

PROGRAMMA DEL CORSO DI YOGA: TRADIZIONI CLASSICHE E TRASFORMAZIONI CONTEMPORANEE

SETTORE SCIENTIFICO

L-OR/17 (ASIA-01/B)

CFU

6

SETTORE SCIENTIFICO

@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; text-autospace:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-language:EN-US;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Calibri",sans-serif; mso-ascii-font-family:Calibri; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:Calibri; mso-fareast-theme-font:minor-latin; mso-hansi-font-family:Calibri; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:EN-US; mso-fareast-language:EN-US;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none; text-autospace:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;} ASIA-01/B

CFU

/**/

6

PREREQUISITI

/**/

@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no;

mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; text-autospace:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-language:EN-US;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Calibri",sans-serif; mso-ascii-font-family:Calibri; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:Calibri; mso-fareast-theme-font:minor-latin; mso-hansi-font-family:Calibri; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:EN-US; mso-fareast-language:EN-US;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none; text-autospace:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;} Il corso non presuppone conoscenze preliminari specifiche, se non le competenze filosofiche di base acquisite nel biennio del corso di laurea.

OBIETTIVI

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}ol {margin-bottom:0cm;}ul {margin-bottom:0cm;}

Coerentemente con gli obiettivi formativi del Corso di Studio e con la declaratoria ministeriale del Settore Scientifico Disciplinare di riferimento, il corso persegue i seguenti obiettivi formativi:

1. Inquadrare le basi storiche, teoriche e metodologiche dello yoga nelle tradizioni religiose e filosofiche dell'India, attraverso l'analisi delle principali categorie concettuali e delle diverse interpretazioni delle pratiche contemplative e dei percorsi di liberazione.
2. Descrivere lo sviluppo storico delle tradizioni yogiche, esaminando il passaggio dalle pratiche ascetiche dell'India antica alle sistematizzazioni filosofiche dello yoga classico, fino alle elaborazioni tantriche, medievali e contemporanee.
3. Analizzare testi e dottrine della tradizione yogica attraverso la lettura e l'interpretazione di brevi estratti da opere fondamentali, sviluppando capacità di comprensione, contestualizzazione storico-culturale e ricostruzione delle principali linee teoriche.
4. Esaminare criticamente le trasformazioni dello yoga nell'età moderna e contemporanea, con particolare attenzione ai processi di globalizzazione, alle reinterpretazioni culturali e scientifiche e alle principali prospettive critiche sviluppate negli yoga studies.

Promuovere competenze trasversali di analisi, argomentazione e comunicazione, attraverso l'uso rigoroso della terminologia specialistica, la capacità di elaborare giudizi motivati e di discutere in modo informato fenomeni religiosi, filosofici e culturali complessi.

DESCRIZIONE

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:Calibri; panose-1:2 15 5 2 2 2 4 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536859905 -1073732485 9 0 511 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

Nella cornice di un percorso orientato alla dimensione storico-critica, comparativa e interculturale, il corso si propone di introdurre le studentesse e gli studenti allo studio dello yoga come insieme articolato di pratiche contemplative, discipline corporee, modelli teorici e percorsi di trasformazione sviluppatasi nel contesto delle tradizioni religiose e filosofiche dell'India. Attraverso un itinerario che integra ricostruzione storica, analisi concettuale e lettura guidata di brevi estratti dalle fonti principali, il corso esamina le molteplici configurazioni assunte dallo yoga nel corso della sua storia, dalle pratiche ascetiche dell'India antica allo yoga classico di Patañjali, dalle tradizioni buddhiste e tantriche allo haṭha yoga medievale, fino alle reinterpretazioni moderne e contemporanee.

Particolare attenzione sarà dedicata alla formazione e alla trasformazione delle principali categorie teoriche associate allo yoga — quali citta, samādhi, aṣṭāṅga, prāṇa, kuṇḍalinī, mokṣa e nirvāṇa — e al modo in cui esse vengono elaborate nei diversi contesti religiosi, filosofici e culturali dell'India. Il corso intende inoltre sviluppare una comprensione critica dei rapporti tra pratiche contemplative, discipline corporee, modelli della mente e concezioni della liberazione, mettendo in luce la pluralità delle tradizioni yogiche e la loro evoluzione storica.

Una parte significativa del percorso sarà dedicata alle trasformazioni dello yoga nell'età moderna e contemporanea, con particolare attenzione ai processi di globalizzazione, alle reinterpretazioni scientifiche e terapeutiche, alle dinamiche economiche e culturali che hanno accompagnato la diffusione dello yoga nel mondo contemporaneo e ai principali approcci critici sviluppati negli yoga studies.

RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:Calibri; panose-1:2 15 5 2 2 2 4 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536859905 -1073732485 9 0 511 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-

Conoscenza e capacità di comprensione

Al termine del corso, gli studenti saranno in grado di:

- Comprendere i fondamenti teorici e storici delle principali tradizioni yogiche dell'India e il loro sviluppo nel tempo (Ob.1), analizzando concetti chiave quali citta, samādhi, aṣṭāṅga, prāṇa, kuṇḍalinī, mokṣa e nirvāṇa (Ob.2-3), e riconoscendo il ruolo delle pratiche contemplative e corporee nei diversi contesti culturali e religiosi (Ob.4-5).
- Identificare le principali differenze teoriche tra le diverse interpretazioni dello yoga elaborate nelle tradizioni brahmaniche, buddhiste e tantriche (Ob.1-2), valutando il significato storico e filosofico delle pratiche yogiche nei differenti contesti di sviluppo (Ob.3-5).

Capacità di applicare conoscenza e comprensione

Attraverso l'analisi di testi e materiali didattici, gli studenti acquisiranno competenze per:

- Applicare categorie concettuali relative allo yoga all'interpretazione di brevi estratti da testi classici della tradizione yogica (Yogasūtra, fonti buddhiste, testi tantrici e opere dello haṭha yoga) (Ob.3-4), collegandoli al contesto storico e dottrinale delle diverse tradizioni (Ob.1-2-5).
- Utilizzare la terminologia specialistica relativa alle pratiche contemplative e yogiche in modo appropriato (Ob.4), contestualizzando i concetti principali nel quadro della storia delle tradizioni religiose e filosofiche dell'India (Ob.1-3) e sviluppando capacità di analisi critica delle trasformazioni contemporanee dello yoga (Ob.5).

Autonomia di giudizio

Il corso favorirà lo sviluppo di capacità critiche attraverso:

- La riflessione sulle differenti concezioni della pratica yogica, della meditazione e della liberazione elaborate nelle tradizioni dell'India (Ob.1-3), con particolare attenzione alla pluralità dei modelli teorici e delle pratiche contemplative (Ob.4-5).
- La valutazione critica dei processi di trasformazione e diffusione dello yoga nel contesto contemporaneo, considerando le dinamiche culturali, economiche e politiche che ne hanno accompagnato la globalizzazione (Ob.1-5).

Abilità comunicative

Gli studenti svilupperanno la capacità di esporre in modo chiaro e strutturato:

- I principali concetti e problemi relativi allo studio dello yoga nelle tradizioni filosofiche e religiose dell'India (Ob.1-2), illustrandone il significato storico, teorico e culturale (Ob.3-5).
- Le trasformazioni dello yoga dall'India antica al contesto globale contemporaneo, utilizzando un linguaggio specialistico appropriato e sviluppando capacità di analisi critica dei fenomeni religiosi e culturali (Ob.1-5).

Capacità di apprendimento

Il corso consentirà agli studenti di:

- Integrare conoscenze relative alla storia delle pratiche contemplative con strumenti di analisi filosofica e storico-religiosa (Ob.1-4), sviluppando una comprensione critica delle tradizioni yogiche e delle loro trasformazioni

contemporanee (Ob.5).

- Approfondire autonomamente lo studio dello yoga attraverso l'uso degli strumenti concettuali e metodologici acquisiti durante il corso (Ob.1-4), orientandosi nella bibliografia di riferimento e sviluppando prospettive autonome di analisi critica (Ob.5).

ATTIVITÀ DI DIDATTICA EROGATIVA (TEL-DE)

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

Le attività di Didattica Erogativa consistono, per ciascun CFU, nell'erogazione di cinque videolezioni della durata di circa 30 minuti. A ciascuna videolezione è associata una dispensa in formato PDF di supporto oppure l'indicazione di capitoli o paragrafi di un e-book di riferimento, scelto dal docente tra quelli liberamente consultabili da studentesse e studenti sulla piattaforma. Sono inoltre previsti un questionario a risposta multipla per l'autoverifica dell'apprendimento.

ELENCO VIDEOLEZIONI

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:Calibri; panose-1:2 15 5 2 2 2 4 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536859905 -1073732485 9 0 511 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

Modulo 1 - CHE COS'È LO YOGA? PROBLEMI DI DEFINIZIONE

1. Yoga: storia di un concetto e problemi di definizione

2. Yoga come disciplina di liberazione nelle tradizioni indiane

3. Metodi del corpo e della mente: yoga tra filosofia e pratica

Modulo 2 - LE RADICI DELLO YOGA NELL'INDIA ANTICA

4. Ascesi e pratiche contemplative nell'India vedica

5. Yoga e tradizioni śramaṇa

6. Meditazione e liberazione nel buddhismo antico

7. Il jainismo e le pratiche ascetiche

Modulo 3 - LO YOGA NELLA FILOSOFIA CLASSICA DELL'INDIA

8. Il sistema Sāṃkhya e la teoria della liberazione

9. Gli Yogasūtra di Patañjali.

10. Le pratiche dello yoga classico: articolazione e funzione dell'aṣṭāṅga.

11. Afflizioni, conoscenza e liberazione nello yoga classico.

Modulo - 4 YOGA E MEDITAZIONE NELLE TRADIZIONI BUDDHISTE

12. Samatha e vipaśyanā

13. Meditazione e vacuità nel buddhismo Mahāyāna

14. Pratiche contemplative e trasformazione della mente

Modulo - 5 LO YOGA TANTRICO E MEDIEVALE

15. Tantra e trasformazione del corpo

16. Il corpo sottile e le energie vitali

17. Abhinavagupta e lo yoga nello śivaismo del Kaśmīr

18. Origini dello haṭha yoga

Modulo - 6 TRADIZIONI DELLO HAṬHA YOGA

19. Tecniche corporee e disciplina ascetica

20. Prāṇāyāma, mudrā e kuṇḍalinī

21. Il corpo yogico e la liberazione

22. Yoga tra pratica rituale e disciplina spirituale

Modulo 7 - LA TRASFORMAZIONE DELLO YOGA IN ETÀ MODERNA

23. Yoga e modernità nell'India coloniale

24. Vivekananda e la reinterpretazione dello yoga

25. Lo yoga posturale moderno

26. Globalizzazione dello yoga

Modulo - 8 YOGA CONTEMPORANEO E SGUARDI CRITICI

27. Yoga, spiritualità e mercato globale

28. Approcci critici e post-coloniali allo yoga moderno

29. Tradizione e innovazione nello yoga contemporaneo

30. Yoga come pratica di trasformazione: sintesi del corso

Ogni videolezione è associata a specifica dispensa.

ATTIVITÀ DIDATTICA INTERATTIVA (TEL-DI)

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kering:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

Le attività di Didattica Interattiva (TEL-DI) consistono, per ciascun CFU, in 2 ore erogate in modalità sincrona su piattaforma Class, svolte dal docente, anche con il supporto del tutor disciplinare, e dedicate a una o più tra le seguenti tipologie di attività:

- sessioni live, in cui il docente guida attività applicative, stimolando la riflessione critica e il confronto diretto con gli studenti tramite domande in tempo reale e discussioni collaborative;
- webinar interattivi, arricchiti da sondaggi e domande dal vivo, per favorire il coinvolgimento attivo e la co-costruzione della conoscenza;
- lavori di gruppo e discussioni in tempo reale, organizzati attraverso strumenti collaborativi come le breakout rooms, per sviluppare strategie di problem solving e il lavoro in team;
- laboratori virtuali collettivi, in cui il docente guida esperimenti, attività pratiche o l'analisi di casi di studio, rendendo l'apprendimento un'esperienza concreta e partecipativa;

Tali attività potranno essere eventualmente supportate da strumenti asincroni di interazione come per esempio: forum; wiki; quiz; glossario.

Si prevede l'organizzazione di almeno due edizioni di didattica interattiva sincrona nel corso dell'anno accademico.

Si precisa che il ricevimento degli studenti, anche per le tesi di laurea, non rientra nel computo della didattica interattiva.

TESTI CONSIGLIATI

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}ol {margin-bottom:0cm;}ul {margin-bottom:0cm;}

Saranno oggetto d'esame i contenuti delle dispense e delle videolezioni del corso.

Per l'approfondimento dei contenuti trattati nelle lezioni e nelle dispense, si forniscono di seguito dei testi di riferimento (non oggetto di esame):

1. Eliade, M, Lo Yoga, immortalità e libertà, Milano, Rizzoli, 1995
2. Franci, G.R., Yoga. Un'antichissima disciplina indiana per la spiritualità e il benessere psicofisico, Bologna, Il Mulino 2008.
3. Mallinson, J., Singleton, M., Le radici dello yoga, Roma, Ubaldini, 2019.
4. Pensa, C., Gli aforismi sullo yoga (Yogasūtra), Torino, Boringhieri, 1962, 1978.
5. Squarcini F., Mori, Yoga. Fra storia, salute e mercato, Roma, Carocci, 2008.

VERIFICA

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

La verifica dell'apprendimento si articola in una prova intermedia a distanza, composta da 24 domande a risposta multipla che sarà centrata su di una prima parte del programma didattico e in una prova finale di profitto in presenza, composta da 7 domande a risposta multipla, centrata sulla seconda parte del programma didattico. Il voto d'esame, espresso in trentesimi, deriva dalla somma dei punteggi conseguiti alla prova intermedia e alla prova finale, relative ai contenuti della didattica asincrona. L'esame si intende superato con il conseguimento di almeno 18/30 complessivi. Al voto finale possono aggiungersi, ove previsti, fino a 2 punti premiali maturati attraverso la partecipazione alle attività di didattica sincrona e il corretto svolgimento dei test di fine lezione.

In alternativa lo/la studente/essa ha la possibilità sostenere una prova unica con test di 31 domande a risposta multipla, in presenza, sull'intero programma del corso. Anche nella prova Unica l'esame si intende superato con il conseguimento di almeno 18/30 complessivi e a tale voto possono aggiungersi fino a 2 punti premiali maturati attraverso la partecipazione alle attività di didattica sincrona.

Inoltre, lo/la studente/essa ha la possibilità di sostenere una prova unica orale nelle due sessioni di Febbraio e Settembre sull'intero programma dell'insegnamento.

OBBLIGO DI FREQUENZA

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

A studentesse e studenti viene richiesto di partecipare ad almeno il 70% dell'attività di didattica erogativa (70% della TEL-DE).

INCLUSIONE

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only;

mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;} Il corso prevede forme di flessibilità finalizzate a favorire la piena partecipazione delle diverse tipologie di utenti, anche attraverso adattamenti nelle metodologie, nei materiali, negli strumenti didattici e, ove previsto, nelle modalità di verifica. Studentesse e studenti con disabilità, DSA, BES o altre condizioni di necessità, anche temporanee, possono rivolgersi al/alla docente del corso e sono invitati a contattare l'Ufficio Inclusione all'indirizzo ufficio.inclusione@unipegaso.it, al fine di ricevere informazioni sui servizi disponibili, sui supporti e sugli strumenti per la fruizione della didattica, inclusa l'eventuale predisposizione di un Piano Universitario Personalizzato secondo quanto previsto dal Regolamento dei servizi per l'inclusione.

POLICY SULL'UTILIZZO DI INTELLIGENZA ARTIFICIALE E/O GENERATIVA

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerining:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;} L'utilizzo di strumenti di intelligenza artificiale e/o generativa è consentito esclusivamente come supporto allo studio, all'organizzazione delle idee, alla ricerca preliminare e alla revisione formale dei testi, nel rispetto dei principi di autonomia, originalità, responsabilità, riservatezza e correttezza accademica. Tali strumenti non possono sostituire l'elaborazione personale dello studente né essere impiegati per produrre integralmente elaborati, risposte o attività oggetto di valutazione.

OBIETTIVI AGENDA 2030 PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE

/**/
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerining:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

Il corso, in coerenza con gli Obiettivi dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile, intende favorire l'acquisizione di conoscenze e competenze utili ad affrontare in modo consapevole, critico e responsabile le problematiche connesse allo sviluppo sostenibile, con particolare attenzione alle dimensioni sociali, economiche, ambientali e culturali proprie dell'ambito disciplinare di riferimento. In particolare, il corso si focalizza sui seguenti obiettivi dell'Agenda 2030:

OBIETTIVO 4 – Istruzione di qualità Il corso promuove la conoscenza critica delle tradizioni yogiche e contemplative dell'India, sviluppa competenze di analisi storica, interpretazione delle fonti e uso del lessico specialistico, favorendo la comprensione di fenomeni culturali complessi e l'acquisizione di strumenti di apprendimento autonomo.

OBIETTIVO 10 – Ridurre le disuguaglianze Il corso valorizza la pluralità delle tradizioni culturali e religiose, contrastando rappresentazioni stereotipate o semplificate dello yoga e promuovendo una comprensione storicamente fondata delle sue molteplici espressioni. L'approccio interculturale favorisce il riconoscimento della diversità culturale e della pari dignità delle differenti tradizioni di pensiero.

OBIETTIVO 16 – Pace, giustizia e istituzioni solide. Lo studio delle pratiche contemplative e delle tradizioni filosofiche associate allo yoga contribuisce alla formazione di una cittadinanza consapevole e aperta al dialogo interculturale. L'analisi dei temi dell'autodisciplina, della responsabilità individuale e della trasformazione etica offre strumenti utili per comprendere le dinamiche della convivenza e del rispetto reciproco nelle società contemporanee.

RECAPITI

```
/**/  
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:#0010;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:#0010;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;} emanuela.magno@unipegaso.it
```

AGENDA

```
@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:"Trebuchet MS"; panose-1:2 11 6 3 2 2 2 2 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:647 0 0 0 159 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:none; text-autospace:none; font-size:11.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-language:EN-US;}p.MsoBodyText, li.MsoBodyText, div.MsoBodyText {mso-style-priority:1; mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-link:"Corpo testo Carattere"; margin:0cm; mso-pagination:none; text-autospace:none; font-size:9.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-language:EN-US;}span.CorporoTestoCarattere {mso-style-name:"Corpo testo Carattere"; mso-style-priority:1; mso-style-unhide:no; mso-style-locked:yes; mso-style-link:"Corpo testo"; mso-ansi-font-size:9.0pt; mso-bidi-font-size:9.0pt; font-family:"Trebuchet MS",sans-serif; mso-ascii-font-family:"Trebuchet MS"; mso-fareast-font-family:"Trebuchet MS"; mso-hansi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-bidi-font-family:"Trebuchet MS"; mso-ansi-language:IT;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-size:11.0pt; mso-ansi-font-size:11.0pt; mso-bidi-font-size:11.0pt; font-family:"Calibri",sans-serif; mso-ascii-font-family:Calibri; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:Calibri; mso-fareast-theme-font:minor-latin; mso-hansi-font-
```

family:Calibri; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-ansi-language:EN-US; mso-fareast-language:EN-US;}.MsoPapDefault {mso-style-type:export-only; mso-pagination:none; text-autospace:none;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

Nella sezione Informazioni Appelli, nella home del corso, per ogni anno accademico vengono fornite le date degli appelli d'esame.

Le attività di didattica interattiva sincrona sono calendarizzate in piattaforma nella sezione Class.

Le attività di ricevimento di studenti e studentesse sono calendarizzate nella sezione Ricevimento Online.

CALENDARIO TEL-DI PRIMA EDIZIONE

/**/

Mutuazione da Filosofie dell'India

@font-face {font-family:"Cambria Math"; panose-1:2 4 5 3 5 4 6 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:roman; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536870145 1107305727 0 0 415 0;}@font-face {font-family:Calibri; panose-1:2 15 5 2 2 4 3 2 4; mso-font-charset:0; mso-generic-font-family:swiss; mso-font-pitch:variable; mso-font-signature:-536859905 -1073732485 9 0 511 0;}p.MsoNormal, li.MsoNormal, div.MsoNormal {mso-style-unhide:no; mso-style-qformat:yes; mso-style-parent:""; margin:0cm; mso-pagination:widow-orphan; font-size:12.0pt; font-family:"Calibri",sans-serif; mso-ascii-font-family:Calibri; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:Calibri; mso-fareast-theme-font:minor-latin; mso-hansi-font-family:Calibri; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi; mso-fareast-language:EN-US;}.MsoChpDefault {mso-style-type:export-only; mso-default-props:yes; font-family:"Calibri",sans-serif; mso-ascii-font-family:Calibri; mso-ascii-theme-font:minor-latin; mso-fareast-font-family:Calibri; mso-fareast-theme-font:minor-latin; mso-hansi-font-family:Calibri; mso-hansi-theme-font:minor-latin; mso-bidi-font-family:"Times New Roman"; mso-bidi-theme-font:minor-bidi; mso-font-kerning:0pt; mso-ligatures:none; mso-fareast-language:EN-US;}div.WordSection1 {page:WordSection1;}

N.

Data / ora

Titolo

1

12 ott., 15:30

Problemi e forme del "pensiero indiano"

2

12 ott., 16:30

Le Upaniṣad: conoscenza e liberazione

3

16 ott., 15:30

Il problema del non-sé nel buddhismo

4

16 ott., 16:30

Nāgārjuna: co-originazione dipendente e vacuità

5

23 ott., 15:30

Coscienza ed esperienza in Vasubandhu

6

23 ott., 16:30

Meditazione e trasformazione della mente nel buddhismo

7

30 ott., 15:30

Elementi di estetica indiana: emozione e rasa

8

30 ott., 16:30

Elementi di estetica indiana: forme della creatività

9

2 nov., 15:30

Yoga: significati e contesti

10

2 nov., 16:30

Ascesi, corpo, liberazione nelle Upaniṣad

11

6 nov., 15:30

Coscienza e natura nel Sāṃkhya

12

6 nov., 16:30

Mente e cessazione nello Yoga

13

16 nov., 15:30

Azione, conoscenza, devozione nella Gītā

14

16 nov., 16:30

Pratica e liberazione negli Yogasūtra

15

23 nov., 15:30

Corpo e pratica nello Śivaismo del Kashmir

16

23 nov., 16:30

Coscienza e riconoscimento nello Śivaismo del Kashmir

17

30 nov., 15:30

Haṭhayoga: corpo e respiro

18

30 nov., 16:30

Lo yoga contemporaneo Tradizione o reinvenzione?