGA : Una via che ci aiuta a sentirci vicino al Divino	(Bergamo 2005)
LA VIBRAZIONE : Meditazione e Mantra	(Eupilio 2005)
MANTRA NELLA VITA E PER LA VITA : importanza del mantra nella nostra vita	(Teis 2007)
MANTRA YOGA	
MEDITAZIONE (dr.Phadnis).....	
MEDITAZIONE : effetti psichi e fisici sulla salute	
* MEDITAZIONE YOGA : attraverso Pratyahara.....	(Eupilio 2007)
MESSAGGIO DELLA BHAGAVADGITA	
MESSAGGIO DI PATANJALI	
PARINAMA : la trasformazione interiore che ci porta verso Samadhi	(Teis 2006)
POLARITA'	
PRANAYAMA SADHANA : la purificazione attraverso il Pranayama	(Bergamo 2006)
PRASNA UPANISHAD briciole di saggezza per la vita quotidiana.....	
PRATYAHARA il distacco della coscienza dagli oggetti esterni	(Bergamo 2003)
PRAYATNA SHAITHILYA abbandono dello sforzo e identificazione con l'infinito.....	

- * PURIFICAZIONE E PRANAYAMA : il pranayama nella nostra purificazione..... (Grassobbio 2008)
- SADHANA : la pratica Yoga per raggiungere gli obiettivi che ci siamo prefissi (Asolo 2004)
- SAMKHYA DARSHAN la filosofia base dello yoga.....
- SAMPRAJNATA SAMADHI dall'esperienza alla conoscenza.....
- SAMSKARA : le nostre memorie residue (Bergamo 2004)
- SILENZIO : IL SUONO DEL SILENZIO (Eupilio 1996)
- SILENZIO E RICERCA INTERIORE (Eupilio 1998)
- SILENZIO E ATTIVAZIONE DEL PERCORSO INTERIORE (Ispra 1999)
- SILENZIO E DHARANA : UNA VIA VERSO LA MEDITAZIONE..... (Eupilio 2003)....
- SILENZIO E PERCEZIONE DELLA LUCE INTERIORE (Eupilio 2000)
- SILENZIO E PERCORSO VERSO LO SPAZIO TRASCENDENTE (Eupilio 2001)
- SILENZIO E RICERCA DEL QUARTO SPAZIO DI COSCIENZA - TURIYA (Eupilio 2002)
- SILENZIO E SAMHADI : la serenità attraverso il silenzio (Eupilio 2004).....
- SUDDHI : il concetto di purificazione negli Yoga Sutra di Patanjali (Estratto da India 2004)
- SVARUPA DHYANA : ritorno alla propria Forma Originale (Asolo 2006)
- UDDIYANA ..dispensa monografica.....
- UPANISHAD DELLO YOGA : vicino al Maestro.....
- VAYU : dispensa monografica dai seminari del Dr.Bhole
- YAMA - NIYAMA : astinenze e osservanze, le regole dello Yoga..... (Teis 2004)
- YOGA e STRESS : Trasformare la tensione negativa, in stress positivo (Teis 2005)
- YOGA SADHANA : il trattamento delle malattie psicosomatiche (Teis 2004)
- YOGA UPANISHAD : yogaterapia e pratica personale..... (Teis 2003)
- YOGATERAPIA i disturbi psicosomatici (Teis 2004)
- YOGATERAPIA : I KUMBHAKA PRANAYAMA (Teis 2004)
- YOGATERAPIA E PRANAYAMA
- YOGATERAPIA E SAMKHYA
- YUKTA PRANAYAMA la pratica corretta del pranayama..... (Asolo 2002)
- * YOGA SUTRA DI PATANJALI : rilettura su base esperienziale (Teis 2008) **in preparazione**
- 72* ASPETTO TERAPEUTICO DELLO YOGA : essere insegnanti e yogaterapisti (Teis 2008) **in preparazione**

* = Dispense nuove

Le dispense sono disponibili anche su CD o su Chiavina di memoria, sempre in formato WORD

Rivolgersi a

Giuseppe Coter

via Nullo , 4

24021 Albino (BG)

telefono: 035 752874

e-mail : coter.giuseppe@tiscali.it

<http://www.hérons.it>