

ELENCO DELLE DISPENSE DEI SEMINARI DEL DR. M. V. BHOLE		Giugno 2010	
		su carta	su CD
AL DI LA' DELLA SOFFERENZA (Asolo)		13	11
ANULOMA-VILOMA (la respirazione a narici alternate)		13	11
APPROCCIO ALLO YOGATERAPIA (conferenza ai medici di Milano) (Cecchini Pace MI.)		11	10
ASHUDDHI KSHAYA ridurre le nostre impurità attraverso le 8 tappe dello Yoga (Teis 2008)		13	11
ASPETTO TERAPEUTICO DELLO YOGA : essere insegnanti e yogaterapisti (Teis 2008)		17	12
BASI DELLO YOGATERAPIA		17	12
BENESSERE PSICOFISICO : ricupero del nostro equilibrio attraverso lo yoga (Teis 2006)		17	12
CHAKRA SADHANA : percorso interiore per attivare l'energia Kundalini dentro di noi (Teis 2006)		13	11
CITTA PRASADANA : raggiungere un sereno e tranquillo stato interiore (Eupilio 2006)		13	11
CITTA VIKSHEPA - CITTA PRASADANA : (Asolo 2009)		13	11 NUOVA
CITTA VRITTI : i comportamenti della nostra coscienza (Bergamo 2002)		13	11
COME ARRIVARE ALL'ESPERIENZA DEL SE' (Bergamo 2001)		13	11
CORSO DI FORMAZIONE YOGA		13	11
DARSHANA : percezione e visione di noi stessi (Teis 2008)		13	11
DUHKHA TRAYA : rimedi e pratiche che ci aiutano a trasformare il disagio in benessere (Asolo 2004)		15	12
ESPERIENZA DEL RESPIRO (conferenza ai medici di Padova)		5	5
FONDAMENTI YOGICI DELLO YOGATERAPIA (Teis 2003)		15	12
GLOSSARIO YOGA (in 2 volumi) con molti aggiornamenti , al 30 aprile 2010		28	15
HATHAPRADIPIKA : i concetti fondamentali tradizionali dello yoga		13	11
INDIA 1997 (con 7 maestri : Bhole, Bodhe, Dhékane, Nanal, Phadnis, Pendse, Sahay) 3 vol.		29	15
INDIA 1998 (con 7 Maestri : Bhole, Sahay, Bhode, Jha, Parimal, Nanal, Anand) 2 vol. ...		22	13
INDIA 1999 (con 4 maestri : Bhole, Bhode, Sahay, Ketkar) 2 vol.		21	13
INDIA 2000 (con 3 maestri : Bhole, Vaze, Nishal) 2 vol.		21	13
INDIA 2001 (con 3 maestri : Bhole, Takkar, Gharote) 2 vol.		21	13
INDIA 2002 (con 2 maestri :) 2 volumi . La Bhagavadgita 1° e 2° parte		24	13
INDIA 2003 (con 2 maestri :) 2 volumi. La Bhagavadgita 3° e 4° parte		25	13
INDIA 2004 (con 2 Maestri) La "purificazione" nei Sutra di Patanjali (2 vol.)		22	13
INDIA 2005 (con 2 Maestri) Approfondimento Samkhya Darshan - Yoga di Patanjali (2 vol.)		21	13
LUCE INTERIORE E MEDITAZIONE (Eupilio 2009)		13	11 NUOVA
INSEGNAMENTO DI PATANJALI : studio del testo, teoria e pratiche esperienziali (Teis 2008)		18	12
KAPALABHATI		13	11
KLESHA : le cause primarie della sofferenza		13	11
KRIYA YOGA : Una via che ci aiuta a sentirci vicino al Divino (Bergamo 2005)		13	11
LA VIBRAZIONE : Meditazione e Mantra (Eupilio 2005)		13	11
MANTRA NELLA VITA E PER LA VITA : importanza del mantra nella nostra vita (Teis 2007)		15	11
MANTRA YOGA		13	11
MEDITAZIONE E SAMADHI : il concetto di "Samadhi" nella meditazione (Eupilio 2008)		13	11
MEDITAZIONE VIPASSANA (dr. Phadnis) (Estratto da INDI)		13	11
MEDITAZIONE : effetti psichi e fisici sulla salute		5	5
MEDITAZIONE YOGA : attraverso Pratyahara..... (Eupilio)		17	11
MESSAGGIO DELLA BHAGAVADGITA		15	11
MESSAGGIO DI PATANJALI		13	11
OPPOSTI MASCHILE - FEMMINILE (Teis 2009)		13	11 NUOVA

PARINAMA : la trasformazione interiore che ci porta verso Samadhi (Teis 2006)	13	11	
POLARITA'	15	11	
PRANAYAMA SADHANA : la purificazione attraverso il Pranayama (Bergamo 2006)	13	11	
PRASNA UPANISHAD : briciole di saggezza per la vita quotidiana	15	11	
PRATYAHARA : il distacco della coscienza dagli oggetti esterni (Bergamo 2003)	13	11	
PRAYATNA SHAITHILYA : abbandono dello sforzo e identificazione con l'infinito	15	11	
PURIFICAZIONE E PRANAYAMA : il pranayama per la nostra purificazione..... (Grassobbio 2008)	13	11	
SADHANA : la pratica che apre la via che ci riporta verso la nostra vera natura (Asolo 2004)	15	11	
SAMKHYA DARSHAN : la filosofia base dello yoga.....	13	11	
SAMPRAJNATA SAMADHI : dall'esperienza alla conoscenza.....	13	11	
SAMSKARA : le nostre memorie residue (Bergamo)	13	11	
SILENZIO : IL SUONO DEL SILENZIO (Eupilio 1996)	13	11	
SILENZIO E RICERCA INTERIORE (Eupilio 1996)	13	11	
SILENZIO E ATTIVAZIONE DEL PERCORSO INTERIORE (Ispra 1999)	13	11	
SILENZIO E DHARANA : UNA VIA VERSO LA MEDITAZIONE..... (Eupilio 2003)....	15	11	
SILENZIO E PERCEZIONE DELLA LUCE INTERIORE (Eupilio 2000)	13	11	
SILENZIO E PERCORSO VERSO LO SPAZIO TRASCENDENTE (Eupilio 2001)	15	11	
SILENZIO E QUARTO STATO DI COSCIENZA - TURIYA (Eupilio 2002)	13	11	
SILENZIO E SAMADHI : la serenità attraverso il silenzio (Eupilio 2004).....	13	11	
SUDDHI : il concetto di purificazione negli Yoga Sutra di Patanjali (Estratto da India 2004)	13	11	
SVARUPA DHYANA : ritorno alla propria Forma Originale (Asolo 2006)	15	11	
UDDIYANA ..dispensa monografica.....	13	11	
UPANISHAD DELLO YOGA : vicino al Maestro.....	13	11	
VAYU : dispensa monografica dai seminari del Dr.Bhole	15	11	
YAMA - NIYAMA : astinenze e osservanze, le regole dello Yoga..... (Teis 2004)	13	11	
YAMA E NIYAMA NELLO YOGATERAPIA : per un benessere duraturo. (Asolo 2008)	13	11	
YOGA e STRESS : trasformare la tensione negativa, in stress positivo (Teis 2005)	13	11	
YOGA SADHANA : il trattamento delle malattie psicosomatiche (Teis 2004)	17	12	
YOGA UPANISHAD : yogaterapia e pratica personale (Teis)	15	11	
YOGATERAPIA i disturbi psicosomatici (Teis)	17	12	
YOGATERAPIA : I KUMBHAKA PRANAYAMA (Teis)	17	12	
YOGATERAPIA E PRANAYAMA	17	12	
YOGATERAPIA E SAMKHYA	15	11	
77 YUKTA PRANAYAMA : la pratica corretta del pranayama..... (Aso)	13	11	
Al costo dell' invio dovrò aggiungere la spesa postale, posta prioritaria, a seconda del numero delle dispense volute.			
Le dispense sono disponibili anche su CD o su vostra Chiavina di memoria, in formato WORD ad un prezzo conveniente , più €. 3,00 per la spedizione del CD per posta prioritaria.			
Rivolgersi a	Giuseppe Coter	via Nullo , 4	
		24021 Albino (BG)	
		telefono: 035 752874	
		e-mail : coter.giuseppe@tiscali.it	
		http://www.hérons.it	