

STORIA  
TRADIZIONE  
FILOSOFIA  
PRATICA  
TRASFORMAZIONE



“Conoscere  
le radici per  
praticare con  
consapevolezza.”

MODULO 30H

# Tantra e Yoga

ORIGINI • TESTI • MAESTRI • EVOLUZIONE



TESTI  
SACRI

*Un viaggio attraverso il tempo  
per comprendere le radici,  
i principi e l'evoluzione dello Yoga  
dalle sue origini ai giorni nostri.*



FILOSOFIA



MAESTRI



TRADIZIONI



APPLICAZIONE  
NELLA PRATICA

*“La conoscenza  
dello Yoga illumina  
il cammino  
della pratica.”*



LEZIONI

Modalità video-lezioni  
on demand



DOCENTE

**Vanina Carta**

Laureata in Indologia  
e Filosofia dell'India

Per info e iscrizioni: [corsofilosofia.yoga@gmail.com](mailto:corsofilosofia.yoga@gmail.com)

STORIA  
TRADIZIONE  
FILOSOFIA  
PRATICA  
TRASFORMAZIONE



MODULO 30H

# Tantra e Yoga

ORIGINI • TESTI • MAESTRI • EVOLUZIONE

*Un viaggio attraverso il tempo per comprendere le radici,  
i principi e l'evoluzione dello Yoga dalle sue origini ai giorni nostri.*

*“Conoscere  
le radici per  
praticare con  
consapevolezza.”*

## PROGRAMMA

- 1 **Gli Antecedenti**  
Civiltà Vallinda e Civiltà Vedica
- 2 **Il Mantra Marga**  
le diverse correnti del Tantra
- 3 **Il Tantra moderato dualista**
- 4 **Il Tantra shaktico della Dea**  
le tradizioni Kaula, Krama e Trika
- 5 **I templi della Dea**  
Templi delle Yogini e Kamakhya
- 6 **Lo Shivaismo non dualista del Kashmir**
- 7 **Shivasutra e Spandakarika**
- 8 **Il Vijñanabhairava Tantra**  
La Pratyabhijñā
- 9 **Abhinavagupta e il Tantraloka**



*“La conoscenza dello Yoga  
illumina il cammino della pratica.”*



### LEZIONI

Modalità video-lezioni  
on demand



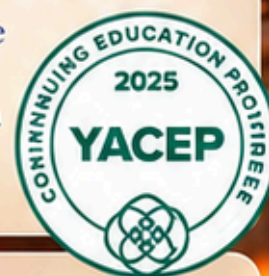
### MATERIALE DIDATTICO

Dispensa PDF  
Video lezioni  
Approfondimenti  
Esercizi di riflessione



### ATTESTATO E CERTIFICAZIONE

A conclusione del corso è possibile  
richiedere la certificazione  
**YACEP 30 ore** (Formazione Continua  
di Yoga Alliance).



### COSTO DEL CORSO

€ **150**



DOCENTE

**Vanina Carta**

Laureata in Indologia  
e Filosofia dell'India

Per info e iscrizioni: [corsofilosofia.yoga@gmail.com](mailto:corsofilosofia.yoga@gmail.com)