

5 incontri di martedì, da gennaio a maggio 2023 – ore 17.00-21.00

La musica dell'anima **Voce, canto, meditazione**

con Domitilla Melloni

in presenza nella sede di Philo, via Piranesi 12, Milano



Accade con la voce qualcosa di molto simile a quello che accade con il corpo: pensiamo di *avere* un corpo e invece *siamo* il nostro corpo. Allo stesso modo pensiamo di *avere* una voce e invece *siamo* la nostra voce. Di entrambi pensiamo di poterli modificare per avvicinarli all'immagine ideale che ne abbiamo e dedichiamo all'impresa tempo, energie, preoccupazioni. Spesso anche molta sofferenza.

In tutto questo dolore, spesso ci dimentichiamo di ascoltarli: se e invece lo facessimo?

Come si ascolta la propria voce?

Come si ascoltano le voci degli altri?

Cosa si può scoprire di sé stessi semplicemente ascoltando la propria voce con attenzione?

Un viaggio in 5 incontri, dal silenzio al suono, dall'io al noi, dalla paura alla gioia dell'espressione, fino ad arrivare al canto.

Meditazioni, esercizi di respirazione, lavoro sui risuonatori corporei, riscaldamento e tecnica vocale, esercizi di lettura ad alta voce, canto, canto corale, esercizi sul ritmo

Un'opportunità di scoperta, alla ricerca di una nuova consapevolezza. (immagine: F. Palizzi, *Fanciulla sulla roccia a Sorrento*)

Domitilla Melloni: analista biografica a orientamento filosofico (SABOF), studia la voce dal punto di vista analitico e delle pratiche filosofiche. Insegna a Philo.

Calendario

martedì 10 gennaio - 7 febbraio - 7 marzo - 4 aprile - 16 maggio 2023. Ore 17.00-21.00.

Sede, costi e iscrizioni

Il seminario si svolgerà **in presenza nella sede di Philo (via Piranesi 12, Milano)**.

Posti limitati (min 6/max 20). È possibile iscriversi fino a massimo due giorni prima dell'inizio del seminario (salvo esaurimento posti disponibili).

Abbonamento al ciclo di 5 incontri: 175 euro.

Le iscrizioni con abbonamento a tutto il ciclo si effettuano **tramite il sito di Philo (www.scuolaphilo.it) nella pagina web dedicata all'evento: https://www.scuolaphilo.it/evento-philovoce_202212020747/**

Singolo incontro per i non abbonati: 40 euro.

Le iscrizioni ai singoli incontri si effettuano **scrivendo una mail a info@scuolaphilo.it**