
PRATICHE A VOCE LIBERA

Workshop di autoconoscienza

con Roberto Panzanelli



Presso:

Nel giorno:

Orario:

Le “pratiche” sono esperienze di gruppo strutturate su tracce: il movimento spontaneo, il respiro profondo, la danza, la voce sono gli ingredienti essenziali. La creazione estemporanea, il contatto con l’Altro, la percezione dell’energia, sono i binari sui quali gli ingredienti vengono incanalati. Le esperienze che si vivono sono intense ed uniche. Sono coinvolte tutte le dimensioni dell’essere: fisica, emotiva e mentale. Oltre ad un arricchimento immediato, per cui alla fine dell’incontro ci si sente profondamente bene, le pratiche offrono spunti di conoscenza di sé e, quindi, di ampliamento degli orizzonti interni.

La voce ha la peculiarità di attingere rapidamente ad un territorio inesplorato molto profondo e di trasmutare energie bloccate in movimenti verso l’Alto.

Verranno fatte esperienze concrete su argomenti cari alla filosofia e alla spiritualità: il “qui ed ora”, la connessione con il Sé, l’assertività, l’Altro come opportunità, il non-giudizio, la polarità, il non-fare. Inoltre, verranno toccati argomenti pertinenti la musica e l’espressività vocale: il ritmo, l’improvvisazione, il timbro comunicativo.

“Il benessere viene dall’accettazione. L’accettazione viene dal poter vedere le cose come stanno, ossia dalla conoscenza. La conoscenza di sé è possibile nel lavoro di gruppo dove la relazione viene vissuta senza secondi fini se non quelli del rapportarsi in modo giocoso, semplice e creativo. E’ qui che ci conosciamo ed è qui che affiniamo gli strumenti per accertarci.

Nel momento in cui ci mostriamo per quello che siamo scopriamo di essere portatori di meraviglia, ossia meravigliosi. Se ci ostiniamo a non crederci ce lo ribadiscono gli altri quando inevitabilmente sono sinceri.

Roberto Panzanelli (Vocal Coach e Art-Counselor).

Laureato, dottore di ricerca, specializzato in Vocologia Artistica. Ha fondato il laboratorio UmbriainCanto. Conduce attività didattica con studenti di canto moderno da circa 20 anni. Ha seguito numerosi corsi di Gestalt, Art-Therapy, Yoga, Bioenergetica conseguendo il titolo di Art-Counselor. E’ iscritto alla SIAF come Counselor Professional. Sulla fisiologia della voce e sulla biodinamica vocale ha pubblicato vari articoli.

Info./Iscrizioni: tel.