

M° L'aura Rabellino

La “**Scuola**” inizia all'età di cinque anni presso l'orfanatrofio delle Suore di San Giuseppe specializzate nell'educazione femminile, con le quali termina la sua formazione, spirituale e non, all'età di 14 anni. Diplomata presso il Liceo Linguistico M. Vittoria di Torino nell'anno 1983.

Si dedica consapevole alla pratica del **Raja Yoga di Patanjali** all'età di 19 anni sotto la guida di Lisetta Landoni. Dopo nove anni di pratica su di se', riceve l'iniziazione al **Kriya Yoga** presso la Scuola della Federazione Kriya Yoga Maharishi Satyananda, successivamente viene abilitata alla trasmissione del Kriya e all'insegnamento dello Yoga ai bambini dal Guru Maharishi Satyananda che regge la Scuola.

Accanto a Wanda Invernizzi, bioenergetica, insegnante F.I.Y. e allieva di Carla Sgroi, riceve per quattro anni gli insegnamenti del Maestro Gerard Bliz e approfondisce gli **insegnamenti di Krisnamurti e Paramahansa Yogananda**.

Al fianco di Henrie Claudine allieva di Desikachar consolida la conoscenza degli **Yoga sutra di Patanjali**.

Segue seminari di **Yoga Ratna** e corsi di **specializzazione per preparazione a parto e puerperio, menopausa e terza età**, presso la Scuola di Yoga Surya Chandra della Maestra Gabriella Cella Al Chamali.

Master Tutor in massaggio antistress del Dott. G.Chetta. Utilizza il “con-tatto” che si crea attraverso il trattamento come strumento di trasmissione dei principi yoga. Arricchisce le tecniche di rilassamento e di **Yoga Nidra** grazie al prezioso contributo della Dott. Maria Grazia Cella, esperta gemmologa, attraverso corso di formazione in cristalloterapia. Dopo aver seguito regolarmente il corso parauniversitario presso l'Istituto Superiore di Formazione Insegnanti di Yoga successivamente alla discussione della tesi “**YOGA ED EMOZIONI**”, riceve il diploma nell'Ottobre 2000 con il primo incarico che segna l'inizio dell'insegnamento.

In tutti questi anni ha regolarmente seguito incontri, conferenze e seminari condotti da esperti di fama internazionale onde arricchire ed approfondire le proprie conoscenze teoriche e pratiche.

Madre di due figli che attualmente frequentano le scuole media e superiore che seguono i suoi corsi di yoga da alcuni anni è consapevole per diretta esperienza dell'importanza del supporto formativo ed educativo che lo Yoga offre nell'età dello sviluppo.

Consegue **master di Specializzazione per l'insegnamento dello yoga nelle scuole di ogni ordine e grado** presso l'Istituto Yoga Educational patrocinato dall'Unicef e dall'Università di Bologna, ove tiene laboratori esperienziali.

Aiuta Lorena Valentina Pajalunga a rifondare l'Ass. **Sportiva Dilettantistica Culturale Yoga Darsana Path** con sede in Vimercate col ruolo di vicepresidente fino al marzo 2005 quando si conclude l'esperienza e si dimette.

Laura e Lorena sono coautrici del “**Progetto Giocayoga**” sperimentato in orario curricolare in diverse scuole del vimercatese.

Il 21 marzo 2005 fonda la sua Ass. Sportiva Dilettantistica Culturale LILA YOGA, proseguendo il cammino nella nuova sede di Vaprio d'Adda Mi.

Trasmette l'insegnamento del Raja Yoga di Patanjali ad adulti seriamente interessati alla conoscenza di Se'. Tiene incontri e seminari, utilizzando il “Metodo Lila Yoga”.

Questo frutto maturato in vent'anni di sincera ricerca pratica sotto la guida di autorevoli insegnamenti di importanti maestri seguiti a lungo con Amore. **Si considera oggi un'educatrice al Servizio dell' Essere Umano e dei Valori che lo rappresentano.**

Nasce a Torino il 21.05.1965 – risiede a Vaprio d'Adda Via San Nicolo 12 –Tel: 02-90966312