



Associazione Culturale Musicale  
OPUS MUSIK  
via vicolo chiuso snc 02100 Rieti C.F - P. IVA 01125060572

L'arte non riproduce ciò che è visibile,  
ma rende visibile ciò che non lo è.  
(Paul Klee)

## **Seminario SULL'ALITO DEL VENTO**

**A Cura Silvia Costanzi (soprano) Elmar Schäfer (sassofonista)**

La voce è il primo strumento che ci troviamo ad utilizzare fin dall'istante in cui nasciamo. Sappiamo come funziona questo splendido mezzo per esprimersi e comunicare, profondamente radicato nella nostra persona? Come si emette correttamente un suono vocale? Si può usare la propria voce in maniera consapevole? Sicuramente sì, ricercando e comprendendo i suoi segreti, acquisendo la giusta tecnica di respirazione, il giusto modo di cantare e parlare. Un'affermazione di Swami Viveka-nanda: "In questo nostro corpo, il respiro è il «filo silenzioso»: tenendolo saldamente e imparando a controllarlo, noi afferriamo la corda delle correnti nervose e da queste il forte spago dei nostri pensieri e per ultimo la fune del prama; controllando quest'ultimo raggiungiamo la liberazione." La respirazione è ovviamente una cosa del tutto naturale, che però diventa complicata nel momento in cui cerchiamo di ragionare troppo su tutto il percorso dell'aria, da quando ispiriamo a quando espiriamo. Ecco perché si deve lavorare su noi stessi e sul nostro corpo!

Il seminario si articola in una serie di esperienze centrate sulla respirazione e sulla voce. Punto di partenza è la conoscenza del nostro corpo: si lavorerà con esercizi di movimento libero, da soli, a coppie o in gruppo, con o senza musica. Si affronterà quindi la pratica della respirazione con vari esercizi finalizzati alla presa di coscienza delle diverse parti del corpo implicate nel respiro. Sulla base di queste esperienze fondanti e sulla consapevolezza che da queste deriva, il punto di arrivo del seminario sarà l'emissione vocale da praticare su modelli più o meno marcatamente musicali. Verremo accompagnati in questo viaggio dal sassofonista tedesco Elmar Schäfer.

Consigliato l'uso di abbigliamento comodo e calzini antiscivolo.

**Orario:** domenica 30 luglio 2017 dalle ore 15.30 alle ore 19.30

**Costo:** €30,00



Associazione Culturale Musicale  
OPUS MUSIK  
via vicolo chiuso snc 02100 Rieti C.F - P. IVA 01125060572

## WORKSHOP SULL'ALITO DEL VENTO

Articolato in due giorni. Si lavora vocalmente sia in gruppo che singolarmente su respirazione, vocalizzi, improvvisazione. Ogni partecipante può portare fino a tre pezzi di brani lirico, pop o jazz.

**Orario:** 4-5 agosto 2017, due giorni 3 ore mattina -3 ore pomeriggio per un totale di 12 ore

**Costo:** €90.00

**Per tutte le info:** 331 547 5471

**Mail:** [opusmusik@virgilio.com](mailto:opusmusik@virgilio.com)

**web:** <http://opusmusik2014.wix.com/opusmusik>  
<http://silviacostanzi.weebly.com/>  
<http://elmarschafer.weebly.com/>