

BODY-MIND LAB: HUMAN EMBODIMENT, SALUTE, ARTE DI VIVERE

*con la partecipazione di Richard Shusterman
(Florida Atlantic University)*

INTERVERRANNO:

Antonella D'Amico, docente di Psicologia, Università di Palermo

Pietro Di Fiore, medico specialista in Scienze dell'Alimentazione e in Medicina dello Sport, ASP Palermo

Elisabetta Di Stefano, docente di Estetica, Università di Palermo

Caterina Forte, insegnante del metodo Feldenkrais, Centro Forte Feldenkrais Milano-Palermo

Giuseppe Messina, docente di Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Università di Palermo

Cinzia Orlando, psicologa e psicoterapeuta, insegnante di Mindfulness, Centro Mindfulness Palermo

Dana Svorova, Ph.D, cultore della materia Estetica, Università di Palermo, insegnante Yoga 200 YogaAlliance

Salvatore Tedesco, docente di Estetica, Università di Palermo

Patrizia Turriziani, docente di Neuropsicologia, Università di Palermo

LABORATORIO TEORICO-ESPERIENZIALE (3CFU)
A.A. 2022/2023 PRIMO SEMESTRE (OTTOBRE-GENNAIO)



Università
degli Studi
di Palermo

ISCRIZIONI: dana.svorova@unipa.it

SUM Scienze
Umanistiche
UniPa

Il laboratorio “*BODY-MIND LAB: human embodiment, salute, arte di vivere*” ideato ed elaborato da Dana Svorova e promosso da Elisabetta Di Stefano e Salvatore Tedesco pone in stretto dialogo diversi campi del sapere per interrogarsi sulla natura umana in relazione al suo benessere psico-fisico, mettendo in luce l’interdipendenza tra mente e corpo da secoli considerati come separati. Solo da alcuni decenni l’inscindibilità mente-corpo è divenuta oggetto di un acceso dibattito culturale coinvolgendo diverse aree disciplinari come la filosofia, la psicologia, le neuroscienze, ecc. Il laboratorio si propone, quindi, di far dialogare i vari campi del sapere su una tematica di grande attualità per fornire una visione dell’uomo nella sua totalità. Un impianto teorico-esperienziale del laboratorio consentirà non soltanto di evidenziare la complessità dell’argomento dal punto di vista filosofico (filosofia body-integrated, estetica) e scientifico (psicologia, neuroscienze, scienze motorie) ma anche di stimolare ed esperire la consapevolezza di Sè attraverso diverse pratiche corporee come il metodo Feldenkrais, lo Yoga, e il Mindfulness, apportando un miglioramento nella vita di tutti i giorni. In tale percorso interdisciplinare conoscitivo-pratico verranno affrontate tematiche legate alla somaestetica, al concetto di embodiment, al movimento in relazione alla neuroplasticità, all’intelligenza emotiva, agli aspetti psicologici ed etici dello yoga, al potere del simbolismo sul piano body-mind, ecc. In tale contesto integrato la filosofia diviene strumento indispensabile di perfezionamento e di crescita personale. Al laboratorio prenderà parte anche il noto filosofo e fondatore della somaestetica Richard Shusterman.

Per la parte pratica corporea i partecipanti dovranno munirsi di un tappetino e indossare un abbigliamento comodo. Non è richiesta alcuna preparazione fisica specifica, ma buone condizioni di salute.

