



FEDERAZIONE MEDITERRANEA YOGA
XXI° CONVEGNO INTERNAZIONALE

YOGA E SAMĀDHI

1|2|3|4 maggio 2025
Catania | **Hotel Nettuno**



**ISCRIVITI
ORA!**

OSPITI 2025: TITOLI E BIO (ordine alfabetico)

Lorenzo Aristodemo

1 - Quando il mondo perde colore: pratiche posturali e respiratorie per il raccoglimento

2 - Oltre il sole e la luna: la luminosità notturna. La ricerca della stabilità attraverso gli asana

BIO

Ha iniziato a praticare lo yoga nel 2003 presso l'Ateneu de Leiria (Portogallo) seguendo le lezioni del maestro Jaime Silva.

Nel 2006 ha continuato a praticare yoga a Cosenza con il maestro Giovanni La Salvia, pioniere dello yoga in Calabria.

Nel marzo 2011 ha conseguito il diploma di insegnante di yoga (Yoga Siromani) presso lo Sivananda Ashram di Neyyar Dam, Kerala (India), sede della Yoga Vedanta Forest Academy istituita da Swami Sivananda Sarasvati.

Ha approfondito lo studio dello Yoga tradizionale conseguendo un ulteriore titolo di insegnante di Yoga (Yoga Shikshak) presso l'ashram di Rikhiapeeth (India), sede della Bihar

School of Yoga, istituita da Swami Satyananda Sarasvati. Nello stesso anno ha ricevuto l'iniziazione alla tradizione di Sannyasa dell'ordine Sarasvati secondo la tradizione Satyananda Yoga.

Ha mantenuto un contatto costante con le attività del centro salentino Satyananda Yoga Sud condotte da Swami Suryamurti Saraswati.

Diplomato presso la Federazione Mediterranea Yoga (Catania) a conclusione del Corso di formazione quadriennale per insegnanti di Yoga secondo la Tradizione Van Lysebeth con gli insegnanti Wanda Vanni, Willy Van Lysebeth, Antonio Nuzzo e Gianni Pellegrini.

Ha inoltre frequentato diversi seminari di yoga tenuti da importanti maestri europei come Patrick Tomatis, Claudio Conte, Patrick Torre, Philip Djohairikian e Ramanuja Acharya Das. Segue regolarmente le lezioni tenute da Wanda Vanni.

Dal 2010 organizza e conduce corsi di yoga seguendo la missione di insegnamento del suo maestro Giovanni La Salvia. È il fondatore de Il Giardino di Shiva, centro di yoga e meditazione nel centro storico di Cosenza che dal 2013 diffonde la cultura yogica attraverso l'organizzazione di corsi, seminari e ritiri.

Swami Asokananda

1 - Il ruolo della Buddhi nel raggiungimento di Citta Vritti Niroda

Descrizione: La Bhagavad Gita ci insegna l'importanza della buddhi – la nostra intelligenza discriminante – nella nostra vita spirituale. La buddhi determina ciò a cui prestiamo attenzione e ciò che è importante per noi. Quando la buddhi è chiara sulla nostra direzione, troviamo la perseveranza, il coraggio e la resilienza per superare tutti gli ostacoli e per perseguire con tutto il cuore il nostro Obiettivo spirituale.

2 - "Approfondire la consapevolezza spirituale attraverso l'Hatha Yoga"

Descrizione: L'autorevole testo, l'Hatha Yoga Pradipika, afferma chiaramente che lo scopo delle posizioni yoga (asana) e delle pratiche di respirazione (pranayama) è quello di sostenere il ricercatore a raggiungere l'obiettivo dello yoga: l'acquietamento delle onde di pensiero nella mente (citta vritti nirodaha). I maestri di yoga hanno creato la scienza dell'Hatha Yoga principalmente per condurci in una vita più profonda e sottile. Questa lezione

di Yoga Integrale hatha è concepita come un'esperienza meditativa per portare la consapevolezza del Sé oltre il corpo e la mente.

Meditazione - Fare amicizia con la tua mente

Tre fasi di pratica per una meditazione più profonda

Descrizione: La maggior parte di noi ha abbastanza stress nella nostra vita. Non facciamo della meditazione un'altra cosa difficile da fare. In questo workshop esploreremo:

- C'è un modo più efficace per esercitarsi che cercare di fermare i pensieri?
- Come mantenere la mente concentrata
- Posso mantenere la mia pratica piacevole e stimolante anno dopo anno?

Swami Asokananda introdurrà un semplice approccio alla meditazione in tre fasi che ha mantenuto la sua meditazione interessante, significativa e rigenerante per oltre 50 anni.

BIO

Swami Asokananda, monaco dal 1975, è il Presidente e Direttore Spirituale del New York Integral Yoga Institute, nonché uno dei più importanti insegnanti di Yoga Integrale, che condivide la saggezza del suo Guru, Sri Swami Satchidananda in tutto il mondo. Gli piace condividere la saggezza pratica della filosofia yogica (in particolare la grande scrittura indiana, la Bhagavad Gita) e ama anche la pratica dell'Hatha Yoga. È uno dei principali istruttori di Integral Yoga per i corsi di formazione per insegnanti di Hatha Yoga intermedi e avanzati. Attualmente è presidente dell'IY Institute di New York City. Prima di questa posizione, è stato Presidente del Satchidananda Ashram-Yogaville® e di Integral Yoga® International.

Driss Benzouine

1 - Shakti Yoga: una danza medicina

Una pratica di meditazione in movimento pensata per risvegliare e realizzare tutto il nostro potenziale Prana Shakti. Asana, pranayama e dhyana praticati come danze della femminilità.

2 - Yoga terapeutico

La preparazione alla pratica degli asana combina visualizzazione, concentrazione e allenamento, migliorando tecnica e prestazione.

Upa Yoga prevede esercizi specifici per eccellere nella pratica degli asana:

1. Preparare corpo e mente.
2. Migliorare equilibrio e stabilità.
3. Aumentare la flessibilità di muscoli e fasce muscolari.
4. Ottimizzare allineamento dinamico e pavimento pelvico.
5. Sviluppare un centro forte e addominali potenti.

BIO

Da 20 anni è formatore di insegnanti di yoga in Marocco e in Francia, dove organizza anche corsi di sviluppo personale. Driss è un formatore di insegnanti di yoga dal 1994, laureato presso l'Istituto di Yoga Integrare Andrée Van Lysbeth dal 1986 e della Federazione Francese di Yoga Viniyoga con François Lorin dal 1996. Essendo Presidente dell'Associazione marocchina di yoga per 15 anni, ha potuto incontrare diversi stili e scuole di yoga e i loro rappresentanti in Europa.

È inoltre psicoterapeuta a mediazione corporea: laureato in Rebirthing dal 1999 da Ronald Fuchs e Diana Roberts; e nel lavoro psico-corporeo in linea con la psicologia umanistica e transpersonale. Ha condotto vari seminari di formazione in Francia e in India, a Puna, dal 1990. Insegna in corsi di gruppo, individuali e conduce stage di yoga e sviluppo personale a livello internazionale: Marocco, Francia, Isola della Riunione, Canada, Norvegia, Spagna. Organizza anche stage e ritiri nel deserto marocchino, associando il suo lavoro di sviluppo personale con la trance degli gnaoua.

Si inserisce nella corrente tantrica dell'Hatha Yoga e nella via Sufi, attraverso la sua esperienza con maestri tradizionali in India e in Marocco. Grazie all'integrazione di queste esperienze ha sviluppato un approccio singolare in cui utilizza gli strumenti dello yoga e del sufismo: il suono, il respiro, il movimento, la meditazione dinamica e silenziosa... per un approccio sperimentale alla psicologia umanistica e transpersonale.

Françoise Berlette

1 - La centratura della mente

Purificare, elevare e generare la felicità della mente

2 - La centratura dell'individualità

Svayambhu: fondarsi su sé stesso, e esprimere la luce della mente nell'interiorità e nell'esteriorità

BIO

Definisco lo Yoga come “Il Gioiello della Vita”, e la bellezza della Vita diventa splendente quando è illuminata dalla purezza della mente.

Un lungo percorso nella ricchezza del mondo dello Yoga, iniziato nella prima infanzia, essendo la figlia di Denise Van Lysebeth e avendo vissuto con André Van Lysebeth, che mi ha fatto da padre a partire dal '64.

Ho seguito il loro insegnamento per 40 anni e ho beneficiato della presenza di numerosi Swami che hanno soggiornato a lungo nella casa familiare. Primo fra tutti è stato Swami Satchidananda che ricordo con profondo affetto e ammirazione.

47 anni di formazione Insegnanti, iniziato nel '78 presso la FIY e poi con la creazione di una Scuola (EFOA) dove si sono formati migliaia di insegnanti.

Basandomi sul pensiero del Tantra secondo gli insegnamenti ricevuti, dove lo Yoga non si pratica soltanto sul tappetino, bensì nel realizzare le piene potenzialità della mente e del prana nella vita, dove il corpo ne rappresenta il tempio, ho creato una Scuola di Yoga Posturale: come dal gioco delle potenze vitali espresse attraverso il corpo, si sviluppa un comportamento interiore psichico equilibrato e la luminosità della mente, e vice versa. Yoga è il magnifico dono della Vita.

Philippe Djoharikian

1 - Kryas de l'Himalaya

2 - Intensive de pranayamas

BIO

Philippe ha origini armene ma vive in Francia da molti anni. “Dopo la spedizione sull’Himalaya ho trovato la vera vita con Sadhu e Baba in India. All’inizio seguivo la Sadhana ma gradualmente lo Yoga mi ha dato la maggior parte delle risposte”. L’incontro di Philippe con lo Yoga avviene grazie a tanti anni passati come asceta sulle montagne dell’Himalaya in compagnia di anziani Maestri. Da loro ha imparato a condurre e considerare il corpo con consapevolezza; Philippe vive a Montpellier e la sua scuola di formazione Babaschool ha sede in un autentico tepee indiano, in mezzo a un bosco fuori città.

Gisa Franceschelli

1 - Evoluzione dal radicamento alla fluidità.

2 - Dalla volontà all'amore

Conferenza - L'importanza di inserire lo yoga in ogni ordine e grado di scuola

GISA FRANCESCHELLI

Laureata con lode in pedagogia, ha insegnato 35 anni nella scuola primaria e 5 nel liceo. Ha iniziato, durante l'adolescenza, a praticare hata yoga presso l'Accademia di Giorgio Furlan, subito dopo ha proseguito Kundalini yoga con il maestro Paolo Menghi (Har Pal). È insegnante di "Yoga integrale" (Swami Satyananda - Satchitananda) con diploma conseguito presso il Maestro Roberto Mattei.

Ha ottenuto il secondo livello di Reiki. Si è diplomata in "Yoga e donna" con l'insegnante Barbara Woehler. Ha effettuato percorsi di studio ed approfondimento con i Maestri: padre Antony Elenjmittam, Thich Nhat Hanh, Amadio Bianchi, Emy Blesio, Antonio Nuzzo, Gabriella Cella, Willy Van Lysebeth, dott. Bohle, Carlos Fiel e molti altri ai quali va la sua più profonda gratitudine per aver ricevuto utili e proficui insegnamenti.

Nel suo impegno nella scuola pubblica ha sempre utilizzato le tecniche ed i principi yogici integrandoli con la propria metodologia didattica, ritenendoli di grande utilità per la formazione degli studenti.

Da diversi anni si occupa della Formazione di insegnanti di yoga, in particolare di quella per bambini ed adolescenti.

Partecipa ai Congressi della "European Yoga Federation" e nel 2023 è stata relatrice al convegno mondiale a Ujjain (India) sul tema yoga per bambini ed adolescenti.

È presidente socio fondatore dell'associazione Sattva yoga, da 30 anni insegna yoga integrale ad allievi di tutte le età.

Ha pubblicato il libro La gioia di crescere con lo Yoga. Compendio didattico pratico di pedagogia yoga edito da Armando Editore.

Carlos Fiel

1 - Invocazione: come fare della mia pratica un gesto devozionale

Conferenza - Coltivando il silenzio: il seme del Samadhi

BIO

Carlos Fiel è nato a San Sebastian, città simbolo dell'indipendenza basca. Ebbe la fortuna di incontrare lo yoga grazie a Gerald Blitz, colui che ha veramente portato lo yoga in Europa, iniziando a praticare ancora adolescente. Blitz lo introdusse già nel 1978 nel mondo dei grandi maestri indiani in lunghi viaggi in India, dove incontrò Krishnamacharia e altri nomi sacri della spiritualità indiana, recandosi in India altre dodici volte per approfondire la conoscenza dello Yoga. Sempre in quegli anni venne in contatto con la tradizione buddista tibetana e, nel 1982, ricevette l'ordinamento di monaco zen.

Carlos ha alle spalle studi di medicina e una grande passione per la musica. La sua sadhana personale ruota attorno alla ricerca psico-anatomica e psico-somatica, che insieme alla "medicina evolutiva" sono stati il contenuto accademico esposto in conferenze in diverse università, sia in Spagna che all'estero.

Una esperienza che lo ha fortemente influenzato lo vede fondare, con suo fratello Emilio, la Comunità dell'Arcobaleno, il primo esperimento in Spagna di Comune sociale a livello europeo, che crebbe e si diffuse in Europa tra il 1980 e il 1995. In quello stesso periodo, 1980, fondò la Sadhana School of Yoga, centro di formazione per insegnanti di yoga e terapie psico-corporee, con sede anche a Livorno. Attualmente Sadhana conta otto scuole di formazione, dodici formatori e più di duemila insegnanti formati nel corso di questi anni.

La sua pratica e la sua visione dello yoga sono arricchite dai contributi della medicina, delle neuroscienze e di diverse visioni terapeutiche. Il suo lavoro personale si concentra sulla meditazione e deriva da un lungo sviluppo sia sul buddismo zen, tibetano che sul mondo Theravada, dove si è concentrato negli ultimi quindici anni. Da sempre viaggia tantissimo in Oriente, sia in India come in Birmania, Thailandia, Corea o Vietnam. Dice "La ricerca della serenità, della comprensione e della compassione sono tre degli obiettivi più belli che l'essere umano possa porsi. Per questo è necessario che i nostri corpi si facciano grembo e non corazza. Il desiderio di benessere condiviso è la qualità della materia vivente»

Swami Krishnapremananda

1 - Esplorare Agya Chakra attraverso l'uso di mantra, pranayama, bandha, asana e quiete

2 - Aprirsi alla spaziosità utilizzando asana, pranayama, mantra e meditazione

Conferenza – "Diventare amici della mente: essere leggeri con concetti, credenze e opinioni"

BIO

È insegnante senior presso il Mandala Yoga Ashram (www.mandalayogaashram.com), dove svolge un ruolo chiave nel supportare e prendersi cura del benessere spirituale e pratico dell'Ashram.

Con oltre 25 anni di pratica costante, è diventato un insegnante esperto e ispiratore, caratterizzato da una presenza saggia, umile e gentile. Oltre a insegnare nell'Ashram, tiene seminari nel Regno Unito e in Europa.

Descrive il suo percorso spirituale come un "toccare il fondamento dell'esistenza", un "abbandono al Divino" e un "ritorno a casa", esprimendo profonda gratitudine per le molteplici benedizioni ricevute lungo il cammino.

Il suo principale percorso yogico è una combinazione di Bhakti Yoga (lo Yoga del Cuore) e Gyana Yoga (il Sentiero della Saggezza e della Conoscenza), integrando le principali vie dello yoga in una pratica armoniosa.

Oltre all'insegnamento dello yoga, è anche consulente professionale, celebrante di funerali indipendente, doula della morte e facilitatore di cerchi sul lutto e Death

Cafés (<https://www.chrisevans-celebrancy.co.uk>). Queste competenze arricchiscono la sua naturale empatia, sensibilità e capacità di guidare le persone nel loro percorso spirituale.

Gioia Lussana

1 - Lo yoga nasce contemplativo.

2 - Yoga nelle origini e l'impronta del samādhi dal Pātañjalayoga al tantrismo non duale

BIO

Indianista, insegnante yoga (Y.A.N.I.) e docente formatrice presso diverse scuole di formazione e post-formazione per insegnanti yoga in Italia.

Nel 1980 si è laureata cum laude in Filosofia all'Università Sapienza di Roma, discutendo una Tesi di Indologia con Raniero Gnoli e Raffaele Torella. Nella sua Tesi ha approfondito in particolare il tantrismo kaśmīro di matrice śivaita non duale.

Nel 1987 è stata co-fondatrice dell'A.ME.CO (Associazione per la Meditazione di Consapevolezza) con Corrado Pensa e per oltre 20 anni ha approfondito la meditazione vipassanā con esponenti qualificati del buddhismo contemporaneo.

Dal 2013 ha ottenuto il patrocinio dell'ISTITUTO ITALIANO DEGLI STUDI ORIENTALI DELL'UNIVERSITÀ SAPIENZA DI ROMA per l'organizzazione di cicli di seminari di studio sui testi tantrici. Finalità di tali seminari, da lei condotti assieme a Raffaele Torella, è lo studio e

la divulgazione della tradizione testuale indiana collegata alla pratica yoga. Nel 2015 ha conseguito il dottorato di ricerca in Civiltà e Culture dell'Asia (Tutor Raffaele Torella), con una tesi sul significato dello yoga nel tantrismo hindu delle origini.

Nel 2019 ha vinto il Grant della FONDAZIONE INDIA-EUROPA DI NUOVI DIALOGHI (FIND) con un progetto di ricerca sullo yoga del Kaśmīr.

Con Eric Baret e altri esponenti della tradizione del Kaśmīr è stata docente dei due bienni di post-formazione LO YOGA DEL SILENZIO a Genova (2019-2020 e 2020-2021).

È nel corpo docente del Master in Contemplative Studies (Università di Padova/Unione buddhista italiana (U.B.I.) 2023-24 e 2024-25.

Nel settembre 2023 è relatrice al Convegno “Che cos'è la meditazione?” del Monastero di Camaldoli (Associazione Mindfulness Project e Pontificia Università Gregoriana).

È nel corpo docente del Master in Neuroscienze e meditazione dell'Università di Udine 2024-2025.

Tiene a Roma regolari corsi di yoga, ispirati alla tradizione non duale del Kaśmīr medievale.

PUBBLICAZIONI RECENTI

- La Dea che scorre. La matrice femminile dello yoga tantrico, Om Edizioni, Bologna 2015
- Lo yoga della bellezza. Spunti per una riformulazione contemporanea dello yoga del Kaśmīr, Om Edizioni, 2021

Carla Nataloni

1 - Lo yoga ormonale e la sua efficacia

La tecnica dello yoga ormonale è studiata per rimettere in equilibrio gli ormoni, che regolano l'andamento dinamico del nostro benessere e che alterano la nostra vita in momenti cruciali. Una pratica in grado di riattivare in modo naturale la produzione ormonale da parte delle ghiandole endocrine (tiroide, ipofisi, ghiandole surrenali e gonadi). Stimola il risveglio e l'equilibrio dell'organismo, riducendo anche ansia e stress. Possono trarne beneficio le donne che soffrono di sindrome premestruale o stanno affrontando la menopausa, gli uomini molto stressati o in andropausa o con un calo del desiderio, le coppie che hanno difficoltà ad avviare una gravidanza, ma anche chi ha familiarità con il diabete o vuole mantenere in salute il sistema immunitario.

2 - La libertà, l'indipendenza e la perfezione attraverso lo yoga di swami sivananda

"Le asana rafforzano, liberano dalle malattie e rendono flessibili." Hatha Yoga Pradipika
Non vi è alcun limite di età per chi desidera praticare yoga. Le asana vengono eseguite lentamente respirando in modo profondo e consapevole, rafforzano il corpo e hanno effetti positivi sulla mente e sull'anima. Controllando i movimenti della mente, siamo in grado di eliminare gli schemi negativi di pensiero e raggiungere lo stato meditativo trascendentale (samadhi). Il samadhi è l'unione beata con il Sé Supremo e porta all'esperienza diretta e intuitiva dell'Infinito. E' un'esperienza spirituale molto profonda che non può essere descritta a parole né afferrata dalla mente. Nel samadhi i sensi, la mente e l'intelletto cessano di funzionare. La consapevolezza si espande e trascende tempo, spazio e causalità. Ci si rende conto che la presenza divina pervade tutti gli esseri viventi. Si fa esperienza di una pace e di una gioia profonda e ci si sente tutt'uno con l'universo.

BIO

Pratica yoga da oltre trent'anni, insegna Hatha Yoga della tradizione Sivananda da venti e quando ha incontrato la Maestra Dinah Rodrigues, ha deciso di seguirla in varie parti del mondo per ricevere i suoi insegnamenti di yoga ormonale per la donna, per l'uomo, per il metabolismo e per il sistema immunitario.

Ha sperimentato su me stessa i grandi benefici dello yoga ormonale e le è sembrato indispensabile divulgare questa pratica il più possibile, in diverse città in Italia, ponendomi la fianco delle donne, in ascolto dei loro bisogni" (dalla Presentazione dell'edizione italiana, da me curata, del volume YOGA ORMONALE di Dinah Rodrigues, FABBRI EDITORI).

Collabora con centri contro la violenza sulle donne; insegno yoga ai bambini diabetici; yoga sulla sedia; massaggio Thai di Yogaterapia applicata; fa parte di numerosi progetti di welfare aziendale, di un gruppo internazionale di ricerca, organizza ritiri residenziali. Ha partecipato come docente al Master di Yoga della Longevità e al Master Longevità in Salute organizzato dall'associazione La Grande Via fondata dal Dottor Franco Berrino e Enrica Bortolazzi.

In collaborazione con Dinah Rodrigues conduce i corsi di specializzazione di yoga ormonale per la salute della donna.

Gianni Pellegrini

1 - Disvelare la parola yoga.

2 - Yoga è samādhi! Eseggesi teorico-linguistica di Yogasūtra 1.2

BIO

Gianni Pellegrini è professore associato di Filosofie e Religioni dell'India e dell'Asia Centrale e di Lingua e Letteratura Sanscrita presso il Dipartimento di Studi Umanistici dell'Università di Torino.

Dopo 16 anni di specializzazione in sanscrito a Varanasi, è insignito del premio internazionale Sanskrit Saraswati Award nel 2012 (Heidelberg-Delhi). È specializzato in testi filosofici di ispirazione metafisica e logica, nonché nella tradizione ermeneutica dei testi arcaici di yoga.

Tra le sue pubblicazioni ricordiamo: *Symboles du monothéisme hindou* (Paris 2013) e (con F. Squarcini) *Yogasūtra* (Einaudi, Torino) 2016 e *Meanings out of Rules* (New York-Zurigo, 2018).

André Riehl

1 - NIDRA YOGA: Rilassamento dello Spirito: détente du cerveau et entre deux pensées

2 - MANTRA YOGA: Etude vibratoire de l'alphabet sanskrit et du silence mental

Conférence: L'esprit peut-il être silencieux? Concentration, Méditation, Contemplation

BIO

Inizia a praticare yoga nel 1963 e approfondisce lo studio intensamente a partire dal 1972. Vive inizialmente in un monastero nell'Himalaya, per poi trascorrere un periodo di vita errante sulle strade dell'India, incontrando diversi maestri tradizionali con cui studia aspetti specifici del loro insegnamento.

L'incontro con Kashmiri Babu, un asceta errante della tradizione shivaista, segna un momento fondamentale della sua ricerca spirituale. Profondamente influenzato dagli insegnamenti di J. Krishnamurti e Sri Ma Ananda Mayee, esplora due aspetti essenziali del cammino spirituale: il discernimento e la relazione. Ma è l'incontro decisivo con Chandra Swami, asceta della tradizione brahmanica Udasin, a permettergli di integrare pienamente tutti gli insegnamenti ricevuti.

Di ritorno in Francia, dedica diversi anni allo studio della pedagogia dello yoga secondo le scuole di Swami Shivananda, Lucien Ferrer, Nil Haoutoff e Sri T.K.V. Desikachar, prima di iniziare a insegnare lui stesso.

È autore de "Il Principe delle Foreste", un adattamento del Râmâyâna, di due videocassette sullo yoga tradizionale e di due CD di canti sanscriti (Mantra Sadhana e Vâkya). Inoltre, ha tradotto una decina di libri sulla ricerca interiore. Nel 1992 viene nominato presidente della Federazione degli Yoga Tradizionali, attraverso la quale fonda diverse scuole di formazione in Francia (Toulouse, Parigi, Bretagna, Le Mans, Biarritz, Montpellier) e in Svizzera.

Parallelamente, contribuisce alla creazione di due importanti fiere alternative a Parigi: "Vivre et Travailler Autrement" (Salone delle Alternative Sociali e Solidali) e "Santé Autrement" (Salone delle Medicine Complementari e Pratiche di Salute Tradizionali), dirigendone la programmazione per dieci anni.

Autore di numerosi articoli su riviste specializzate e divulgative, partecipa a trasmissioni radiofoniche ed è spesso ospite di conferenze nazionali e internazionali.

Animato dal desiderio di preservare e trasmettere la cultura yogica autentica, propone insegnamenti che uniscono conoscenze ancestrali e saperi contemporanei, attraverso corsi, seminari, cicli di formazione e viaggi in India.

Il suo approccio all'insegnamento integra diverse pratiche per armonizzare corpo, mente e spirito:

- Lavoro corporeo ed energia dinamica
- Respirazione consapevole e sviluppo del respiro
- Rilassamento profondo e consapevolezza onirica
- Intuizione e concentrazione
- Espansione e controllo delle facoltà sensoriali
- Canto sanscrito e silenzio interiore
- Studio dei testi tradizionali

Attraverso questi strumenti, il suo insegnamento aiuta a comprendere e integrare le diverse dimensioni dell'essere umano e del suo rapporto con il mondo.