



PONTÈRAPIA

JORNADA DE MUSICOTERÀPIA I SUFISME
Dissabte 14 de desembre de 11h a 19h





PONTERÀPIA

Programa:

MATÍ (11h-14h): Musicoteràpia activa (movts. arquetípics / baksi dans), Musicoteràpia receptiva amb pentafonies, Filosofia i meditació sufí (dhikr).

TARDA (16h-19h) Sessió de Musicoteràpia receptiva amb música de makam (Mètode Dr. Oruç Güvenç), dhikr i Sessió de Sema (dansa giròvaga de la tradició sufí amb música sufí en viu).

A càrrec de: *Jordi Hayri Delclòs*, president de l'Associació Cultural Pontèrapia i director de l'Escola de Música y Musicoteràpia Turca y Sufí de Barcelona. Dr. en Filosofia, docent a la secundària (Cultura de les religions), docent al Màster de Musicoteràpia Transcultural a la UdG, i autor de tres llibres sobre la temàtica de la musicoteràpia i del sufisme.

Amb la participació i col·laboració de:

Angel Halim Martínez, músic i musicoterapeuta graduat en el model de musicoteràpia turc "Mètode Dr. Oruç Güvenç".

(i d'altres col·laboradors...)

EXPLICACIÓ DE LES ACTIVITATS:

MUSICOTERÀPIA (MÈTODE DR. ORUÇ GÜVENÇ):



Utilitzarem tècniques pròpies de l'antiga ciència milenària de la musicoteràpia de l'antic orient, aplicades no només en el seu aspecte terapèutic sinó també en l'àmbit del desenvolupament interior. Els participants podran escoltar improvisacions amb instruments tradicionals i tonalitats curatives còmodament estirats, practicar moviments arquetípics que desbloquegen i harmonitzen, o realitzar l'antiga dansa baksi d'origen xamànic. Aquest sistema, tot i que vé de molt antic, s'ha modulats en forma de mètode gràcies al treball incansable de tota una vida del mestre turc Dr. Oruç Güvenç (en pau descansi).

“El cos cau malalt quan l'ànima està dèbil, el cos es malmet quan malmetem la nostra ànima. D'això se'n deriva que la curació del cos té a veure amb la curació de l'ànima. El restabliment de la seva força i substància ens remet a un just equilibri i per aquest fi ens ajudem dels sons adequats per a cada cas”.

Al Farabi, músic i filòsof persa del S. IX-X



PONTERÀPIA

MEDITACIÓ SUFÍ: DHIKR, ELS MANTRES SUFÍS



El *dhikr* és una de les columnes centrals del mètode sufí. Literalment vol dir 'record', i consisteix en la pràctica continuada del record/invocació mitjançant la menció dels bells noms divins i fórmules derivades. El *dhikr* permet recuperar la unitat primordial, realitzar la integració de l'ésser humà. Té així la capacitat de purificar el cor i de tranquilitzar-lo. El *dhikr* prepara per al *tafakkur* (pensament amb llum, intuïció). Els mantres es poden fer acompanyats

de música sufí o en silenci, i com a meditació individual o en grup.

SESSIÓ DE SEMA



Es diu que el Sema (samâ) és la cura i l'aliment de l'ànima. El gran poeta místic sufí d'origen persa del S. XIII va instaurar a Konya (Anatolia-Turquia) aquesta bella dansa giratòria en la forma que la coneixem avui, transmesa per les confrades sufís fins als nostres dies. La dansa imita el moviment circular present a l'univers, i consisteix en girar meditativament amb música sufí en directe mentre es reciten mantres sufís. Es gira al voltant del cor, centre del nostre ésser i espai per a l'experiència espiritual. La música i

la dansa obren així un pas cap el cor i permeten integrar aspectes difícils, alliberar-se de les pròpies lligadures mentals i connectar amb la nostra essència atemporal. No és necessària experiència prèvia.

Cost del taller:

Tarifa general: 70€

Tarifa socis de l'Associació (s'ha d'haver fet efectiva la quota de desembre): 40€

Places limitades. És imprescindible comunicar la reserva a: info@ponteràpia.com i ingressar 20€(excepte socis) al cc de l'Associació Cultural Ponteràpia:

ES32 3025 0001 1014 3362 5876

www.ponteràpia.com