

# TRANSITANDO NEL BARDO

Un percorso nella visione della realtà relativa e assoluta non-duale.

La rivelazione del Bardo Thos-Grol, qui in occidente conosciuto come “Il libro tibetano dei morti” (ma il tema del trapasso è affiancato da altre esperienze esistenziali) fa parte degli insegnamenti del Buddhismo Tibetano Vajrayana, ma è influenzato dalla religione sciamanica Bon, la religione tibetana antecedente l'arrivo del buddhismo in Tibet.

Il suo insegnamento è di natura universale, il simbolismo che lo permea serve solo a raccontare la mappa cosmologica dell'esistenza, e indica la via per evolvere verso stati più espansi e sottili di coscienza, ad allargare la percezione fino all'affiorare della realtà assoluta e così uscire dal ciclo incessante di morte e rinascita (samsara), testimoniare la libertà.

Ma **Transitando nel Bardo** non è un percorso nel buddhismo. Bardo è un termine che indica i diversi tratti del ciclo dell'esistenza e in questo corso interagiranno con essi attraverso visioni e pratiche dello Yoga, del Buddhismo e della metafisica Advaita

Il Bardo descrive l'esistenza come un grande cerchio, una grande ruota (samsara) e divide questo cerchio, questa ruota in sei diversi segmenti, sei tratti di percorso che si susseguono senza interruzioni, dove il principio mentale fluisce in un continuo circolare. Il periodo, lo spazio che va da un punto all'altro di ogni segmento è chiamato Bardo, o stato intermedio e delinea un'esperienza esistenziale specifica, una delle sei cui la coscienza identificata sperimenta nel Samsara.

Gli stati intermedi che suddividono questa “ruota dell'esistenza” (Samsara) sono i seguenti: Bardo del momento della morte, (Non-Bardo) Esperienza della Vacuità, Bardo Luminoso del dopo morte, Bardo della Rinascita, Bardo della Vita Terrena, Bardo dello stato di sogno, Bardo dello stato di meditazione.

Transitando nel Bardo si snoda attraverso contemplazioni e meditazioni che indagano la realtà relativa di questi sei stati e che gettano le basi per l'indagine di quella assoluta che li trascende. Attraverso la rivelazione del Buddhismo tibetano Vajrayana, contempleremo i transiti del momento della morte e del dopo-morte fino a nuova rinascita. Queste meditazioni sono fondamentali per saperci orientare quando ci troveremo soli a transitare nell'immensità del cosmo. Con l'esposizione dello Yoga invece sarà analizzata l'anatomia sottile dei corpi eterici e il loro funzionamento, con apposite tecniche dello yoga tantrico interagiranno con le energie che circolano all'interno e impareremo a canalizzarle. L'indagine contemplativa per ultimo, si svolgerà attraverso esplorazioni profonde che aprono all'essenzialità del buddhismo, dello yoga e soprattutto della metafisica non-duale advaita.

Per chi fosse interessato, il percorso sarà presentato con la prima sessione di pratica (gratuita) **Lunedì 25 Settembre dalle ore 20:00 alle ore 22:15** (venite in abiti comodi). Il Corso è a cadenza bimensile, le sessioni si terranno il Lunedì sera (due volte al mese) a partire dalle 20:00 fino alle 22:15 circa.

## **CONDUCE IL CORSO:**

### **FABIO SURIA:**

Orientato inizialmente verso la via del Naguismo tolteco, in seguito si trasferisce in India, a Tiruvannamalai (Tamil Nadu), dove nel periodo tra il 1993 e il 2005 apprende i principi di diversi sistemi Yoga per poi seguire e approfondire l'insegnamento della corrente tantrica, il Kundalini Tantra Yoga, e soprattutto della metafisica Advaita secondo l'insegnamento di Sri Ramana Maharshi direttamente nel suo ashram (Sri Ramanashramam).

Praticante della meditazione Vipassana della tradizione del buddismo Theravada, in India si diploma nel 1997 come insegnante di Yoga presso lo Yoga Institute Vivekananda Kendra di Bangalore (India del sud).

Questi ultimi mesi sono stati profondamente dedicati alla ricerca, allo studio e alla pratica meditativa del Bardo Thos-Grol, conosciuto in occidente come il libro tibetano dei morti.

"Un grammo di pratica è meglio di una tonnellata di teoria" (Swami Sivananda)