

ISCRIZIONI

La partecipazione prevede il versamento di un contributo.
L'iscrizione entro il 28 marzo consente di usufruire di significativi sconti.

Contributo con sconto entro il 28 Marzo	Contributo intero dopo il 28 Marzo
€ 100,00 ad incontro € 180,00 per i due incontri	€ 120,00 ad incontro € 220,00 per i due incontri
Soci YANI € 95,00 ad incontro € 170,00 per i due incontri	Soci YANI € 115,00 ad incontro € 210,00 per i due incontri

Chiediamo la cortesia di far pervenire via mail la ricevuta del bonifico bancario; la data riportata fa fede per l'iscrizione.
Per la frequentazione è necessaria la tessera associativa.

Bonifico bancario: YNSULA - Intesa San Paolo
Causale: "Il silenzio, sorgente di pace"

IBAN: IT14 P030 6912 1691 0000 0000 574



YOGAYNSULA

Tiziana Fantuz

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

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

*"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

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



UNIPACE
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 tradurme 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.

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
Studioso 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:*

PRĀNĀYĀMA - 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