

Workshop e Formazione continua 2024-25

Il Voicing[©]

Il canto come linguaggio dell'anima

Data: sabato 24.05.2025

Orario: dalle 9:00 alle 12:00

Luogo: HMI scuola moderna di musica, via Cancelliere Molo 9/A, 6500 Bellinzona

Docente: Nikla Bontadelli

Destinatari: insegnanti, studenti di musica e tutti gli interessati (cantanti e non)



Nikla Bontadelli

Dopo essermi dedicata allo studio del canto nel senso più classico del termine, ho abbracciato una visione più olistica di questa arte come strumento di espressione della propria verità e libera dai condizionamenti legati allo studio del canto canonico, di cui custodisco tutt'ora la preziosità. Dopo gli studi classici al Conservatorio, ho continuato il mio percorso esplorando la voce e la mia natura a 360 gradi attraverso vari metodi e percorsi intensivi su

me stessa, a partire dalla Primal (decondizionamento infantile), al tantra, alla riconnessione al sacro femminile, al VOICING[©], al lavoro quale Bodyworker attraverso il massaggio e il lavoro in acqua. Dopo aver sperimentato e approfondito queste tematiche come partecipante e come studente, ho collaborato con diversi terapisti quale assistente e ho iniziato a condividere questi lavori conducendo gruppi in Svizzera e all'estero. Nell'umiltà e connessa a un senso di servizio verso un Tutto molto più grande, con fiducia e onorando il flusso che la vita mi invita a seguire, continuo a mettere a disposizione la mia voce e a liberare la mia natura. Chiamata a condividere dal cuore, proseguo in questo cammino con gratitudine, un passo dopo l'altro.

Formazione:

- Conservatorio della Svizzera italiana - Diploma di pedagogia in canto e CAS in didattica nell'insegnamento vocale/strumentale
- Diploma di educazione musicale elementare (EME)
- Attestato di direzione corale di voci bianche
- Diploma Estill Voice Training (EVT) Voicecraft – Master VMS con Loretta Martinez

- Diploma di VOICING® Practitioner – con Pratibha De Stoppani
- Diploma di Oceanic Bodyworker® Fuoco e Terra – con Nirvano Martina Schulz
- Formazione base di Oceanic Bodyworker® Acqua e Aria – con Nirvano Martina Schulz
- Nozioni di sciamanesimo
- Terapista sonora e energetica
- School of Mystery, Sacred Dance and Feminine Arts
- Vinyasa Yoga Teacher 200hrYTT

Il workshop

In queste poche ore, avremo la possibilità di toccare e sperimentare, anche se brevemente, quello che questo metodo propone. Momenti pratici attraverso il respiro e la voce che porteranno ad approcciarsi al canto spontaneo e a liberarsi da qualche condizionamento rispetto alla voce.

Il VOICING® è una pratica che porta a comprendere e sperimentare la particolare natura della comunicazione verbale e il potere dei suoni e del canto.

Nella nostra cultura siamo spesso influenzati dalla credenza che *per cantare sia necessario saper cantare* e che *il canto sia un dono che non tutti hanno*. Questa convinzione parte dal presupposto che si possa cantare solo quando abbiamo un'immagine mentale di ciò che dobbiamo eseguire: una precisa melodia da cantare in un certo modo, un canto già scritto o definito. In questo modo, nel confrontarsi con la propria capacità di ripetere dei suoni correttamente e con il peso di determinate aspettative, possono insorgere ansia, paura o vergogna. Qualcosa di essenzialmente spontaneo, intimo e naturale come il canto può venire bloccato da vincoli sul "come si deve cantare".

Per il VOICING® il canto è il linguaggio dell'anima, un diritto di ogni essere umano. Ognuno di noi è in grado di cantare il proprio canto di quel momento, in modo sempre nuovo, sempre imprevedibile e senza bisogno di eseguire qualcosa di prestabilito. Il VOICING® è una pratica particolare e unica che usa come strumento la voce umana, cantata, senza interruzioni, senza tracce sonore prestabilite o pensate. Durante la pratica impariamo a riconnetterci con noi stessi e a 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 e aprendo 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 come il canto! Durante il processo del VOICING® si cerca di muoversi oltre le paure dei giudizi, sfidando le idee e le credenze, verso l'accettazione di sé. Ed è l'accettazione di sé che nutre la libertà di espressione, nella quale ogni voce ha un potenziale incredibile, in continuo mutamento ed espansione, tanto quanto lo è la vita. 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*. Ampliando le proprie percezioni uditive, non solo si facilita e amplifica la propria resa sonora, ma si diventa anche consapevoli degli effetti dei suoni sul sistema umano: sia dei suoni del proprio canto che di quelli esterni come voci umane, suoni della natura, di strumenti musicali insoliti, canti, musiche, rumori... Sarà anche un invito ad apprezzare la preziosità del silenzio.

Il VOICING® è particolarmente raccomandato per coloro che svolgono attività connesse 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 se stessi, a tutti coloro che vogliono ampliare il proprio campo di espressione.

MODULO DI ISCRIZIONE - Workshop e Formazione continua 2024-25

Il Voicing[©]

Il canto come linguaggio dell'anima

Cognome:.....

Nome:.....

Via e numero civico:.....

CAP e luogo di domicilio:.....

Telefono:.....

E-mail:.....

Voce o strumento:.....

Professione:.....

Data: sabato 24.05.2025

Orario: dalle 9:00 alle 12:00

Luogo: HMI scuola moderna di musica, via Cancelliere Molo 9/A, 6500 Bellinzona

Docente: Nikla Bontadelli

Attestato di frequenza: 3 ore/0,5 ECTS (per formazione continua)

Il modulo d'iscrizione è da inviare per e-mail a: segreteria@hminstitute.ch

Tassa di frequenza: CHF **60.00**

CHF **30.00** soci SSPM, studenti, membri di enti convenzionati

Gratuito per allievi HMI fino a 20 anni e allievi Corso Bridge

La tassa di frequenza è da versare entro il 22.05.24 sul conto bancario intestato a:

SSPM – Sezione di Lingua Italiana, 6900 Lugano

Banca dello Stato del Canton Ticino, 6501 Bellinzona

IBAN CH17 0076 4197 9551 3200 1

Data:..... Firma:.....