

	Mercoledì 12 settembre (via Margreth 3, aula 19)	Giovedì 13 settembre (via Margreth 3, aula 19)	Venerdì 14 settembre (via Margreth 3, aula 19)	Sabato 15 settembre (Toppo-Wasserman, aula t5)
Ora				
9.00-9.30	introduzione al Master	<i>Discorso sui fondamenti della presenza mentale</i>	<i>Livelli di studio delle tradizioni religiose e sciamanesimo</i>	<i>Le tecniche mistiche nelle diverse tradizioni religiose</i>
9.30-10.30	<i>Gli insegnamenti del Buddha</i>	(10-10.30) Meditazione (stare di fronte al dolore)	Meditazione (dis-identificazione)	Meditazione (sensaz. e emozioni)
10.30-10.45	sosta	sosta	sosta	sosta
10-45-12.00	<i>Evoluzione dei viventi</i>	<i>Che cos'è la psiche?</i>	<i>Memoria e coscienza</i>	<i>Attenzione, emozioni</i>
12,00-12.30	Meditazione (<i>samma sati</i>)	Meditazione	Meditazione	Meditazione
12.30-13.00	Domande	Domande	Domande	Domande
14.30-16.00	<i>Psicologia della mindfulness</i>	<i>Neuroscienze della mindfulness</i>	<i>Ricerche su personalità sé e mindfulness</i>	<i>Applicazioni della mindfulness nell'età evolutiva</i>
16.00-16.30	Domande	Domande	Domande	Domande
16.30-17.00	sosta	sosta	sosta	sosta
17.00-17.45	Meditazione (che cosa è e non è)	Meditazione (attenzione e qui ed ora)	Meditazione (de-automatizzazione)	Meditazione (atteggiamento gentile ed ed equanime)
17.45-19.00	Condivisione	Condivisione	Condivisione	Condivisione