



Foto: Inese Kalniņa

DABISKĀS BALSS ATBRĪVOŠANA

Laikmetīgas, senatnīgas un dziedinošas balss prakses ikvienam.

26.11.2022, 10:00 – 15:00, Rīga

Apejot sarežģītas balss tehnikas un “pareizu, skaistu” dziedāšanu, mūsu tikšanās būs telpa, kurā ikviena balss ir aicināta un atbalstīta skanēt brīvi, autentiski un būtību atbrīvojoši. Dziļā un spēcinošā klātbūtnē dosim balsi savam “iekšējam dziedniekam” - dziedāt, runāt, izskanēt un ievibrēt tieši to, kas šajā brīdī nepieciešams ķermeņa, psihe un gara veselībai un labbūtībai.

Semināra prakses:

- Balss un elpas prakses nervu sistēmas līdzsvarošanai;
- Balss un ķermeņa atbrīvošana caur kustību, iztēli un vizualizāciju;
- Brīva, intuitīva balss improvizācija;
- Sevis apzināšanās un dziedināšana ar balss skaņu.

Ko šis process sniedz?

- Spēju sajst harmonisku saikni ar savu iekšējo pasauli;
- Prasmes līdzsvarot un dziedināt sevi ar savā ķermenī pieejamajiem resursiem;
- Telpu izteikt sevi brīvi un autentiski;
- Iespēju satikt savu balsi tās pilnajā, spēcinošajā potenciālā.

Semināru vadīs brīvās balss improvizācijas māksliniece un balss apzinātības semināru vadītāja un lektore *Dana Indāne – Surkiene*. Tas piemērots gan iesācējiem, gan tiem, kuri grib atsvaidzināt savu pieredzi un atgriezties pie savas dabiskās balss, elpas un ķermeņa apzinātības.

Semināra norises laiks: 26. novembris, pl.10:00 – 15:00

Semināra norises vieta: Transpersonālais izglītības institūts, Satekles iela 2c, Rīga.

Pieteikšanās: līdz 21. novembrim, rakstot uz e-pastu: freevoiceart@gmail.com

Dalības maksa: 60 Eur.



Dana Indāne – Surkiene (Latvija/Lietuva) ir balss attīstīšanas kursu autore, lektore un brīvās balss improvizācijas māksliniece. Ieguvusi maģistra grādu teātra mākslā un laikmetīgajā balss improvizācijā, studējusi dažādas balss tehnikas, kā arī ilgstoši apgūvusi psiholoģijas un performances mākslas zināšanas. Kopš 2011. gada Dana kā vieslektore pasniegusi vairākās Latvijas augstskolās, vadījusi kursus un meistarklases korporatīvajā un pieaugušo izglītības vidē, kā arī regulāri veido un uzstājas starptautiskos skatuves mākslas projektos kā dziedātāja, improvizatore un mūzikas autore.

2021. gadā kopā ar skaņu mākslinieku Maksimu Šenteļevu māksliniece izdevusi mūzikas albumu “Gaidību dziesmas. Songs of Mother and Field”, kas veltīts smalkajai mātes saiknei ar gaidāmo bērnu.

<https://nabamusic.bandcamp.com/album/dana-ind-ne-surkiene-maksims-ente-evs-gaid-bu-dziesmas-songs-of-mother-and-field-2021>