

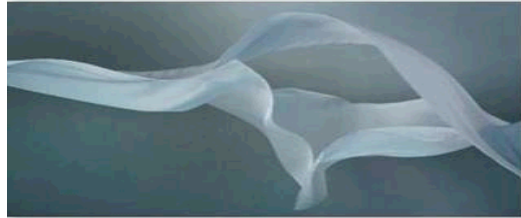


A.R.S.SUO.MO.

Associazione per la ricerca e lo studio del suono e del movimento
www.arssuomo.it

le vie del corpo che canta

la fisiologia e l'anatomia dialogano con la voce in un percorso di esplorazione che attinge al
Metodo Lichtenberg®, **Body-Mind Centering®**, **Biodinamica Craniosacrale**, **Metodo Feldenkrais®**
ciclo di seminari tematici



sabato 12 maggio 2012 – h. 10 - 18
via Frua 8, Milano (MM 1 De Angeli)

I riflessi e l'autoregolazione nel canto: alle radici dell'espressività

con Maria Corno e Piera Teatini

I riflessi sono le unità fondamentali di funzionamento del sistema nervoso. Sono responsabili dei movimenti e mutamenti fisiologici immediati e automatici che ci fanno rispondere in modo adeguato agli stimoli dell'ambiente.

Sono protagonisti di raffinati meccanismi di autoregolazione, indipendenti dal controllo volontario e muscolare.

E' nella natura dei riflessi dunque liberare la voce dalle sovrastrutture legate al 'fare', ricollegandola a fonti neuromotorie primarie ed essenziali. I riflessi del piangere, dell'urlare, del tossire e molti altri - se risvegliati dal torpore che ne ha inibito la vitalità in nome dell'educazione - sostengono un'espressività fresca e spontanea, affrancata dal 'gesto'.

Nel corso del laboratorio sperimentaremo diversi:

- o riflessi specifici della laringe e del tratto vocale
- o riflessi che aiutano una coordinazione ottimale di testa e tronco
- o riflessi che ci portano a 'vivere' lo spazio.

Chi canta può profittare di vari aspetti dei riflessi:

- o l'assenza di sforzo che li caratterizza
- o l'ampliamento della flessibilità dinamica che favoriscono
- o il loro repertorio 'primordiale' di colori e sfumature vocali
- o la pedagogia vocale che creano, orientata allo stimolo e alla sensorialità
- o la loro capacità di allineare vari segmenti del tratto vocale e dell'intero sistema muscoloscheletrico - gli uni con gli altri e rispetto all'asse verticale - in modo da ottimizzarne la funzione.

"Le vie del corpo che canta" è un ciclo di incontri, frequentabili singolarmente, che si svolgono nel corso del 2012-2013. E' un viaggio **nell'anatomia "vivente" in relazione alla funzione vocale**, alla scoperta di strutture e principi di organizzazione del corpo significativi come fonte di brillantezza, vitalità, fluidità ed espressività per la voce. E' dedicato in particolare a **cantanti, attori, formatori**, e a chiunque abbia avviato un **percorso di ricerca sulla voce e sul movimento**. Costituisce un'occasione di approfondimento per chi ha già avuto un contatto con il metodo Lichtenberg®.

Il viaggio, inedito e ricco di promesse, si dipana in diverse dimensioni: movimento, suono, attivazione sensoriale. I temi di lavoro sono indagati mettendo in dialogo i principi del **metodo vocale Lichtenberg®** di **Gisela Rohmert**, che ci conduce a conoscere gli spazi del corpo attraverso la chiave della vibrazione sonora, con il **Body-Mind Centering®** di **Bonnie Bainbridge Cohen**, con la **Biodinamica Craniosacrale** di **Franklyn Sills** e con il **Metodo Feldenkrais®**, che con le loro pratiche di conoscenza esperienziale del corpo attraverso il tocco e il movimento ci aiutano a contattare in modo vivo l'intelligenza del nostro sistema e le sue risorse. Gli incontri comprendono quindi un'alternanza di attività vocali, di ascolto e corporee; di momenti di lavoro individuale, riservati a ciascun partecipante, e attività di gruppo.

Costo 95 € - sconto con l'iscrizione a 3 seminari

info: maria.corno@alice.it - monica.scifo@gmail.com