

”When we do manage to free our own authentic voices the whole being resonates with that truth”.

”När vi lyckats frigöra våra egna autentiska röster genljuder hela varelsen av denna sanning”.

Marion Woodman

”Intuition within art and religion equals conviction and faith. It’s about the state of the soul and not to about the way to reason”.

”Intuition inom konst och religion är likvärdigt med övertygelse och tro. Det handlar om själens tillstånd och inte om ett sätt att resonera”.

Andrej Tarkovskij

Kursarrangörer: S:t Johannes Församling,
Svenska kyrkan i Malmö och Sensus studieförbund.



Svenska kyrkan



sensus

Kvinnosjälenes sång

- kurs i sångens förbindelse med själ och kropp -



17 april, kl 10.00 - 17.00

S:t Johannes församlingshus, Kapellgatan 6, Malmö

En kurs för kvinnor där vi undersöker sångens förbindelse mellan kropp och själ. I en trygg och dynamisk grupp-atmosfär får du lära dig enkla övningar som hjälper till att förankra din sångröst i både kropp och själ. Din emotionella närvaro i rösten ökar och du blir säkrare i sången.

Människan har i alla tider använt sig av sång för att kontakta sina inre världar och ge uttryck för sin andliga längtan. Sången bär en läkande kraft och att sjunga påverkar både vår kroppsliga och själsliga hälsa positivt. Din röst är unik – låt din sång bli hörd och bevittnad.

Välkommen till en sångkurs där vi vågar hålla något för heligt och ge ett kreativt uttryck för dess kraft.

Kursledare Lena Måndotter

Lena är sångerska och diplomerad sångterapeut vid Royal Society of Arts i London. Lena har studerat för många internationellt kända lärare såsom Paul Newham (Voice Movement Therapy, London), Marion Woodman (internationellt känd jungiansk analytiker och författare till många böcker i kvinno-psykologi). Hon har under många år hållit kurser i olika sammanhang, alltifrån Kungliga Musikhögskolan och Malmö Högskola till andra föreningar, företag och institutioner. Hon har också tilldelats många kulturstipendier för sitt konstnärliga arbete.



Foto: Ronnie Hall

Mer information om Lena Måndotter på lenamandotter.com.

I kursen ingår bland annat:

- en introduktion till röstens psykologi och sambandet mellan röst och känslor.
- rörelse- och andningsövningar som befriar rösten och gör den mer avslappnad.
- individuell och gemensam sång i en trygg gruppatmosfär.
- kreativ improvisation och tolkning av egna och andras sånger.
- introduktion till sången som ett sätt att befrämja den psykiska och fysiska hälsan.
- lekfulla övningar i konsten att lyssna på djupet.
- en inblick i sångens läkande och andliga funktioner i olika kulturer.
- en kort guidad meditation med präst Ida Wärebörn.

TID: 17 april, lördag
kl 10.00 - 17.00

PRIS: 950 kr

PLATS: S:t Johannes församlingshus,
Kapellgatan 6, Malmö

ARR: 305048

Anmälan på 040- 664 56 90 eller
anmalanmalmo@sensus.se. Mer info på www.sensus.se

