

# **LA SCIENZA DELLA VITA**

## **Lo Yoga e l'Āyurveda**

**Autore: Amadio Bianchi**

Editore: SpazioAttivo edizioni – Thiene (VI)  
0445 1746968 – 349 5131042 - info@spazioattivo.it

Collana: Hamamcafé – corpo e spirito

Luogo di pubblicazione: Vicenza - Italia

Data di pubblicazione: Settembre 2010

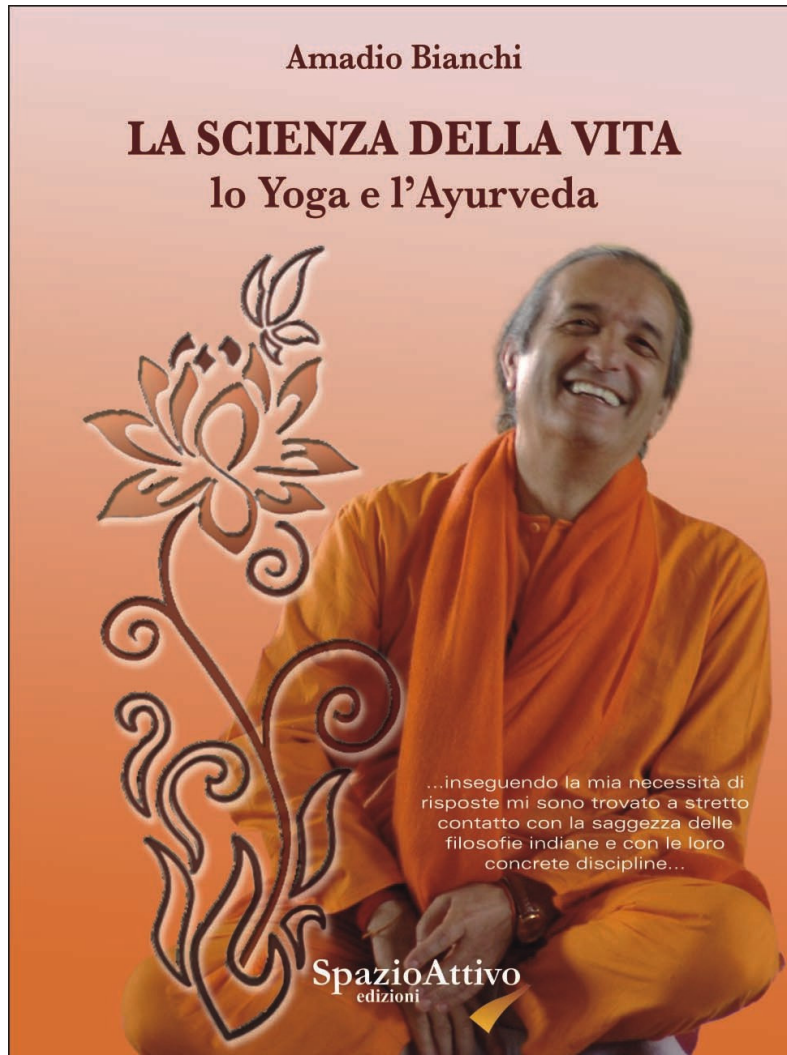
ISBN: 978-88-97024-00-2

Formato 16,5 X 22

Pagine 240

Legatura in broccatura

Prezzo di copertina = € 20,00



“Esiste solo una verità, ma i saggi la chiamano con diversi nomi”.

“Ogni disciplina, scientifica o metafisica, ha come base una interpretazione filosofico-matematica della natura e delle sue regole che la caratterizza e la distingue. Così è anche per la medicina indiana più tipica: l'Āyurveda.”

“L'Āyurveda è soprattutto maestro di conoscenza di una filosofia di vita onnicomprensiva, che tratta e descrive la scienza e la tecnologia del fenomeno della creazione, della preservazione e della emancipazione del processo di vita universale.”

“Siamo consapevoli che tutto il patrimonio di conoscenza dei *Veda* si rivela di importanza vitale nel mondo d'oggi, in quanto esso è in grado di indicarci una strada che conduce al superamento di tutte le sofferenze fisiche e mentali.”

L'idea di questo libro parte dalla raccolta di una serie di scritti particolarmente significativi del Maestro Amadio Bianchi.

Ne nasce una analisi approfondita della disciplina dello Yoga e della medicina ayurvedica, attraverso lo studio dei diversi aspetti, teorici e pratici, del sistema di cura più antico del mondo.

Un percorso evolutivo della “scienza della vita”, il suo significato, le tecniche di rilassamento, la respirazione, il benessere della colonna vertebrale, gli occhi, il cuore, percorrendo lo studio della medicina tradizionale ayurvedica, i principi sui quali si basa la ricerca di un equilibrio per il mantenimento di una salute assoluta, dalla dieta alle terapie di purificazione, dal massaggio alle pratiche per alleviare i dolori più comuni.

Alcune tecniche presentate sono state estratte dalle lezioni o da conferenze pubbliche tenute dal Maestro in Italia e all'estero.

L'Āyurveda, in occidente, è stato per molto tempo considerato come una scienza esoterica. Eppure si tratta di una scienza della vita, pratica e soprattutto semplice, ed i suoi principi sono universalmente applicabili a tutti gli aspetti del nostro quotidiano. Una scienza che si occupa di ogni elemento ed ogni aspetto della vita umana, e non solo, offrendo una visione approfondita, affinata nell'arco di molti secoli, a beneficio di tutti coloro che cercano una vita in armonia con la natura, una vita di pace e longevità.

La scienza dello Yoga, molto popolare in tutto il mondo, è fortemente e intimamente connessa con l'Āyurveda e con tutta la medicina naturale ad essa collegata. Le due scienze, viste in modo differenziato solo in un occidente abituato a scindere e classificare, sono in realtà una unica cosa che risale alla ricerca e alla saggezza antica dei *Rishi* e alla loro Coscienza Cosmica. Una unica visione, appunto, semplicemente tradotta in “scienza della vita”.

Stiamo tutti vivendo in un tempo molto particolare, difficile per molti aspetti, che vede una sua strada possibile nell'integrazione di diverse culture e conoscenze umane. La crescita tra gli esseri umani passa attraverso l'unione, il confronto, l'interazione di tutte le conoscenze in fatto di salute e benessere. La “scienza della vita”, l'Āyurveda, è una di queste, ed essendo già di per sé un sistema integrato di diverse branche di specializzazione, dall'erboristeria, alla chirurgia, alla psicologia, si presta a questa unificazione.

Le conoscenze riportate in questo libro arrivano da testi antichi scritti in Sanscrito. Per questo i termini riportati sono stati rigorosamente trascritti dal Sanscrito attraverso l'uso dei diacritici (segni posti sopra o sotto ad alcune lettere), per permettere una corretta lettura e pronuncia.

Alcuni termini appariranno, sul presente testo, diversi dall'uso comune al quale siamo abituati, come ad esempio la parola stessa Āyurveda che è una parola maschile.

**L'autore.**

Amadio Bianchi, è presidente del Movimento Mondiale per lo Yoga e l'Ayurveda, della European Yoga Federation, della Scuola Internazionale di Yoga e Ayurveda C.Y. Surya, vicepresidente dell'International Yog Confederation di New Delhi, coordinatore generale del Movimento Mondiale per l'Ayurveda e della Confederazione Ufficiale Italiana di Yoga, ambasciatore della The World Community of Indian Culture and Traditional Disciplines, membro fondatore della European Ayurveda Association.

Vive e lavora a Milano ed è spesso unico conoscitore in Italia e in Europa dei metodi che pratica e insegna. Ha tenuto corsi in Italia, India, Grecia, Francia, Lettonia, Slovenia, Spagna, Svizzera, Croazia, Portogallo, Argentina, Romania, Polonia, Brasile, Bulgaria, Germania. E' entrato in contatto con il pensiero orientale pubblicando due quaderni di filosofia: "L'Evoluzione" e "I Simboli" che gli hanno permesso di scoprire la cultura indiana. Tiene corsi e conferenze un po' ovunque, dove presenta sistemi integrati, frutto della trentennale esperienza maturata a stretto contatto con la realtà psicofisica indiana, con luminari della scienza medica ayurvedica e monaci orientali, ed è spesso presente nei maggiori congressi in qualità di relatore.

Ulteriori informazioni presso l'editore:  
SpazioAttivo edizioni, via Zanella 3/c – 36016 Thiene (VI)  
Tel/fax 0445 1746968 – 349 5131042  
info@spazioattivo.it - www.hamamcafe.it