

Introduction to  
**VOICING©**

Con Nikla Bontadelli

All'HMI SCUOLA MODERNA DI  
MUSICA a Bellinzona  
dalle 20.00 alle 22.00



Date: giovedì 19 ottobre. "Scoprire e nutrire le nostre radici"

9 novembre "riconnettersi con le emozioni  
e il valore delle consonanti"

14 dicembre "il potere dell'essere"

8 febbraio "la saggezza del cuore"

7 marzo "liberi di esprimersi"

11 aprile "ascolto sottile"

2 maggio "il potere del suono"

Info:

[segreteria@hminstitute.ch](mailto:segreteria@hminstitute.ch)

[www.niklabontadelli.ch](http://www.niklabontadelli.ch)

Il VOICING® è una pratica che apporta esperienza e comprensione della vera natura della comunicazione verbale, del potere dei suoni e del canto.

Il canto è il linguaggio dell'anima.

Nella nostra cultura però si risponde alle credenze che bisogna "saper cantare", che "il canto è un dono che non tutti hanno che "bisogna esercitarsi ogni giorno per riuscire a cantare", ecc.

In realtà ciò significa, solo se si ha un dato canto da dover ripetere in un certo modo, un canto precedentemente scritto o musicato sia da altri che da sé stessi. Ciò crea ansia, paura, vergogna, senso di incapacità rispetto alle proprie capacità di ripetere dei suoni "correttamente", secondo determinate aspettative. Questo espone quanto qualcosa di essenzialmente spontaneo, intimo e naturale sia bloccato da idee restrittive su "come si deve cantare".

Il VOICING® porta comprensione a quello che il canto è in origine; è il veicolo che meglio esprime le qualità essenziali dell'Essere.

Si propone di far riconoscere il canto come un diritto di ogni essere umano.

Ognuno di noi è in grado di cantare il proprio canto in quel momento, in modo sempre nuovo, sempre imprevedibile, e senza far leva su melodie prestabilite.

Il VOICING® è una pratica particolare e unica che una come strumento la voce umana, cantata, senza interruzioni, senza tracce sonore prestabilite o pensate. Durante la pratica impariamo a riconnetterci con noi stessi e ad esprimere la nostra dimensione interiore, le nostre emozioni, ... lasciando che il canto sorga spontaneamente, senza giudicarlo.

Useremo movimento e respiro per facilitare l'espressione sonora arrivando a sbloccare anche vecchie distorsioni o blocchi energetici arrivando ad aprire nuove dimensioni e nuove qualità di comunicazione.

Quale sollievo scoprire che paure, dolori, blocchi, giudizi e ferite possono dissolversi attraverso un atto creativo e celebrativo quale è il canto.

L'accettazione di sé che permette la libertà di espressione.

Ogni voce ha un potenziale incredibile, in continuo mutamento ed espansione, tanto quanto lo è la vita.

Quello che constatato attraverso il lavoro con VOICING® è che aiuta a vivere nell'autenticità e nella verità, portando accettazione al nostro essere umani.

In questo lavoro nessuno è stonato, nessuno è inadeguato o viene scartato perché ogni cosa può essere oggetto di indagine e integrazione attraverso la voce.

Il VOICING® è anche una diretta esplorazione della modalità uditiva per imparare a distinguere il "sentire" dell'ascoltare. L'ascolto è un'arte che oggi ha bisogno di essere rivitalizzata.

Ampliando le proprie percezioni uditive, non solo si facilita ed amplifica la propria resa sonora, ma anche si diventa consapevoli degli effetti dei suoni sul sistema umano: i suoni sia del proprio canto che di quelli esterni, come voci umani, suoni della natura, di strumenti musicali insoliti, di canti, musiche, rumori, ... Sarà anche un invito ad apprezzare la preziosità del silenzio.

Il VOICING® è particolarmente raccomandato per coloro la cui attività è connessa all'uso della voce e della comunicazione verbale, soprattutto se si sente disagio, vergogna insoddisfazione o senso di limitazione.

Si rivolge a tutti coloro che sentono il richiamo di una riscoperta di sé stessi.

A persone che vogliono ampliare il proprio campo di espressione.