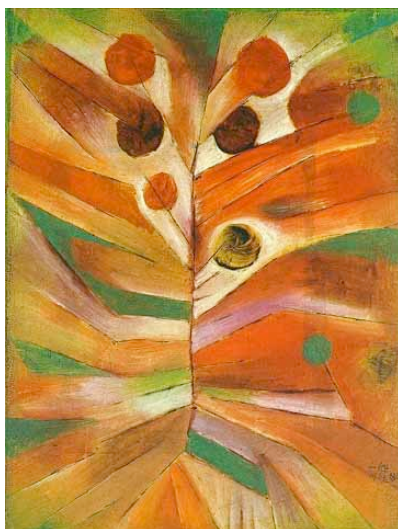




A.R.S.SUO.MO.

Associazione per la Ricerca e lo Studio del Suono e del Movimento
www.arssuomo.it



laboratorio di ricerca

La conquista della stazione eretta e la funzione vocale

4 giornate di lavoro condotte da
Maria Corno, Monica Scifo, Piera Teatini

venerdì h 14 – 21
21 genn, 11 febr, 11 mar, 8 apr 2011
via Frua 8 Milano (MM1)

Un inedito e promettente percorso di ricerca tra gravità e leggerezza
che mette in dialogo il **Metodo della voce Lichtenberg®** di Gisela Rohmert
con alcune pratiche e conoscenze del corpo che offrono sul tema prospettive interessanti:
il **Body-Mind Centering®** di Bonnie Bainbridge Cohen, la **Biodinamica Craniosacrale** di Franklyn Sills,
il **Metodo Feldenkrais®**.

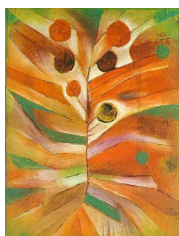
Attraverso gli strumenti del movimento, del suono, dell'attivazione sensoriale,
esploreremo le condizioni e gli ingredienti di una **verticalità dinamica**,
capace di organizzarsi in ogni istante tra polarità opposte
e di manifestarsi come **principio di autoregolazione**
nel canto e negli spazi del corpo.

Una proposta per cantanti, musicisti, attori, danzatori, terapeuti corporei
e persone interessate alla funzione vocale e al movimento.

Si richiede come requisito una certa pratica nel Metodo Lichtenberg®
I seminari saranno attivati con un minimo di 8 e un massimo di 18 partecipanti.

info:

maria.corno@alice.it tel. 333 4260308 - monica.scifo@gmail.com - 02 93581290



La conquista della stazione eretta e la funzione vocale

Unico tra tutti gli abitanti della Terra, l'uomo ha il privilegio dello "stare" in piedi: una conquista mai compiutamente risolta, guadagnata dalla nostra specie nel corso di una lunga evoluzione e da ciascuno di noi nel primo anno di vita.

La dinamica tra le forze che ci radicano alla terra e quelle che ci elevano verso il cielo, da sempre fonte di ispirazione per la visione che l'uomo ha di sé stesso e della sua posizione nell'Universo, informa il nostro corpo e lo plasma attorno a una tendenza alla verticalizzazione osservabile in molte strutture corporee.

Tale sorta di "vocazione alla verticale" è sperimentata in modo privilegiato dal cantante come "desiderio" del canto a innalzarsi e come capacità della vibrazione di favorire e sostenere l'erigersi del corpo e del suono.

Il tema della verticalità apre un ventaglio di domande affascinanti quanto cruciali per chi si dedica al canto e alla voce. In che modo la conquista della stazione eretta ha modellato il corpo in relazione alla fonazione, e come possiamo osservare in questa prospettiva gli organi e le strutture più direttamente responsabili della funzione vocale?

Viceversa, qual è il contributo del suono alla verticalizzazione e come si manifesta?

E ancora: quali personali modelli ciascuno di noi ha sviluppato nella ricerca di equilibrio tra gravità e leggerezza? In che modo possiamo nel canto (ma anche nella vita) trovare riposo nella gravità senza lasciarne appesantire e trovare slancio verso l'alto senza che il tendere diventi tensione o, all'opposto, venga inconsapevolmente trattenuto?

E infine: quali sono le condizioni e gli ingredienti di una verticalità dinamica, capace di organizzarsi in ogni istante tra polarità opposte e di manifestarsi come principio di autoregolazione?

Nel corso delle nostre giornate di ricerca indagheremo questi temi mettendo in dialogo il **Metodo della voce Lichtenberg**[®] di **Gisela Rohmert** con alcune pratiche e conoscenze del corpo che offrono in proposito prospettive interessanti: il **Body-Mind Centering**[®] di **Bonnie Bainbridge Cohen**, la **Biodinamica Craniosacrale** di **Franklyn Sills**, il **Metodo Feldenkrais**[®]; un viaggio inedito e ricco di promesse che compiremo attraverso il movimento, il suono, l'attivazione sensoriale.

Alcuni temi di lavoro:

- **Dinamiche tra gravità e levità:** campi, piani, dimensioni, linee di forza.
- Come lo **sviluppo neuromotorio** organizza la verticalizzazione dal concepimento al primo anno di vita.
- Il contributo alla verticalizzazione dei diversi **sistemi corporei** (in particolare connettivo, endocrino, organi, diaframmi)

costi

Ogni singola giornata, 6 h: 130 €

L'intero ciclo: 380 € (95 € a incontro), con versamento di 200 € entro il primo incontro e saldo entro il terzo.

Sconto del 10% agli allievi che regolarmente partecipano alle classi o prendono lezioni individuali.