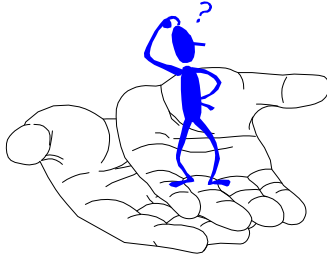


WORKSHOPS

**Ganesh Lier, Swaramandala,
Nada-Tarangini en Dil-Harp**

en

Ganesh Santoor



DE KERN boz

**Centrum voor biodynamische osteopathie,
psychosomatische fysiotherapie,
bewustwording, ontplooiing, spiritualiteit**

Maureen Wetzel

Energetisch therapeut
Reiki geregistreerd Practitioner & Teacher
Edelsteentherapeut (Crystalhealer) i.o.

Helma Grimminck

Energetisch therapeut
Reiki geregistreerd Practitioner & Teacher
Osteopaat (biodynamisch)
Fysiotherapeut (psychosomatisch)

DE KERN boz is lid van:

- BATC (Beroepen & Belangen Associatie voor Natuurgerichte Therapeuten en Consumenten)
- Shibumi (International Reiki Association)
- NVO (Nederlandse Vereniging voor Osteopathie)

De Snoostraat 13
4624 VJ Bergen op Zoom
Telefoon 0164-210700

Email: info@dekernboz.nl
Website: www.dekernboz.nl

Kamer van Koophandel nr.: 20124437

VOORWOORD

Tijdens een aantal workshops zijn wij enorm geraakt door de muziek van Micha Stemerding. De manier waarop hij op zijn zelfgemaakte instrumenten speelt, raakt onze Ziel keer op keer.

Voor Micha is het erg belangrijk om zijn ervaringen met anderen te delen. Hij vindt het ook fijn en betekenisvol dat iedereen zijn/haar eigen ervaringen kan opdoen met zijn instrumenten.

Zowel de instrumenten bespelen als naar de instrumenten luisteren zijn voor ons ervaringen van genieten, rust, verstillings, tot jezelf komen, ontroering, troost, jezelf mogen zijn ...

Micha is geraakt door het feit dat ook wij nu anderen de gelegenheid bieden om, op onze eigen wijze, ervaringen op te doen met zijn instrumenten.

Over de instrumenten schrijft hij het volgende:

GANESH INSTRUMENTEN

Elk Ganesh instrument is het resultaat van een zoektocht. Met de Ganesh instrumenten zijn niet alleen een nieuw soort instrumenten ontstaan, maar ook een nieuwe manier van spelen.

De zoektocht bij het ontwerpen en bouwen van de instrumenten is erop gericht dat de instrumenten geschikt moeten zijn om er meteen muziek op te maken. Dus niet jarenlang oefenen voor je muziek kan maken; na vijf minuten oefenen en vooral goed luisteren naar het instrument, komen er al hele mooie klanken uit. En na een workshop sta je echt verbaasd wat een mooie en ontroerende muziek er gemaakt wordt, ook door mensen die nog nooit muziek gemaakt hebben.

De **Lier** wordt vaak in de handen van engelen en Goden gezien! De zuivere klanken van de Lier dringen door alle barrières en blokkades en raken direct het Hart van zowel de speler als de toehoorder.

Swaramandala betekent letterlijk cirkel van klank. Als je op de Swaramandala speelt, is het alsof je fonkelende sterretjes in de lucht hoort.

De **Nada-Tarangini** doet je de Stilte horen en voelen. Er zijn maar twee tonen; deze smelten samen in een golf en produceren een heel scala van klanken en boventonen.

De **Santoor** is een halfronde klankkast met veel snaren. Je bespeelt hem met stokjes, en wanneer je hiermee de snaren neerkomt komt er een prachtige toon als een golf naar je toe om dan langzaam in de verte te verdwijnen. Je voelt de stilte ...

DIL- HARP en SHAMAAN FRAME DRUMS

De Dil-Harp is een Keltische harp die door een bekwaam harpenbouwer uit Pakistan gebouwd wordt. De prachtige klanken van deze harpen en het feit dat ze in dezelfde stemmingen als de Ganesh instrumenten gestemd kunnen worden, maakt ze heel geschikt om ze in combinatie met Ganesh instrumenten te bespelen. Dil is een Urdu woord dat staat voor hart, moed, kracht en mildheid.

Ook hebben we een bouwer van Frame drums in Pakistan gevonden die geweldige Frame drums en Doumbeks voor ons maakt.



<p>WORKSHOP GANESH LIER, SWARAMANDALA, NADA-TARANGINI en DIL-HARP</p>

De Ganesh instrumenten (Lier, Swaramandala, Nada-Tarangini) en Dil-Harp zijn wonderlijke instrumenten; veel mensen die zo'n instrument voor het eerst bespelen weten niet wat hen overkomt, zo diep worden ze geroerd.

De innerlijke snaren worden letterlijk aangeraakt en in trilling gebracht. Hoe kan het toch dat zo'n eenvoudig instrument zoveel met je kan doen?

Het is een prachtig gezicht als, tijdens een workshop, iedereen in zijn/haar eigen hoekje, helemaal opgaat in het bespelen het instrument.

Je ziet dan hoe ieder op zijn of haar eigen manier contact maakt met dit instrument en op zijn/haar eigen manier erop speelt. Een Ganesh instrument of de Dil-Harp is een instrument dat je echt dierbaar wordt als je er een tijdje op gespeeld hebt!

Wat doen we tijdens de workshop?

We leren hoe we een Ganesh instrument en de Dil-Harp vast kunnen houden. Hoe je een mooie klank aan dit instrument kunt ontlokken. Hoe je erop kan spelen, zonder noten te kunnen lezen. Hoe je er erop samen kan spelen.

Voor wie is deze workshop?

Voor iedereen die nieuwsgierig is naar de Ganesh instrumenten en/of de Dil-Harp.

Voor iedereen die overweegt een Ganesh instrument en/of een Dil-Harp aan te schaffen, maar eerst eens wil proberen of het iets voor hem of haar is.

Voor iedereen die al een Ganesh instrument of een Dil-Harp heeft, maar wel eens een nieuwe impuls wil hebben om weer met nieuwe inspiratie verder te kunnen.

Verdere informatie

Er kunnen zich maximaal 8 personen inschrijven. De inschrijving vindt plaats op volgorde van aanmelding.

Tijd: van 14.00 uur tot 16.30 uur.

Je bent welkom vanaf 13.30 uur.

Voor data: zie www.dekernboz.nl of bel of mail even

WORKSHOP SANTOOR

Het spelen op de Santoor kan een fantastisch avontuur zijn waarin je kan leren dat je er helemaal mag zijn! Je mag je laten horen! Al spelend gaat er een wereld voor je open waarin je de ervaring van vrij-zijn voelt en beleeft.

De Santoor is een halfronde klankkast met eindeloos veel snaren (zo lijkt het tenminste) die rust op je knieën of op een standaard voor je. Tijdens de workshop leer je op de Santoor spelen met sierlijke stokjes tussen wijsvinger, middelvinger en duim.

Daar zit je dan! Onwennig hou je de sierlijke stokjes tussen wijsvinger, middelvinger en duim. Even gaat er een twijfel door je heen: 'Durf ik dit wel, kan ik dit wel?'. Dan laat je een van de stokjes op de snaren neerkomen: een prachtige toon komt als een golf naar je toe om dan langzaam in de verte te verdwijnen.

Het is alsof de toon over een uitgestrekte vlakte drijft, achter de horizon verdwijnt om daar voorbij voor eeuwig door te gaan. Met de volgende slagen maakt een onstuimig gevoel van vrijheid zich van je meester. Een vermoeden van onbegrensde uitdrukingsmogelijkheden zet je onmiddellijk aan het experimenteren. Na een tijd van enthousiast rondrennen over de snaren krijg je de aanwijzing om weer even terug te gaan naar die eerste toon: 'Sla één toon aan en probeer te horen waar die klank vandaan komt en waar die naartoe gaat'. Je slaat die toon een paar keer aan en luistert aandachtig, en dan opeens daagt dat besef dat er *stilte* in alles aanwezig is. Je wist dat wel met woorden, maar nu is het opeens een levende ervaring.

*Je voelt de stilte waaruit de
tonen ontstaan,
de stilte die, tijdens het
klinken van de tonen, bijna
tastbaar is,
de stilte waar de tonen
uiteindelijk weer mee
versmelten.*

Wat doen we tijdens de workshop?

We leren hoe we de Santoor vast kunnen houden; je innerlijke en uiterlijke houding. Hoe je een mooie klank aan dit instrument kunt ontlokken. Hoe je erop kan spelen, zonder noten te kunnen lezen. Hoe je erop samen kan spelen.

Voor wie is deze workshop?

Voor iedereen die nieuwsgierig is naar de Santoor.

Voor iedereen die overweegt een Santoor aan te schaffen maar eerst eens wil proberen of het iets voor hem of haar is.

Voor iedereen die al een Santoor heeft maar wel eens een nieuwe impuls wil hebben om weer met nieuwe inspiratie verder te kunnen.

Verdere informatie

Naast de Santoor worden andere instrumenten gebruikt ter ondersteuning, zoals de Nada-Tarangini, de Dil-Harp, Framedrums en Doumbeks. De laatste twee zijn fijne ritme-instrumenten om het spelen op de Santoor te ondersteunen.

Er kunnen zich maximaal 8 personen inschrijven. De inschrijving vindt plaats op volgorde van aanmelding.

Tijd: van 14.00 uur tot 16.30 uur.

Je bent welkom vanaf 13.30 uur.

Voor data: www.dekernboz.nl of bel of mail even.