



UNIVERSITÀ
DI PISA



Dipartimento di Patologia Chirurgica, Medica, Molecolare e dell'Area Critica

Dipartimento di Civiltà e Forme del Sapere

Presidente Corso di Laurea in Filosofia e Filosofia e Forme del Sapere: Prof. Alessandra Fussi

Master "Neuroscienze, mindfulness e pratiche contemplative"
Direttore: Prof. Angelo Gemignani

Corso di perfezionamento "Pratiche dialogiche nelle organizzazioni complesse"
Direttore: Prof. Ciro Conversano

Corso di perfezionamento
"Fine Vita: stati di Coscienza, antiche tradizioni e nuove terapie"
Direttore: Prof. Ciro Conversano

Sulle orme del respiro

Pratiche Zen, Dialogo Filosofico e mindfulness per ogni età

23 GENNAIO 2025 | POLO PIAGGE

Via Giacomo Matteotti 11, Pisa

9:00 - 13.00 / 15:00 - 18:00

Ore 9:00

LE DOMANDE DEGLI ANTICHI MAESTRI ZEN

Mario Nanmon Fatibene

Monastero Zen Shotaiji, Lequio Tanaro, (CN)

Dalla pratica dei koan, fulcro della scuola zen rinzai, alla loro rilevanza attuale nella ricerca dell'autenticità: un intervento che propone un approccio dialogico alla consapevolezza e all'esperienza del sé, ispirato alle domande degli antichi maestri.

Ore 11:30

LASCIAMOLI RESPIRARE, LA MINDFULNESS PER BAMBINI

Silvana Bragante

Società Italiana di Analisi Reichiana

Presenta il libro "Facciamoli respirare" (Homeless Book, 2024) mostrando come sia possibile adottare strategie utili per avviare i bambini alla meditazione,

sostenendoli nei momenti difficili e promuovendo l'attenzione consapevole. Unendo tecniche ispirate ai principi zen e suggerimenti pratici e ludici.

Ore 15:00

IL DIALOGO FILOSOFICO E LA TRASFORMAZIONE DEL SÈ

Luca Mori

Dip. Civiltà e Forme del Sapere, Univ. Pisa

Il dialogo filosofico per la trasformazione del sé promuove una ricerca di consapevolezza. Collegandosi al percorso avviato dalle antiche pratiche zen, questo approccio integra riflessione critica e apertura interiore, offrendo strumenti per orientarsi verso una crescita autentica e partecipata attraverso un metodo dialogico.