

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

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

**sabato 6 e domenica 7 giugno 2015** ▲ **sab 16.30-19.30 / dom 10.00-15.30**



*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. Quindi 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. L'accostamento alla ritmicità indiana attraverso movimenti coordinati del corpo ha la funzione di condurre all'armonia psicofisica e stemperare le tensioni. Si approfondirà inoltre l'attenzione verso 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 presso il Centro di Pastorale Universitaria S. Fosca, Cannaregio 2372 Venezia ed è aperto a max 15 partecipanti, italiani e stranieri.

## Chiusura iscrizioni 5 giugno

### CONSIGLI UTILI

Vestiti comodi, con uno scialle o un golf, e possibilmente portare una pallina da tennis o pallina di grandezza simile. Per chi già li possiede, gli occhiali traforati.

### 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 Buddhadyta 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 Comparete) 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.

### IMPORTANTE

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

### 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 | sabis\_2001@yahoo.it | 349 2433209 lun>ven 14-18 | info@cut.it | www.cut.it