

Deep Listening-forløb Forår 2021

DATO:

Kl. 13:15 - 15:15

Mandage - 5., 12., 19. og 26. April

ADRESSE:

Nørrebrogade 8, 1.tv. *Psykologhuset Broen*

PRIS:

1600 DKK

Studerende:

1200 DKK

Åben for max 5 deltagere.

** Ingen afvises på grund af økonomiske omstændigheder. Skriv til mig for en aftale.*

** Kurset afholdes så vidt muligt fysisk, men hvis omstændighederne kræver det, flyttes det til digital platform.*

Vi modtager hele tiden lydlig information. □

Vores ører er ekstremt sensitive overfor omverdenen. Men lytter vi for alvor til al den lyd, vi hører?

På denne forløb radikaliserer vi et af vores fineste menneskelige værktøjer - at lytte.

Hvad sker der, hvis vi forsøger at lytte til alt, der er muligt at høre, i alle døgnets 24 timer?

Kurset baserer sig på den meditative lyttepraksis Deep Listening[®], udviklet af den amerikanske avant-gardekomponist og humanist, Pauline Oliveros.

Denne praksis kultiverer via en musikalsk tilgang den åbne og præcise lytning ved hjælp af lytteøvelser, kropsarbejde og 'Sonic Meditations'.

Kropsarbejde

Vi undersøger, hvad det gør ved vores lytning, når kroppen finder ro og aktiveres. Hvor lander lydene i min krop? Vi arbejder med øvelser fra den asiatiske bevægelsestradition Qi Gong - både dynamiske øvelser og langsomme, kontinuerlige bevægelser, der skaber en særlig kontakt til kroppen.

Alle mennesker lytter forskelligt. Vi tager udgangspunkt i hver enkelt deltagers personlige måde at lytte på, og skaber rammer til at lære nye.

Covid-19

På dette hold er med et stærkt reduceret deltagerantal. Øvelserne er desuden valgt ud fra de gældende Covid-19 regulationer, ligesom vi sørger for god udluftning undervejs. Ved evt. aflysning refunderes kursusgebyret.

Facilitator

Morten Svenstrup (f. 1984) – musiker og kropspsykoterapeut. Cand. Mag. i Moderne Kultur fra Københavns Universitet.

Deep Listening[®] Certificate Holder fra Rensselaer Polytechnic Institute, Troy, New York. Uddannet under Pauline Oliveros, Ione and Heloise Gold.



Tilmelding

Tilmelding sker til

Mortensvenstrup@gmail.com

Kursusgebyr overføres samtidig.

Mobilepay

Overfør kursusgebyr til 122957

(Navn: Lyttepraksis)

Angiv dit for- og efternavn samt emailadresse i kommentarfeltet.

Bankoverførsel

Tilmeld dig på: Mortensvenstrup@gmail.com,
og anfør 'bankoverførsel'. Betalingsinfo
eftersendes.

Tilmeldingsfrist

29. Marts.

Afmelding kan ske indtil en uge før kursusstart mod et gebyr på 300 DKK. Herefter er tilmeldingen bindende og gebyret kan ikke refunderes.

Afmelding på baggrund af COVID-19 er frataget ovenstående betingelser.