

LO YOGA DEL SILENZIO

L'APPROCCIO DEL CORPO SECONDO LA TRADIZIONE DEL
KASHMIR COME TRASMESSA DA **ERIC BARET**

POST FORMAZIONE E ORIENTAMENTO

**10 WEEK END
NELL'ARCO DI 2 ANNI A GENOVA**

con

ERIC BARET
DOMINIQUE DECAVEL
GIOIA LUSSANA
STEFANIA REDINI
MARIE CLAIRE REIGNER



"Attività e pratica dello yoga non possono servire da via, poichè la coscienza non nasce dall'attività; è proprio l'opposto, è l'attività che ne consegue."

ABHINAVAGUPTA TANTRALOKA

PRESENTAZIONE GENERALE

Lo Yoga del Silenzio racchiude e offre la sintesi di ricerche maturate nel corso di 40 anni e infine confluite nello Yoga del Kashmir trasmesso da Eric Baret.

L'insegnamento di Eric Baret è il cuore vibrante di silenzio che, libero da forma e codificazioni, è l'ispirazione costante.

Un percorso unico per esplorare l'originale e sottile arte tantrica della postura e del respiro, che nel Kashmir toccò vette sublimi.

Diverse declinazioni della pratica saranno suggerite dalle esperienze uniche e dalla sensibilità dei conduttori Dominique Decavel, Stefania Redini e Marie Claire Reigner, che collaborano da almeno 15 anni con Eric Baret nella diffusione di quest'arte, mentre Gioia Lussana ci accompagnerà alla scoperta degli aspetti più vivi dei Tantra.



TAT Associazione Yoga Sportiva Dilettantistica

Via XX Settembre 2 - 16121 Genova - Italia - Tel. +39 010 592069 - C.F. 95132150103

info@yogagenova.it - www.yogagenova.it

CONDUTTORI

Oltre a **ERIC BARET**, che non necessita per voi di alcuna presentazione:

DOMINIQUE DECAVEL.

Una trascorsa attività nel campo della fotografia, nella quale è affiorata la ricerca estetica dell'attimo da vivere in quanto tale. L'incontro con Eric Baret ha profondamente indirizzato la sua vita. Sua assistente ed allieva, ha curato fra l'altro l'aspetto fotografico dei due volumi "Yoga, corps de vibration" e "Yoga, corps de silence".

GIOIA LUSSANA

Laureata in Indologia con R. Gnoli e R. Torella con una tesi filosofica sullo shivaismo kashmiro. PhD presso l'Università La Sapienza di Roma con una ricerca sullo yoga tantrico delle origini. Insegnante e formatrice di yoga, ha pubblicato saggi scientifici ed un libro (2017) sul tantrismo indiano.

STEFANIA REDINI

Da oltre trent'anni esplora lo Yoga, iniziando da tradizioni del sud dell'India (Gitananda, Shrihashyam). Il presentimento della tattilità si rivela col Do In Ankyo. Spiraldynamik, scienza del movimento, apre nuove prospettive e, contemporaneamente, l'incontro con la trasmissione di Eric Baret è il ritrovare "l'anello mancante".

MARIE CLAIRE REIGNER

Cercando l'ispirazione dapprima nella danza moderna, ha esplorato diverse tecniche somatiche (Ehrendfried, Alexander, Feldenkreis). Ha approfondito la ricerca sul movimento con alcune arti marziali cinesi interne. Dal 1994, l'incontro con lo Yoga del Kashmir che segue e propone con Eric Baret.

STRUTTURA

La post formazione si svolge **da gennaio 2018 a ottobre 2019**, sotto forma di **10 week end (moduli)** suddivisi in due anni, due moduli per ogni conduttore.

- **Un ciclo da 5 moduli nel 2018:** il dettaglio del programma qui sotto.
- **Un ciclo da 5 moduli nel 2019:** le date saranno comunicate a ottobre 2018.

Ogni modulo sarà della durata di 8,5 ore ciascuno:

SABATO: ORE 10.30 - 12.30; ORE 15.30 - 19.00

DOMENICA: ORE 9.00 - 12.00

Eventuali modifiche degli orari saranno comunicate per tempo.



TAT Associazione Yoga Sportiva Dilettantistica

Via XX Settembre 2 - 16121 Genova - Italia - Tel. +39 010 592069 - C.F. 95132150103

info@yogagenova.it - www.yogagenova.it

PROGRAMMA

20-21 gennaio 2018

con Eric Baret

Yoga del Kashmir

16-17 febbraio 2018

con Marie Claire Reigner

La pedagogia nell' esplorare gli aspetti tecnici e sottili della postura. La visione giusta per correggere, favorendo la direzione verso la globalità. Nella sensibilità che si sviluppa in asana, sorge l'esplorazione del respiro e della presa di coscienza del suo aspetto interiore (pranayama).

7-8 aprile 2018

con Dominique Decavel.

Le modificazioni dello stato di coscienza durante la pratica. Approfondimento di questo aspetto, anche alla luce delle conoscenze e dell'esperienza maturata con la professione di ipnoterapeuta, alla quale si è dedicata per le sue similitudini con la pratica.

19-20 maggio 2018

con Stefania Redini

Applicare i fondamenti della pratica trasmessa da Eric Baret con gli allievi. La progressione nella presa di coscienza dei meccanismi di resistenza muscolo-mentali e il rispetto della semplice fisiologia articolare dissolvono i conflitti.

20-21 ottobre 2018

con Gioia Lussana

Si propone di coniugare la conoscenza dei concetti ispiratori della tradizione kasmira medievale con un vissuto esperienziale attraverso il corpo. I primi testi oggetto di questo laboratorio teorico-pratico saranno il Vijnanabhairavatantra e Svabodhodayamanjari.

COSTO

190 euro ciascun modulo

1° ciclo 2018: **950 euro**

2° ciclo 2019: **950 euro**

MODALITA' DEL PAGAMENTO

Per il 1° ciclo:

- 475 euro da versare al 1° modulo (20-21 gennaio 2018)
- 475 euro da versare entro il 3° modulo (7-8 aprile 2018)

Per il 2° ciclo:

- le modalità di pagamento saranno comunicate a ottobre 2018 insieme alla comunicazione delle date 2019.



TAT Associazione Yoga Sportiva Dilettantistica

Via XX Settembre 2 - 16121 Genova - Italia - Tel. +39 010 592069 - C.F. 95132150103

info@yogagenova.it - www.yogagenova.it

PARTECIPANTI

La post formazione prevede un numero chiuso di circa **35 partecipanti massimo**.
Se le richieste di adesione fossero superiori è possibile che parta un secondo corso.

I partecipanti sono tenuti a partecipare a tutti i moduli di entrambi i cicli (10 moduli in tutto)
Eventuali assenze non potranno essere recuperate.

REQUISITI ISCRIZIONE

Per la partecipazione si terrà conto dell'"ANZIANITÀ" di frequentazione ai seminari di Eric Baret.

ISCRIZIONE

Per fare richiesta di iscrizione è necessario inviare una mail a:

info@yogagenova.it

Riceverete, via mail, la conferma dell'avvenuta iscrizione oppure la proposta per un successivo corso.

ATTESTATO

Alla fine del corso di post formazione (10 moduli) verrà rilasciato ai partecipanti un Attestato di Partecipazione al corso di post formazione e orientamento:

"LO YOGA DEL SILENZIO: L'APPROCCIO DEL CORPO SECONDO LA TRADIZIONE DEL KASHMIR COME TRASMESSA DA ERIC BARET"

ORGANIZZAZIONE E INFO

Tat Associazione Yoga - Genova Via XX Settembre 2/34

per avere ulteriori informazioni:

- scrivere a info@yogagenova.it
- telefonare al tel. + 39 338 6819175

SEDE DEGLI INCONTRI

presso: **Jakukai Dojo** - Via Fieschi 20a cancello - Genova



TAT Associazione Yoga Sportiva Dilettantistica

Via XX Settembre 2 - 16121 Genova - Italia - Tel. +39 010 592069 - C.F. 95132150103

info@yogagenova.it - www.yogagenova.it