

PATROCINI E RICONOSCIMENTI

“Il Silenzio, sorgente di Pace”, progetto di formazione intensiva di Studio e Pratica, ha ottenuto i seguenti prestigiosi patrocini e riconoscimenti:

- Patrocinio dell'Università Internazionale - Nazioni Unite - Per la Pace, Sede Italia, Roma
- Patrocinio del Comune di Padova
- Riconosciuto come PROGETTO DI FORMAZIONE CONTINUA da YANI (Yoga Associazione Nazionale Insegnanti)

INFORMAZIONI GENERALI

Numero di ore previste: 16

Margine di assenze consentite: 4

Numero di ore formative riconosciute dalla YANI: 16

Destinatari: Insegnanti e praticanti di Yoga e tutti coloro che hanno a cuore la conoscenza.

Verrà rilasciato ai partecipanti l'attestato di partecipazione con l'indicazione delle ore formative riconosciute.

SEDE

Padova - Casa del Fanciullo, Vicolo Santonini 12



YOGAYNSULA

Tiziana Fantuz

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

www.yogaynsula.it - info@yansula.it - 338 2169309

CORSI



Corsi di YogaYnsula multilivello a Padova

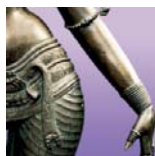
I corsi di YogaYnsula si svolgono tutto l'anno, sono strutturati in moduli composti da un numero definito di incontri e da un tema. Questo consente di ottimizzare i tempi ed i risultati attraverso un metodo di insegnamento innovativo e con salde radici nella tradizione: YogaYnsula.



Corsi di Yoga all'Università di Padova “Yoga e benessere in Ateneo”

Iniziati nel 2017, continuano con grande successo i corsi di YogaYnsula destinati al personale docente, ricercatori, tecnico amministrativo, assegnisti e dottorandi dell'Università degli Studi di Padova.

SEMINARI



Sequenze di Yoga per la donna: rigenerazione ed equilibrio ormonale

Una giornata dedicata alla donna, un percorso tra teoria e pratica, per acquisire importanti strumenti conoscitivi: la teoria Anatomico-Funzionale, le Sequenze di Yoga, l'Armonizzazione del femminile attraverso il Suono. Una straordinaria sinergia per conquistare benessere fisico e spirituale.

DOMENICA 19 MAGGIO 2019

Dalle 10.00 alle 18.00

c/o Ex Monastero Agostiniano del '400, ora Terme San Marco. Monteortone - Padova



Vacanza Yoga a Ischia

Chakra: energia individuale, energia universale

L'incontro con la potenza dell'energia fissato in tappe quotidiane, per entrare in contatto con le caratteristiche di ogni Chakra, attraverso un lavoro esperienziale sul piano fisico, psicologico, emotivo e spirituale.

Da SABATO 29 GIUGNO a VENERDÌ 5 luglio 2019

c/o luogo riservato con sole 14 camere a strapiombo sul mare. Forio - Ischia

IL SILENZIO, SORGENTE DI PACE

Ascoltare il silenzio, per accedere al vero Sé e vivere la dimensione profonda della pace e della libertà attraverso lo Yoga

Ideazione e coordinamento scientifico Dott.^{ssa} Tiziana Fantuz



DUE APPUNTAMENTI DI FORMAZIONE CONTINUA A PADOVA

SABATO 13 APRILE E SABATO 4 MAGGIO 2019

promosso da



YogaYnsula
Padova

Patrocinio



Comune di Padova

Patrocinio



Università Internazionale
- Nazioni Unite - Per la Pace,
Sede Italia, Roma

Progetto di studio e pratica approvato da YANI come Formazione Continua

OBIETTIVI

Due incontri dedicati al silenzio, tema fondante dello Yoga.

Sull'argomento, in un felice confronto: il messaggio dei testi sapienziali, delle moderne neuroscienze e della fisica quantistica, sperimentate attraverso una pratica di Yoga capace di tradurne il significato profondo.

La vibrazione del suono andrà a suggellare nell'intimo il vissuto.

La conoscenza intellettuale sarà compenetrata dalla pratica intensa e amorevole, in modo che l'intelligenza della mente diventi intelligenza del cuore.

*“Siedi ai bordi dell'aurora, per te sorgerà il sole.
Siedi ai bordi della notte, per te brilleranno le stelle.
Siedi ai bordi del torrente, per te canterà l'usignolo.
Siedi ai bordi del silenzio, Dio ti parlerà”.*

Vivekananda

RELATORI

DOTT. PAOLO AVANZO - Musicista e counselor
Formatore scuola insegnanti Yoga Isyco, fondatore del metodo "Biofonia".
Autore del libro Biofonia

PROF. ENRICO FACCO - Università degli Studi di Padova
Medico Specialista in Anestesiologia, Rianimazione e Neurologia
Studio senior, Dip. di Neuroscienze

DOTT.^{SSA} TIZIANA FANTUZ - Psicologa, insegnante di Yoga
Insegna Yoga all'Università di Padova, formazione F.I.Y. e R.Y.E.
Socia YANI dal 2000, ideatrice del metodo YogaYnsula

PROF. FABIO FRACAS - Università degli Studi di Padova
Docente di Fisica applicata alla Radioterapia e alla Radioprotezione
Dip. di Medicina

PROF. ANTONIO RIGOPOULOS - Università Cà Foscari Venezia
Docente di Lingua e Letteratura Sanscrita, Religioni e Filosofie dell'India
Dip. di Studi sull'Asia e sull'Africa Mediterranea

PROF. IVANO SPANO - Università degli Studi di Padova
Segretario Generale Università Internazionale - Nazioni Unite - Per la Pace,
Sede Italia, Roma

SABATO 13 APRILE 2019

9.15 **PROF. IVANO SPANO**
Introduzione - Motivi di un progetto su Silenzio e Pace

9.30 **PROF. ANTONIO RIGOPOULOS**
FOCUS SU YOGA E SILENZIO:
a partire dagli Yogasutra e oltre
TIPOLOGIE DEL SILENZIO A CONFRONTO:
la prospettiva vedica e brahmanica e quella buddhista

11.00 Conversazioni sul tema

11.30 **DOTT.^{SSA} TIZIANA FANTUZ**
YOGA, CONOSCENZA ESPERIENZIALE
*Il superamento dei condizionamenti,
tappe di decondizionamento attraverso
l'esperienza di spazi di silenzio:*
PRĀṆĀYĀMA - sospensione del respiro, inizio della centratura
PRATYĀHĀRA - sospensione del flusso dei pensieri, l'astrazione

13.00 Conversazioni sul vissuto

14.30 **DOTT.^{SSA} TIZIANA FANTUZ**
YOGA, CONOSCENZA ESPERIENZIALE
RILASSAMENTO GUIDATO:
pacificare la mente e rinnovare la consapevolezza profonda

15.30 **PROF. ANTONIO RIGOPOULOS**
IL LOGOS/PAROLA SBOCCIA DAL SILENZIO:
lo Shabda-Brahman e la teologia del suono (Vac)

SILENZIO E PACE:
shanti e prashanti

17.00 Conversazioni sul tema

17.30 **DOTT. PAOLO AVANZO**
LA VIBRAZIONE DEL SUONO
CANTO DELL'OM, IL PRANAVA MANTRA:
la vibrazione dell'OM, verrà accompagnata dal suono del tanpura

18.30 Conclusione

SABATO 4 MAGGIO 2019

9.30 **PROF. ENRICO FACCO**
IL SILENZIO DELLA MENTE:
ASPETTI NEUROPSICOLOGICI
*La meditazione tra Oriente e Occidente
La necessità di un approccio metafilosofico
Il cervello e la mente nella meditazione
Alla ricerca del Sé*

11.00 Conversazioni sul tema

11.30 **DOTT.^{SSA} TIZIANA FANTUZ**
YOGA, CONOSCENZA ESPERIENZIALE
La liberazione dai conflitti, varie profondità del silenzio:
DHĀRANĀ - la concentrazione rinchiude la coscienza in una singola area
DHYĀNA - maturare la contemplazione

13.00 Conversazioni sul vissuto

14.30 **DOTT.^{SSA} TIZIANA FANTUZ**
YOGA, CONOSCENZA ESPERIENZIALE
MEDITAZIONE - luogo di PACE

15.30 **PROF. FABIO FRACAS**
L'ENIGMA DELLA COSCIENZA
*I paradigmi della fisica quantistica
Ipotesi quantistiche nei processi biologici
Ipotesi quantistiche nei processi cognitivi
L'emergere della coscienza*

17.00 Conversazioni sul tema

17.30 **DOTT. PAOLO AVANZO**
LA VIBRAZIONE DEL SUONO
CANTO ARMONICO:
*tecniche vocali per esaltare i suoni armonici sottili
e giungere all'elevazione della coscienza*

18.30 Conclusione