



## NON SAPEVO DI SAPERE

Psicologia yoga, intuizione, meditazione. Teoria e pratica

ISBN: 88-95120-32-4

2012 - cm. 15x21 - pp. 148 - € 18

MATTEO KARAWATT

*Matteo Karawatt, nato in India, ha compiuto studi di Filosofia, Teologia, Psicologia e Psicologia Analitica in India, Germania e Italia. Oltre alla prassi clinica insegna Filosofia Indiana e Psicologia presso le scuole di formazione per gli insegnanti di Yoga della Federazione Mediterranea Yoga. Da molti anni si dedica allo studio e all'approfondimento del rapporto tra psicologia e spiritualità. Ha pubblicato numerosi articoli dedicati all'argomento.*

### PRESENTAZIONE

Uno dei pregi di questo testo è quello di far parte di un ambizioso quanto affascinante progetto dell'Autore: formulare una psicologia yoga, ovvero una psicologia basata sulle conoscenze teorico-pratiche tramandateci dalla tradizione indiana, quella yogica in particolare, che tanto accuratamente ha indagato la struttura dell'essere umano, per riportarci a una visione più ampia della realtà, a un contatto più diretto con la verità dell'essere.

Se vogliamo penetrare all'interno dell'essere umano dobbiamo recuperare innanzitutto la coscienza di ciò che l'essere umano è. Da sempre. "L'anima è il riflesso dello Spirito Assoluto, e come tale è identica all'Assoluto, come la goccia dell'oceano è identica all'oceano" (p. 11).

Lo yoga ci prende per mano e ci porta gradualmente a "ri-conoscere" la nostra identità con l'Assoluto, il nostro essere una cosa sola col Divino. Infatti lo siamo. Lo siamo da sempre. Ma tendiamo a dimenticarlo. Così come tendiamo a dimenticare che "l'uomo è un insieme di corpo, mente e anima". Che è un tutt'uno in sé stesso, un essere "programmato" per l'unificazione e non per la frammentazione.