



PONTERAPIA

RETIR SUFÍ A CAN BORDOI
Divendres 31 oct. a Diumenge 3 nov.



Programa:

Dijous 31 d'octubre:

Arribada al Campus a la tarda/vespre (es pot arribar també divendres).

20:30h (aprox.) Sopar

Divendres 1 de novembre:

06:00h-07:15h Programa (opcional) devocional de l'alba (oració, recitació i zikr)

09h-10h Esmorzar

10h-13h Assaig musical d'alumnes i exalumnes de l'Escola

13:30h-14h Pregària-oració del migdia (opcional)

14h Dinar

16:00h Sessió de Musicoteràpia receptiva amb música de makam (Mètode Dr. Oruç Güvenç).

16:30h-19h Taller de filosofia i meditació sufí, filosofia i mètode (conceptes bàsics de la cosmovisió i el mètode del sufisme, meditació amb mantres sufís).

20:30h Sopar

21:30h Lectura del Mathnawî de Mevlâna Jalaluddin Rumi

22:30h Inici de les 24 hores continuades de Sema (dansa giròvaga de la tradició sufí).



PONTERÀPIA

Dissabte 2 de novembre:

Continua el Sema ininterromput fins les 22:30h.

Diumenge 3 de novembre:

06:00h-07:15h Programa devocional opcional de l'alba (oració, recitació i zikr)

09h-10h Esmorzar

10h-13h Taller al bosc de Can Bordoi: Interpretació de belles melodies, Musicoteràpia amb pentafonies, Moviments Arquetípics / Dansa baksi.

14h Dinar (pica pica)

Retir dirigit per *Jordi Hayri Delclòs*, president de l'Associació Cultural Pontèrapia i director de l'Escola de Música y Musicoteràpia Turca y Sufí de Barcelona.

Amb la participació i col·laboració de:

Tuba Delclòs (coordinació i cuina turca)

Angel Halim Martínez (músic Sema)

i d'altres col·laboradors i músics...

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 modulad 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



PONTERAPIA



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.



24 CONTINUADES 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 cofrades 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. Els equips de músics i els participants s'aniran relevant durant les 24 hores.

Cost del taller:

Tarifa general (participants no alumnes ni socis): 250€

Tarifa per alumnes no socis): 190€ (alumnes que no paguen quota de soci)

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

- **120€** Alumnes socis
- **140€** Socis no alumnes

És imprescindible reservar plaça amb ingrés de 50€ (excepte socis) al cc de l'Associació:

ES32 3025 0001 1014 3362 5876 (posar nom i concepte "Retir a Can Bordoi")
(Comunicar la reserva a: info@ponterapia.com)