

	A	B	C	D
1		ELENCO DELLE DISPENSE DEI SEMINARI DEL	Solo per i Soci di Yoganubhava	
2		DR. M. V. BHOLE	* giugno 2018*	costo
3				digitale
4		AL DI LA' DELLA SOFFERENZA	(Asolo 2001)	12
5		ANULOMA-VILOMA : la respirazione a narici alternate		12
6		APPROCCIO ALLA TERAPIA DELLO YOGA (conferenza ai medici di Milano)	(Cecchini Pace Mi.)	10
7		ASANA come strumento terapeutico	(Teis 2010)	12
8		ASHUDDHI KSHAYA ridurre le nostre impurità attraverso le 8 tappe dello Yoga	(Teis 2008)	12
9		ASPETTO TERAPEUTICO DELLO YOGA : essere insegnanti e yogaterapisti	(Teis 2008)	13
10		BASI DI YOGATERAPIA		14
11		BENESSERE PSICOFISICO : ricupero del nostro equilibrio attraverso lo yoga	(Teis 2006)	13
12		CHAKRA SADHANA : percorso interiore per attivare l'energia Kundalini dentro di noi	(Teis 2006)	12
13		CITTA PRASADANA : serenità interiore	(Eupilio 2006)	12
14		CITTA VIKSHEPA - CITTA PRASADANA : per un sereno e tranquillo stato interiore	(Asolo 2009)	12
15		CITTA VRITTI : i comportamenti della nostra coscienza	(Bergamo 2002)	12
16		COME ARRIVARE ALL'ESPERIENZA DEL SE'	(Bergamo 2001)	12
17		CORSO DI FORMAZIONE YOGA		12
18		DARSHANA : percezione e visione di noi stessi	(Teis 2008)	12
19		DUHKHA TRAYA : pratiche che ci aiutano a trasformare il disagio in benessere	(Asolo 2004)	12
20		EQUILIBRIO DEGLI OPPOSTI : Maschile-Femminile nello yoga	(Teis 2009)	12
21		ESPERIENZA DEL RESPIRO (conferenza ai medici di Padova)	(Padova)	5
22		FONDAMENTI YOGICI DI YOGATERAPIA	(Teis 2003)	12
23		Glossario Concetti del Samkhya Darshana (1 volume)		13
24		GLOSSARIO DEI CONCETTI DELLO YOGA (4 volumi , 550 pagine)	NUOVO	30
25		GLOSSARIO supplemento Bhagavad Gita (1 volume)		13
26		HATHAPRADIPIKA : i concetti fondamentali tradizionali dello yoga		12
27		INDIA 1997 (con 7 maestri : Bhole, Bodhe, Dhékane, Nanal, Phadnis, Pendse, Sahay) 3 vol.	(India 1997)	22
28		INDIA 1998 (con 7 Maestri : Bhole, Sahay, Bhode, Jha, Parimal, Nanal, Anand) 2 vol.	(India 1998)	16
29		INDIA 1999 (con 4 maestri : Bhole, Bhode, Sahay, Ketkar) 2 vol.	(India 1999)	16
30		INDIA 2000 (con 3 maestri : Bhole, Vaze, Nishal) 2 vol.	(India 2000)	16
31		INDIA 2001 (con 3 maestri : Bhole, Takkar, Gharote) 2 vol.	(India 2001)	16
32		INDIA 2002 (con 2 maestri :) 2 volumi . La Bhagavadgita 1° e 2° parte	(India 2002)	16
33		INDIA 2003 (con 2 maestri :) 2 volumi. La Bhagavadgita 3° e 4° parte	(India 2003)	16
34		INDIA 2004 (con 2 Maestri) La "purificazione" nei Sutra di Patanjali (2 vol.)	(India 2004)	16
35		INDIA 2005 (con 2 Maestri) Approfondimento Samkhya Darshan Yoga di Patanjali (2 vol.)	(India 2005)	16
36		INDIA 2011 : l'insegnamento della BHAGAVADGITA nello yogaterapia (2 vol.)	(India 2011)	16
37		INDIA 2012 : i testi tradizionali e gli aspetti terapeutici dello yoga (2 vol.)	(India 2012)	16
38		INDIA 2017 : Vayu - Prana - Pranayama nella pratica yoga (2 vol.)	(India 2017)	16
39		INSEGNAMENTO DI PATANJALI : studio del testo, teoria e pratiche esperienziali	(Teis 2008)	13
40		KAPALABHATI		12
41		KLESHA : le cause primarie della sofferenza		12
42		KRIYA YOGA : Una via che ci aiuta a sentirci vicino al Divino	(Bergamo 2005)	12
43		LA VIBRAZIONE : Meditazione e Mantra	(Eupilio 2005)	12
44		LOTO SADHANA e CHAKRA SADHANA : il pulsare della vita ai vari livelli del corpo	(Asolo 2010)	12
45		LUCE INTERIORE E MEDITAZIONE	(Eupilio 2009)	12
46		MANAS : secondo lo yoga, la Mente è il nostro sesto senso.	(Bergamo 2010)	12
47		MANTRA NELLA VITA E PER LA VITA : importanza del mantra nella nostra vita	(Teis 2007)	12
48		MANTRA YOGA		12
49		MEDITAZIONE E SAMADHI : il concetto di "Samadhi" nella meditazione	(Eupilio 2008)	12
50		MEDITAZIONE VIPASSANA (dr. Phadnis)	(da INDIA 1997)	12
51		MEDITAZIONE : effetti psichi e fisici sulla salute		5
52		MEDITAZIONE YOGA : attraverso Pratyahara	(Eupilio 2007)	13
53		MESSAGGIO DELLA BHAGAVADGITA		12
54		MESSAGGIO DI PATANJALI		12
55		PARINAMA : la trasformazione interiore che ci porta verso Samadhi	(Teis 2006)	12

	A	B	C	D
56		POLARITA'		12
57		PRANAYAMA SADHANA : la purificazione attraverso il Pranayama	(Bergamo 2006)	12
58		PRASNA UPANISHAD : briciole di saggezza per la vita quotidiana		12
59		PRATYAHARA : il distacco della coscienza dagli oggetti esterni	(Bergamo 2003)	12
60		PRAYATNA SHAITHILYA : abbandono dello sforzo e identificazione con l'infinito		12
61		PURIFICAZIONE E PRANAYAMA : il pranayama per la nostra purificazione	(Bergamo 2008)	12
62		SADHANA : la pratica che apre la via che ci riporta verso la nostra vera natura	(Asolo 2004)	12
63		SAMKHYA DARSHANA new : la filosofia base dello yoga	NUOVO	12
64		SAMPRAJNATA SAMADHI : dall'esperienza alla conoscenza		12
65		SAMSKARA : le nostre memorie residue	(Bergamo 2004)	12
66		SILENZIO : IL SUONO DEL SILENZIO	(Eupilio 1996)	12
67		SILENZIO E RICERCA INTERIORE	(Eupilio 1998)	12
68		SILENZIO E ATTIVAZIONE DEL PERCORSO INTERIORE	(Ispra 1999)	12
69		SILENZIO E DHARANA : UNA VIA VERSO LA MEDITAZIONE	(Eupilio 2003)	12
70		SILENZIO E PERCEZIONE DELLA LUCE INTERIORE	(Eupilio 2000)	12
71		SILENZIO E PERCORSO VERSO LO SPAZIO TRASCENDENTE	(Eupilio 2001)	12
72		SILENZIO E QUARTO STATO DI COSCIENZA - TURIYA	(Eupilio 2002)	12
73		SILENZIO E SAMADHI : la serenità attraverso il silenzio	(Eupilio 2004)	12
74		SUDDHI : il concetto di purificazione negli Yoga Sutra di Patanjali	(da India 2004)	12
75		SVARUPA DHYANA : ritorno alla propria Forma Originale	(Asolo 2006)	12
76		TANTRA YOGA	(Teis 2010)	13
77		UDDIYANA : dispensa monografica		12
78		UPANISHAD DELLO YOGA : vicino al Maestro		12
79		VAYU : dispensa monografica dai seminari del Dr.Bhole		12
80		YAMA - NIYAMA : astinenze e osservanze, le regole dello Yoga	(Teis 2004)	12
81		YAMA E NIYAMA IN YOGATERAPIA : per un benessere duraturo	(Asolo 2008)	12
82		YOGA e STRESS : trasformare la tensione negativa, in stress positivo	(Teis 2005)	12
83		YOGA SADHANA : il trattamento delle malattie psicosomatiche	(Teis 2004)	13
84		YOGA UPANISHAD : yogaterapia e pratica personale	(Teis 2003)	12
85		YOGATERAPIA : i disturbi psicosomatici	(Teis 2004)	13
86		YOGATERAPIA : I KUMBHAKA PRANAYAMA	(Teis 2004)	12
87		YOGATERAPIA : purificazione del corpo, del respiro e della mente	(Teis 2010)	13
88		YOGATERAPIA : riequilibrio delle emozioni	(Asolo 2010)	12
89		YOGATERAPIA : check-up yogico	(Teis 2013)	13
90		YOGATERAPIA E PRANAYAMA		13
91		YOGATERAPIA E SAMKHYA	(Teis 2000)	12
92		YUKTA PRANAYAMA : la pratica corretta del pranayama.	(Asolo 2002)	12
93		LA PRATICA DELLO YOGA	(Eupilio 2012)	12
94		MENTE E COSCIENZA : Coordinazione tra Corpo-Mente-Coscienza	(Torreglia 2013)	12
95		MEDITAZIONE NEL QUOTIDIANO	(Asolo 2012)	12
96		DALL'AUTODIAGNOSI ALLA PRATICA PERSONALE	(Teis 2014)	12
97		MANTRA YOGA - MENTE E COSCIENZA	(Teis 2014)	12
98		CINQUE KOSHA IN YOGATERAPIA	(Torreglia 2014)	12
99		TRASMETTERE LO YOGA	(Teis 2014)	12
100		LO YOGA NEGLI ANTICHI TESTI	(Torreglia 2015)	12
101				
102	Le dispense sono disponibili anche su chiavina di memoria, o in modo digitale via Transfer, formato WORD			
103	Mariella e Giuseppe Coter via F.Nullo, 4			
104	24021 Albino (BG)			
105	telefono: 035 752874			
106	e-mail : giuseppecoter@gmail.com			
107	http://www.hérons.it			