

Shylock Centro Universitario Teatrale di Venezia
in collaborazione con
Centro di Pastorale Universitaria S. Fosca - ESU di Venezia
Universita' Ca' Foscari Venezia

BIOFONIA: LO YOGA DEL SUONO
yoga del sentire, dell'ascoltare e del vedere
stage condotto da **PAOLO AVANZO**

sabato 19 e domenica 20 maggio 2018 ▲ sab 16.00-19.30 / dom 10.00-14.00



Biofonia utilizza il suono, la musica, la vocalità, il respiro consapevole, l'ascolto e il movimento ritmico al fine di armonizzare le energie interiori e di attivare i livelli creativi ed elevati dell'essere. Un approccio musicale per armonizzare gli aspetti psicofisici connessi a emozioni, sensazioni, immagini. Questa metodologia deriva in particolare dal *nada yoga* o *nadabrahma* indiano, forme di yoga sonoro che stanno alla base della musica indiana. Un percorso che ricerca l'individuazione dei suoni adatti al riequilibrio energetico di *Chakra* e *Nadi*, i condotti essenziali di distribuzione dell'energia vitale, dove fondamentale è il ruolo della voce che riceve l'influenza della mente e delle emozioni, in grado di armonizzarle con opportuni esercizi coordinati a specifici movimenti del corpo per rinforzare e "aprire" le energie. La vocalità come tema principale, attraverso esercizi di canto dei Raga classici indiani, delle formule mantriche, ma anche con un'esplorazione di tecniche di *canto armonico*, per una purificazione della mente e delle energie interiori, grazie all'utilizzo degli strumenti dal vivo. L'accostamento alla ritmicità indiana attraverso movimenti coordinati del corpo ha la funzione di condurre all'armonia psicofisica e stemperare le tensioni. Si toccheranno inoltre le tecniche di *Educazione visiva* e di *Yoga per gli occhi*, volte a rilassare le tensioni mentali legate alla vista e a guidare il praticante in un itinerario di consapevolezza sul corretto funzionamento degli occhi e del vedere.

Lo stage si svolgerà a Venezia presso il
Centro di Pastorale Universitaria S. Fosca, Cannaregio 2372,
è aperto a max 13 partecipanti, italiani e stranieri.

Chiusura iscrizioni 18 maggio

IMPORTANTE

Al termine del percorso verranno rilasciati *Attestato di frequenza* e *Crediti formativi*, se richiesti

CONSIGLI UTILI

Vestiti comodi e, possibilmente, portare una pallina da tennis o pallina di grandezza simile. Importante che 'rimbalzi'.

Costi

Studenti 50 euro / Non studenti 75 euro.

E' inoltre obbligatorio il versamento della quota associativa annua di 25 euro (per chi non è ancora socio o non ha rinnovato la quota), con decorso dal giorno d'iscrizione, che comprende la copertura assicurativa, la partecipazione alle attività gratuite del Centro (seminari, sopralluoghi e visite guidate, incontri, performance, prove teatrali presso teatri cittadini, ecc.), oltre all'accesso agli altri percorsi formativi in programma.

E' possibile partecipare anche alla sola sessione di lavoro di sabato, con riduzione proporzionale della quota. Può partecipare alla sola lezione di domenica chi ha già frequentato almeno uno stage di Biofonia precedente.

PAOLO AVANZO

Fondatore del sistema "Biofonia" e autore del libro *Biofonia, lo yoga della musica*, Milano 2002. Diplomato in *Nada Yoga* e in *Nadabrahma Music Therapy System* con il Prof. Vemu Mukunda, laureato in Lingue straniere (Ca' Foscari-VE), Professoral Counselor (iscritto SICO) ad indirizzo Art-Counselor. Music therapist, allievo di Pandit Shivnath Mishra in Sitar, ha studiato anche con P. Ravi Shankar e con Buddhadytya Makerjee; diplomato presso il Conservatorio Pedrollo di Vicenza in Culture Musicali extraeuropee-indirizzo indologico, ha seguito fra il 1980 ed il 1996 molti corsi presso la IISMC (Istituto Interculturale di Musiche Comparate) di San Giorgio-VE, fondato da Alain Danielou. Ha studiato Vocalità Hindustana con Laxman Prasad M. e canto carnatico con R. Raganatam; ha studiato canto difonico e armonico con Tran Qiuhan Hai; ha preso parte a seminari con F. Leboyer e presso la Academy of Indian Music di Varanasi (India). Conduce corsi di Biofonia e lavori sul suono dal 1993; tiene concerti di ricerca e di musica classica indiana dal 1991.

INFORMAZIONI, PRENOTAZIONI E ISCRIZIONI

Shylock Centro Universitario Teatrale di Venezia

segreteria c/o ESU di Venezia,

Palazzo Badoer, Rio Terà, San Polo 2549, 1° piano - 30125 Venezia

giovedì 15.30-18.00 T 041 5241647 (durante orario indicato)

Contatti responsabile percorsi

Sabina Tutone | 349 2433209 lun>ven 14-18 | info@cut.it | www.cut.it