



SEMINARIO INTENSIVO yoga e meditazione

con Barbara Villa | Studio Yoga Vidya

sabato 20 . domenica 21
GIUGNO 2026

Disobbedisci

ostacoli e antidoti sulla via



INFO E PRENOTAZIONI

Barbara Villa | T: 335.6934814 | E: info@studioyogavidya.it

www.studioyogavidya.it

SEMINARIO INTENSIVO yoga e meditazione



con Barbara Villa | Studio Yoga Vidya

Disobbedisci

20 . 21 GIUGNO 2026

Il proposito di questo ritiro estivo è un'esplorazione senza filtri degli ostacoli che incontriamo sulla via dello yoga.

Lo yoga è qui inteso come una via di ricerca esistenziale, un percorso di conoscenza di sé e di autoeducazione alla scoperta dei nostri condizionamenti ma anche degli antidoti interiori per affrontarli. Determinazione, consapevolezza e fiducia, le qualità necessarie per disubbidire all'inerzia delle abitudini e alla scelta di rimanere nella zona di comfort.

"La spiritualità non ha niente a che fare con il divenire, l'ottenere, l'arrivare. È essere ciò che siamo.

Perciò i mezzi derivano dai nostri condizionamenti.

Uso il passato con abilità e trasformo la schiavitù in un sostegno. Questa è l'arte della rivoluzione, della rivoluzione psichica."
(V.Thakar)

Il fine settimana si svolgerà in un ambiente semplice e conviviale, ospitati in un casolare isolato nel verde dell'Appennino tosco-romagnolo.

PROGRAMMA

Le giornate si articolano nello studio di testi filosofici e letterari, condivisione nel gruppo, pratiche integrate di hatha e raja yoga.

Note: Portare il proprio tappetino, cuscino e coperta. Disconnettere cellulari e altri strumenti digitali per tutta la durata del seminario.

La partecipazione è aperta a tutti con precedenza ai praticanti, presenti e passati, di Vidya.

È gradita la preadesione, si richiede l'iscrizione entro il 10 giugno '26.

SEDE

Cà Colmello - Casalfiumanese (BO)

COSTI

seminario: € 140 - soggiorno: € 70 (pensione completa)

