

jader tolja

Medico, psicoterapeuta e trainer di anatomia esperienziale, dopo una tesi di ricerca sulle relazioni tra mente, corpo e spazio, si è interessato soprattutto del ruolo svolto dal tessuto connettivo nell'interfacciare questi aspetti.

Per questo motivo ha studiato e si è formato in diverse tecniche avanzate di bodywork e di movimento e ha condotto dei programmi di Master in Anatomia Esperienziale del Tessuto connettivo presso il Centro Studi Pensarecolcorpo, che ha diretto per alcuni anni.

Ha iniziato a insegnare le reciproche relazioni tra mente corpo e spazio nel 1984 presso il Pratt Institute for Arts and Design di New York. Attualmente tiene il corso di Body Conscious Design presso la Domus Academy e insegna e collabora con diverse Università, scuole di design e di architettura del paesaggio in Europa, in Asia e negli Stati Uniti. Dal 1982 collabora in qualità di consulente con studi di architettura e paesaggio.

informazioni ed iscrizioni

MATTEO 339.2613285

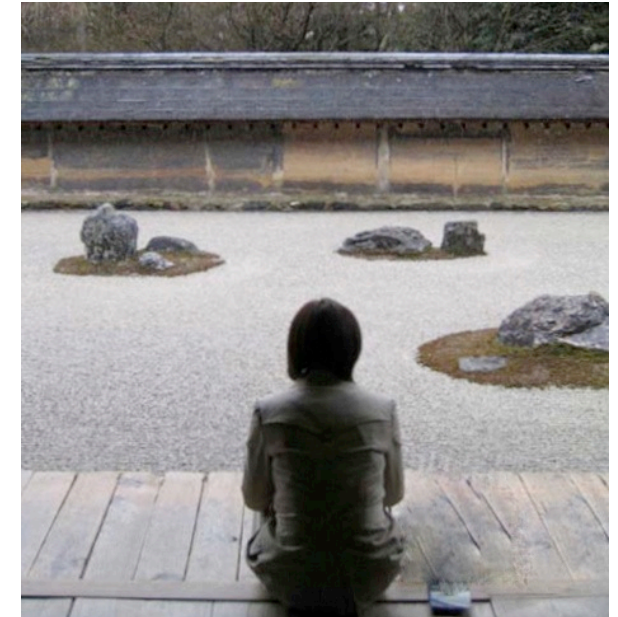
thinkthebody@gmail.com



CENTRO THEMIS, VIA PICCININI 13
CASTELFRANCO VENETO (TV)

27 - 28 marzo

corpo mente spazio



il seminario

Lo **scopo di questo corso** è sia la comprensione di come gli spazi ci cambiano a livello fisico e mentale, sia l'affinamento di tale percezione, in modo da mettere in grado chiunque, indipendentemente dal proprio campo di lavoro, di poter capire come allestire uno spazio amichevole per il corpo e il suo sistema nervoso.

Il **seminario del sabato** è quindi dedicato alla comprensione dei principi che determinano un ambiente fisico di qualità e permette ad esempio ai partecipanti di "sentire" le risposte corporee alle diverse opzioni di seduta e comprendere le variazioni anatomiche nella pratica del sedersi. A differenza dall'ergonomia tradizionale, che si occupa di aspetti puramente meccanici del corpo e quindi agisce come se ogni parte del corpo potesse essere affrontata separatamente, l'approccio somatico del Body Conscious Design considera come la posizione di ogni parte del corpo influisce su tutte le altre.

Una seduta impropria può distruggere gli effetti della miglior pratica corporea e creare un progressivo decadimento fisico, così come sedute che tengono conto dei principi somatici possono migliorare in modo inaspettato la nostra

struttura fisica e di conseguenza anche mentale. L'importanza della qualità del nostro modo di sedersi infatti determina una particolare organizzazione corporea che a sua volta determina condizioni mentali diverse.

Analogamente la percezione delle diverse scelte di arredamento attiva aree e funzioni cerebrali differenti, che a loro volta sono correlate all'attivazione di condizioni fisiche specifiche, per cui ad esempio, in una chiesa romanica rispetto a una gotica, oppure in un giardino zen rispetto a un giardino all'italiana, non solo cambia il nostro stato di coscienza, ma letteralmente, anche tutto il corpo.

Il **seminario della domenica** sarà pertanto dedicato agli effetti che lo spazio ha sul nostro sistema nervoso. Comprendere il rapporto tra design e il nostro sistema nervoso prevede la possibilità di 'leggere' e valutare gli spazi a un livello diverso. Aiuta in pratica a progettare spazi neuro-sostenibili che, invece di stancare il nostro sistema nervoso e noi stessi attraverso la creazione di conflitti senza senso nella nostra programmazione innata, si fondono naturalmente e funzionalmente con essa. Verranno quindi illustrate e sperimentate le relazioni tra le diverse caratteristiche

dello spazio da un lato e **diverse zone del cervello** dall'altro (ad esempio emisfero destro ed emisfero sinistro, oppure aree corticali ed aree sottocorticali), comprendendo quali sono le diverse caratteristiche spaziali che stimolano funzioni come intelligenza, creatività, concentrazione, rilassamento, istinto e intuizione.

a chi si rivolge

A tutti coloro che vogliono curare il proprio corpomente o imparare a farlo, a chi desidera conoscere nuove teorie in questi campi, a tutti gli operatori nel campo della salute e delle discipline mediche, naturali, bionaturali e somatiche e a tutti coloro che sono interessati personalmente o professionalmente alle conseguenze delle caratteristiche dello spazio a qualsiasi livello (dal design di un cucchiaino a quello di una città) sul nostro organismo.

programma

sabato 14:30-19:30

Domenica 9:00-13:00 e 14:30-17:30

Euro 180

Scadenza iscrizioni entro 21 marzo