

Retir sufí



- **3 dies ininterromputs de Sema (dansa del gir)**
- **Taller de sufisme: sobhets (converses sobre conceptes bàsics de la cosmovisió sufí), mantres sufís (dhikr), música sufí en viu.**
- **Lectura en grup del Mathnawî de J. Rumi**
- **Taller de musicoteràpia d'arrel turca (mètode Dr. Oruç Güvenç) orientada al treball interior.**
- **Cuïna turca**

Més informació i reserves:

<http://www.ponterapia.com/ca/esdeveniment/retir-sufi-setmana-santa-olot-girona-la-masia-la-comademont-batet-de-la-serra>



Retir dirigit per Jordi Hayri Delclòs, Dr. en Filosofia, president de l'Associació Cultural Ponterapia i director de l'Escola de Música y Musicoteràpia Turca y Sufí de Barcelona.

Amb la participació i col·laboració de:

Tuba Delclòs (cuïna turca)
Angel Halim Martínez

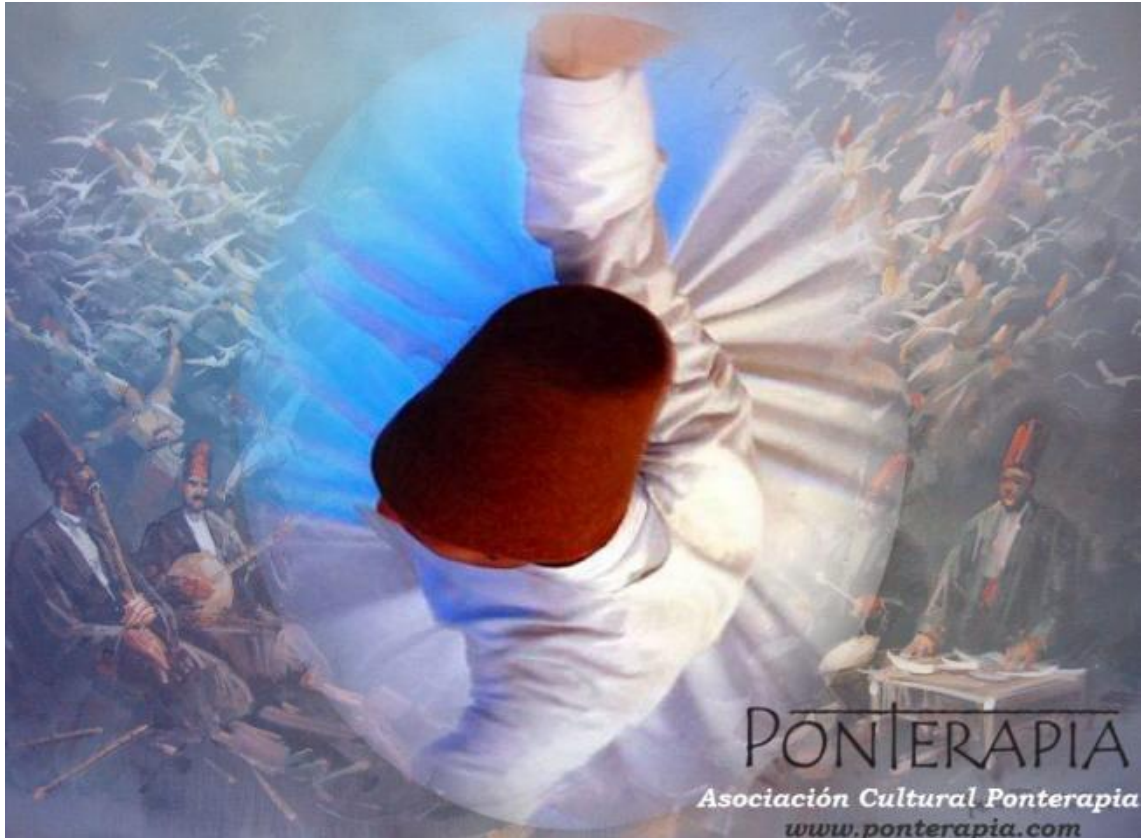
(i altres col·laboradors i músics)

Data d'arribada: Dimarts 16 al vespre/nit (o dimecres 17 si no es pot dimarts)

Sortida: Diumenge 21 al migdia

EXPLICACIÓ DE LES ACTIVITATS:

LA DANSA DEL 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 confrades sufis 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 sufis. 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.

3 DIES SENSE INTERRUPCIÓ DE SEMA

Després de l'èxit en les edicions anteriors de l'any passat, on varem fer 24 hores dues vegades i 36 hores una vegada, ara volem fer un **Sema de 3 DIES sense interrupció**. L'esdeveniment està pensat de forma que els participants poden anar entrant i sortint per menjar o dormir i després tornar a la sala del Sema, però sempre hi haurà un equip de músics i com a mínim dues persones girant durant les 24 hores de cada dia durant 3 dies consecutius, que començaran el **dimecres 17 al vespre-nit**, així cadascú pot girar més o menys temps en funció de les seves possibilitats, desde uns minuts fins a varies hores seguides... Els músics que dirigiran els equips tenen formació d'anys en el sufisme, formats en la tradició de Mevlana Rumi, i havent participat en els llargs retirs (de mesos de duració) a Turquia sota la direcció del mestre R. Oruç Güvenç (en pau reposi), i sempre amb respecte per la tradició. És una bona ocasió per aprofundir en l'experiència d'aquesta bella meditació en moviment, i en un entorn natural idoni. L'activitat es farà només si hi ha prou participants, en cas que no s'arribés al nombre necessari

de participants per a sostenir els tres dies, es farien 2 dies o 36 hores, esperem però aconseguir-ho.

MUSICOTERÀPIA (MÈTODE DR. ORUÇ GÜVENÇ)

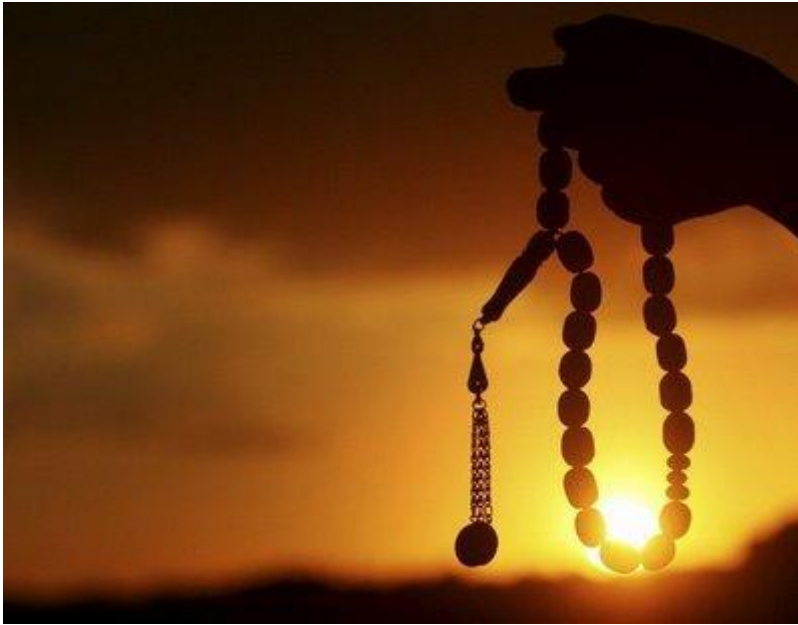


Utilitzarem tècniques pròpies de l'antiga ciència milenària de la musicoteràpia de l'antic orient, aplicades no només en el seu aspecte terapèutic sinó també en l'àmbit del desenvolupament interior. Els participants podran escoltar improvisacions amb instruments tradicionals i tonalitats curatives còmodament 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 (qui ens va deixar l'any passat), i porta el seu nom (Mètode Dr. Oruç Güvenç).

“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

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. En la seva formació com a tècnica rep la influència d'altres tradicions, com les orientals. Pot ser 'de la llengua' (mantres) o 'del cor'.

La seva dimensió terapèutica és que el *dhikr* permet recuperar la unitat primordial, realitzar la integració de l'ésser humà. Té així la capacitat de purificar el cor i de tranquil·litzar-lo. El *dhikr* prepara per al *tafakkur* (reflexió sobre els signes, pensament amb llum, intuïció). Els mantres es poden fer acompanyats de música sufí en directe o en silenci, i com a meditació individual o en grup.

CONDICIONS:

- **Per 5 nits:** 380 € (270€ per alumnes de l'Escola).

(Arribada dimarts 16 a la tarda/nit i sortida diumenge 21 al migdia).

- **Per 4 nits (les 3 del Sema i la posterior):** 350€ (240€ per alumnes de l'Escola).

(Arribada dimecres 17 i sortida diumenge 21 al migdia).

Per fer efectiva la reserva és imprescindible ingressar 100€ al cc de l'Associació:

ES32 3025 0001 1014 3362 5876

Comunicar la reserva a:

info@ponterapia.com (www.ponterapia.com)

Dates:

dimarts, 16 abril, 2019 - 17:00 a diumenge, 21 abril, 2019 - 13:00

Data de l'esdeveniment:

Dimecres, 17. abril 2019 - 17:00 a Diumenge, 21. abril 2019 - 13:00

Cal inscripció prèvia?:

Si

Preu:

380.00€

Nom de l'entitat organitzadora:

Ponteràpia

La Comademont

Casal dels Volcans s/n

17800

Girona