



PROGRAMMA ED ARGOMENTI DELLA SPECIALIZZAZIONE IN CANTOTERAPIA

CANTOTERAPIA (METODO ACCADEMIA)

- Concetti base: il suono, l'ascolto, la natura vibratoria dei corpi,
- Il Suono, la propagazione del Suono, la capacità uditiva, la natura vibratoria del suono , la Cantoterapia, l'applicazione della Cantoterapia
- Il Principio di Risonanza.
- Le origini del Canto.
- La voce naturale: differenze tra bel canto, canto armonico e canto naturale.
- Anatomia dello strumento vocale
- Anatomia dello strumento Uditivo
- Il Diaframma, i tre tipi di diaframmi
- Attivazione dei 3 cinabri: Fisico, Energia e Spirito
- Riscaldamento vocale, Igiene della voce
- Intervalli armonici e melodici.
- Scale musicali: maggiore minore, pentatonica.
- Anatomia Energetica: i Corpi Energetici e il Sistema Energetico Centrale (chakra).
- Collegamento tra i Sistemi Energetici e il Sistema Endocrino.
- I 5 caratteri di Lowen e Chakra
- Utilizzo degli Intervalli armonici e melodici per riequilibrare i sistemi energetici.
- Vocali e Risonanza Vocalica
- La scala Indiana
- I Bija Mantra
- Trattamento con Drone
- Trattamento Sa, Re, Ga

- Valutazione Energetica: il Disegno Energetico
- Il Tamburo e il Sonaglio.
- I diversi ritmi del Sistema Energetico Centrale.
- Apertura, purificazione e chiusura della seduta con il sonaglio.
- Il Canto del Nome.

INTRODUZIONE ALL' USO DELLE CAMPANE TIBETANE

- Conoscere la diversa gamma di campane tibetane
- Apprendere le tecniche di utilizzo dei battenti di feltro speciali sulle campane tibetane.
- Abbinare l'uso di cimbali e sonagli alle campane tibetane.
- Abbinare l'uso della voce alle campane tibetane, per guidare la meditazione sonora (esercizi con testi già preparati e creazione di un proprio testo).
- Apprendere le basi del Peter Hess© Sound Massage.
- Studio di setting strumentali standard e personalizzati per praticare il Sound Massage e per condurre meditazioni sonore.

INTRODUZIONE ALL'USO DEL TAMBURO A CORNICE

- Presentazione e comparazione dei diversi tamburi a cornice e delle loro tecniche principali.
- Analisi dei principali colpi (colpi acuti, medi e bassi, rulli, schiocchi e terzine) e dell'utilizzo dei sonagli.
- Pratiche di sincronizzazione tra respirazione, ritmo e movimento, al fine di entrare nella percezione organica del suono, preparando il corpo al movimento.
- Analisi e studio dei ritmi appartenenti a tradizioni rituali e iatromusicali.
- Analisi di tradizioni mistiche e iatromusicali: il Sufismo di tradizione Kurda, Turca e Persiana ed il Tarantismo del sud Italia.
- Il sincretismo di ritualità cerimoniali provenienti da culture pagane e monoteiste.
- Gli strumenti principali per l'induzione alla trance: ritmo, respiro e movimento corporeo.
- Gli strumenti sonori e le percussioni "minori" tradizionalmente abbinati ai tamburi a cornice.

- Il tamburo a cornice mediterraneo nel contesto moderno della suonerapia: utilizzo per la meditazione sonora, il massaggio sonoro, i bagni di suono, le sessioni di ecstatic dance e trance dance.
- Differenze tra tamburo sciamanico e tamburi a cornice mediterranei

BONUS TRACK

COSTRUIRE UN SETTING DI SUONOTERAPIA

- Cos'è il suono
- Il fenomeno della Risonanza
- Cenni di Armonia
- Gli Intervalli, le scale musicali e loro classificazione
- Vibroacustica e Psicoacustica
- I Sistemi Energetici e Periferici secondo la Medicina Orientale
- Il potere terapeutico della Voce
- Risuonare i Chakra con la Voce
- Campane di cristallo
- Campane tibetane
- Il gong

ESERCIZI DI RISCALDAMENTO

- Stretching
- Respiro
- Riscaldamento Vocale iniziale
- Riscaldamento vocale sillabico con Scala Maggiore

MEDITAZIONI

- Meditazione dei 3 cinabri
- Meditazione Vocalica
- Meditazione con l'utilizzo dei Bija Mantra

ESERCIZI DI WARM UP VOCALICO

- Scala di Do maggiore e intervalli
- Scala di Do Minore e intervalli
- Scala di Sol Minore Naturale
- Scala di Sol maggiore e intervalli
- Scala di Sol minore melodica e intervalli
- Melodie e abbellimenti in Do maggiore
- Melodie e abbellimenti in Do minore