

Incontro-laboratorio “COSCIENZA DEL SUONO”

**Domenica 23 Maggio 2010,
dalle ore 9.30 alle ore 17.30,**



**Il gruppo Satsang MilanoEst vi invita all'incontro-laboratorio
sulla “Coscienza del suono”,**

per sviluppare le nostre innate potenzialità

Nell'incontro verranno trattate tematiche legate al suono,

visto non solo come espressione

musicale ma anche come energia e vibrazione creatrice,

capace di avere un effetto sull'esecutore e sull'ambiente circostante.

**L'incontro sarà condotto da Shyamsunder e Pasquale, esperti musicisti che da vent'anni
praticano in gruppo il canto dei Bhajan (canti devozionali).**

via Cirenei, 10- ang, via Teocrito - Milano - citofono Associazione Reiki

Come arrivare: MM Linea Rossa fermata Gorla

Programma:

Ore 9,30 Introduzione, esercizi di riscaldamento-rilassamento-respirazione.

Introduzione alla “coscienza del suono”.

Vocalizzazioni-esperienze con la voce.

Analisi di un Bhajan.

Ore 13,00 Pausa pranzo (spuntino leggero)

Ore 14,00 Armonizzazione delle voci.

Approfondimento del ritmo.

Costruzione di uno o due Bhajan.

Ore 17,00 Conclusione

L'incontro è aperto a tutti, non è necessaria nessuna particolare capacità o esperienza precedente.

L'uso della sala a titolo gratuito, così come l'insegnamento.

Verrà richiesta solo una quota per coprire le spese vive

e di portare cibo leggero e vegetariano da condividere

E' previsto un numero massimo di partecipanti:

cogliamo al volo questa occasione di trascorrere insieme una giornata speciale!

Potete prenotarvi per l'incontro telefonando o scrivendo (anche per avere informazioni) a:

Emanuela: 02/2590193 (dopo le 19)

mazzaema@gmail.com

*Om Lokah Samastah Sukino Bhavantu
Possano tutti gli esseri del mondo essere felici*

