

CHE COS'È VOCE IN LUCE

Un seminario rivolto a tutti i professionisti per cui la voce è anche uno strumento di lavoro:

manager, insegnanti, giornalisti, psicologi, avvocati, rappresentanti, guide turistiche... e in generale a chi si occupa di comunicazione.

Il seminario propone un metodo di lavoro basato sulla coordinazione mente-corpo attraverso l'ascolto, il respiro, il suono e il movimento. Il programma comprende una serie di esercizi, da eseguire in gruppo o individualmente, accompagnati da brani musicali appositamente scelti e dove possibile con l'intervento di strumenti musicali (percussioni, chitarra, pianoforte) ed immagini.

Il lavoro si articola intorno a questi filii conduttori:

l'ascolto: sensibilizzazione all'ascolto uditivo e percettivo;

il respiro: respirazione diaframmatica, uso del corpo in sua funzione e successiva automatizzazione;

la voce: esplorazione dell'autenticità della voce attraverso il respiro e le sue molteplici sonorità;

il gesto: gestualità come incontro di linguaggi espressivi, studio della bipolarità attraverso il movimento;

l'arte oratoria: sinergia tra voce e gesto, armonia tra actio e elocutio.

Dopo una prima fase più concentrata dedicata ad apprendere e sperimentare i concetti base, i partecipanti possono scegliere come continuare il lavoro a seconda delle proprie specifiche esigenze.

PERCHÉ C'È BISOGNO DI VOCE IN LUCE

Noi siamo la nostra voce.

La voce è la forma con cui la nostra interiorità entra in relazione con il mondo. Prima ancora delle parole e del loro significato. Appena nati sappiamo comunicare con gli adulti senza ancora conoscere la loro lingua.

La nostra voce viene dall'istinto, dalla perfetta coordinazione tra corpo e mente, suona bene, è armoniosa e soprattutto raggiunge il suo obiettivo.

Crescendo, le cose cambiano.

Paure, traumi, stress, ansie e condizionamenti lasciano sulla voce la traccia del loro passaggio.

Il colore e l'espressione mutano.

La voce non mente: così come il corpo, rivela tutto dei nostri stati d'animo, porta i segni delle nostre tensioni, riflette i nostri disagi.

Le disarmonie creano squilibri e problemi non solo a livello espressivo, ma spesso anche a livello fisiologico, sotto forma di afonie, edemi, noduli etc.

Recuperare l'armonia fra la mente, il corpo e la voce significa riscoprire il piacere dell'ascolto di sé, ritrovare un suono che ci corrisponde e che ci esprime. Una voce in armonia acquista personalità e sicurezza, ha una maggiore capacità di comunicazione ed empatia, e per questo migliora la qualità della relazione con gli altri, perché chi ci ascolta riceve prima di tutto il suono, e poi il significato.

La Voce in Luce emana calore, parla al cuore, si imprime nella memoria con forza e gentilezza.

SEMINARIO ESPERIENZIALE DI ESPRESSIONE E TECNICA VOCALE

www.voceinluce.it

LA VOCE È FATTA PER CANTARE, PER CELEBRARE E PER GUARIRE

Marlo Morgan

Manuela Ravaglioli

Cantante, Musicista, Compositrice, Insegnante di Tecnica Vocale, Musicoterapista ed Emotional Coaching, Fotografa. Collabora da anni sia dal vivo che in studio con noti jazzisti italiani e stranieri. Ha studiato Musica classica, pianoforte con M^o Carla Torta e M^o Dino Siani, canto corale con M^o Mauro Manzi; Canto, Teoria, Armonia, Storia ed Estetica del Jazz alla Civica Scuola del Comune di Milano condotta da Franco Cerri ed Enrico Intra. Successivamente si è specializzata in Improvvisazione Jazz con il M^o Bob Stoloff della Berklee School di Boston e con Sheila Jordan, con Jo Estill Metodo Voice Craft, con Gisela Rohmert Metodo Funzionale, con Mary Lindsey e Floriana Cavalli Musica lirica. Approfondendo gli usi terapeutici della voce ha seguito vari corsi di Teatro, Musicoterapia, Danzaterapia con Maria Fux e HERNS Duplan. Parallelamente ha intrapreso diversi percorsi di crescita personale volti all'integrazione tra psicoterapia e tradizioni

spirituali conseguendo alcune formazioni di tecniche energetiche: "Q'Ero" Arte Spirituale Andina con Prof. Juan Nunez del Prado e Roberto Sarti; "Technician in Ipnosi Eriksoniana e P.N.L." con Dr. Gianni Fortunato e Dr. Mauro Scardovelli, PNL Meta Milano; "Dialogo sonoro" con Dr. Mauro Scardovelli; "Psicofonia" con Dr. Elisa Benassi; "Lavaggio energetico" con Dr. Nader Butto; "Cura e Guarigione" con Dr. Patrick Sanfrancesco; "La visione sottile" con Dr. Marlene Silveira; "Angeologia", "Maestri Invisibili" con Igor Sibaldi; "Pulizia dell'Aura, Campi Energetici e Radioestesia" con Antonino Maiorana ed Emanuele Mocarrelli; "Un corso in miracoli" di Helen Schucman e William Thetford con Marco Orlandi; Shiatsu e Reiki. Ha insegnato Canto Jazz e Tecnica Vocale ai corsi del Conservatorio "G. Verdi" di Milano, Musicaperta, MAS (Music Art Show), MTS (Music The School), CRAMS e in diversi seminari in Italia e in Spagna.



www.voceinluce.it
info@voceinluce.it
tel. +39 338 9058546



di Manuela Ravaglioli

La voce è il suono del nostro essere più autentico. Se impariamo a conoscerla e a usarla nel modo più armonico e integrato al nostro corpo e alle nostre emozioni, la voce può diventare lo strumento più prezioso per potenziare le nostre capacità di espressione e di comunicazione con gli altri. Capacità che possediamo da sempre, e che aspettano di essere riportate alla luce. È proprio questo l'obiettivo di **Voce in Luce**.