

Yin e Yang, le due forze cosmiche all'origine della creazione, opposte e complementari, si trovano entrambe nell'**uomo** e nella **donna**. Una delle sfide più importanti della nostra vita è il raggiungimento del pieno sviluppo di tali energie, affinché esse possano interagire in modo armonico.

Per le filosofie orientali è invalso il concetto dello Yin (**femminile/ricettivo/lunare**) e dello Yang (**maschile/attivo/solare**) quali principi elementari dell'universo.

In Occidente, **C.G.Jung** con la sua speculazione intorno al concetto di **anima e animus**, ha spiegato che gli uomini possiedono un aspetto **femminile**(anima) e le donne un aspetto **maschile**(animus), sottolineando come la maggior parte di noi li abbia repressi mentre dovremmo imparare a riconoscere e sviluppare entrambi gli aspetti .

Nessuna cosa può essere completamente yin o completamente yang; ciascun principio infatti contiene il seme dell'altro.

Gli opposti sono solo la metà di un'unica entità, sono interdipendenti ed hanno origine reciproca come il cielo e la terra, la luce e l'oscurità, il bene e il male e nessuno di essi può esistere senza l'altro.

In questo stage di **Biodanza** esprimeremo sia l'energia maschile che quella femminile danzando il coraggio, la forza e la determinazione, ma anche la sensibilità, l'intuizione la tenerezza e l'accoglienza.

Quando l'individuo riesce a raggiungere in sé una condizione di equilibrio tra gli opposti elementi, conquista uno stato di **benessere** che permette di **vivere pienamente** la propria esistenza.



*"Solo in questo consiste per me la vita,
nel fluttuare tra due poli,
nell'oscillazione tra i due pilastri
portanti del mondo
Vorrei con gioia far vedere sempre la beata varietà
del mondo e anche sempre ricordare che al fondo
di questa varietà vi è un'unità"*

Herman Hesse



Costo 70 €
Informazioni
info@biodanzaedintorni.com
3474273724 – 3484112536
Iscrizioni
radhadesh@artinmovimento.com
3926990129
*Portate qualcosa di buono da
mangiare per dividerlo con gli altri*



Rosanna Voglino

Insegnante di Biodanza sistema RolandoToro è specializzata in Biodanza per bambini e adolescenti e Biodanza in ambito lavorativo. Ha dedicato la sua vita allo studio e alla ricerca di discipline volte alla crescita individuale e all'evoluzione sociale. Da molti anni pratica lo yoga, la danza naturale, la danza sacra, il massaggio olistico l'igienismo. Aderisce ad un metodo che è soprattutto una **filosofia di vita** tendente a restituire dignità e valore alla **sfera affettiva**.

Come **insegnante di lettere** ha sperimentato con successo l'integrazione del programma scolastico con la **Biodanza** ottenendo ottimi risultati sia sul piano del **rendimento** sia nelle **relazioni interpersonali**. Tiene corsi di aggiornamento per insegnanti e promuove progetti educativi nella scuola e per operatori in ambito sanitario e sociale. Organizza **performances**, conduce **corsi** e **stages** con adulti e adolescenti a Torino ed in varie città italiane collaborando anche con altri centri e associazioni culturali. **Fa parte dell'associazione nazionale operatori di Biodanza BIOITA**.

Fabrizio Melis Percussionista etnomusicologo e scultore è un eclettico ricercatore nell'ambito delle arti rivolte allo sviluppo armonico dell'individuo. Fin da giovanissimo colleziona suona e costruisce strumenti musicali "primitivi" ispirati alle culture di ogni parte del mondo. Studia e sperimenta da anni la **emotional drum therapy** attraverso un contatto dual/ empatico alla scoperta del se più profondo. Inoltre si dedica all'espressione vocale sia come forma di **meditazione** (canto armonico) sia come mezzo di **comunicazione e creatività**. **Suona** in varie formazioni artistiche partecipando a **performances, rassegne musicali** e manifestazioni interculturali a Torino e in altre città italiane. Ha creato e fa parte del gruppo multietnico musicale Healing Sound Project.

Dal 1986 affianca Rosanna Voglino nella organizzazione e nella conduzione delle attività.

Stage di Biodanza



YIN e YANG
ARMONIZZARE GLI OPPOSTI

Domenica 14 Aprile ore 10 -19

Centro Olistico Radhadesh
Corso Quintino Sella 107 - Torino

