

M^o FEDERICA RIGHINI

" MAESTRO DI TE STESSO: L'ARTE DI STUDIARE "

LE STRATEGIE DELLA PROGRAMMAZIONE NEURO LINGUISTICA (PNL) APPLICATE ALLA PERFORMANCE MUSICALE

13 e 14 OTTOBRE AUDITORIUM DEL CONSERVATORIO



*"Quando sei rigido nelle articolazioni ostacoli il flusso emotivo e fisico di ciò che la musica ti chiede.
...Quando il corpo è rilassato, puoi entrare in contatto con le profondità dell'anima." (Claudio Arrau)*

Il cosiddetto "studio intenzionale" è un presupposto fondamentale per il raggiungimento dell'eccellenza nel campo della performance musicale. Studiare in modo consapevole e deliberato sviluppa la creatività, accresce l'autostima e migliora la qualità del rapporto con se stessi e con la musica.

La masterclass propone le strategie dello studio intenzionale e tecniche per:

- o potenziare l'attenzione e la concentrazione;
- o potenziare le capacità di memorizzare;
- o migliorare l'organizzazione dei tempi e degli obiettivi di studio;
- o riconoscere la relazione tra postura, gesto strumentale e atteggiamento psicologico dell'esecutore;
- o esplorare la relazione tra propriocezione e potenziale tecnico ed espressivo;
- o gestire le emozioni correlate alla performance musicale ed aumentare la propria sicurezza nell'esecuzione pubblica.

la masterclass si rivolge a tutti gli strumentisti, ai cantanti, ai direttori d'orchestra, ai direttori di coro ed ai jazzisti nei diversi livelli di formazione. il percorso si avvale di tecniche e strumenti pratici tratti dalla Programmazione Neuro-Linguistica e dalla Dinamica mentale con esercizi di auto-percezione fisica utilizzati nelle varie metodologie (Bioenergetica, Neurospeak, Tecniche di respirazione naturale).

Federica Righini concertista e didatta, conduce da oltre vent'anni un'originale ricerca volta ad applicare alla performance musicale più efficaci strategie proposte dalle discipline di crescita personale e di sviluppo del potenziale umano. L'obiettivo è aiutare i musicisti a riconoscere ed incrementare le proprie risorse, assumendo così una maggiore consapevolezza e la responsabilità della propria evoluzione artistica.

Nata come approccio specificatamente pianistico, nel corso degli anni la sperimentazione si è estesa ad altri strumenti ed alla voce, dando vita al percorso "Maestro di te stesso". Il libro dallo stesso titolo, edito da Curci nel 2010, scritto con Riccardo Zadra, continua a riscuotere successo in ambito musicale e artistico come pubblicazione di riferimento tutt'ora unica nel suo genere. Qualche commento: "L'appassionante ricerca degli autori offre nuovi punti di vista e metodologie originali per affrontare quei problemi che, da sempre, fanno parte della vita dei musicisti, siano essi giovani studenti o professionisti in carriera" (Aldo Ciccolini) e " Lo consiglio vivamente come testo di consultazione per insegnanti e allievi, per corsi di metodica e didattica o anche come semplice lettura per concertisti musicisti in genere, che spesso si ritrovano da soli a gestire situazioni ed emozioni più grandi di loro" (Omar Soboli).

ORARI DELLA MASTERCLASS

MARTEDÌ 13 OTTOBRE	MATTINA	ORE 10:00-13:00
	POMERIGGIO	ORE 15:00-18:00
MERCOLEDÌ 14 OTTOBRE	MATTINA	ORE 10:00-13:00
	POMERIGGIO	ORE 15:00-18:00

Direttore

M^o **Umberto Zamuner**

Docenti referenti: **Felice Cavaliere, Giovanni Pompeo, Donatella Lepore**

PER ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

CONTATTARE SEGRETERIA
CONSERVATORIO DI MUSICA

CARLO GESUALDO DA VENOSA,
POTENZA

T. 0971 46056 / F. 0971 46239

amministrazione@pec.conservatoriopotenza.it

MASTERCCLASS 2015