

# MUZIKOTERAPEUTICKÉ CENTRUM

## PaedDr. LUBOMÍRA HOLZERA

### Nabídka programů z produkce Dr. Lubomíra Holzera.

**Holistická muzikoterapie, studium, výuka, kurzy a semináře muzikoterapie, šamanství, bubnování - džembé, šamanský buben, hra na didžeridu, fujaru, koncovku, brumli, ústní harfu, tibetské mísy, alikvotní, hrdelní a muzikoterapeutický zpěv, perkuse, etnické, lidové a staré nástroje.**

Všechny typy programů - muzikoterapeutické, přednáškové, studijní, výukové, semináře, dílny, prožitkové semináře, relaxační, meditační a šamanské kurzy, koncertní, divadelní, a kombinované, mají společného jmenovatele v muzikoterapeutické metodě PaedDr. Lubomíra Holzera. U všech programů jde tedy o aplikaci této metody s přihlédnutím ke skupině klientů - recipientů, kterým je v daném okamžiku poskytována. Pro školy a školky všech typů a úrovní či zaměření, zdravotnická zařízení, stacionáře, pobytová zařízení, dětské domovy, domovy důchodců, nejrůznější zařízení pro klienty s postižením - ÚSP, Speciální školy, Praktické základní školy, denní stacionáře, PPP a PPC apod., festivaly, divadla, kulturní střediska, kluby kultury, kulturní centra, a ostatní zařízení pro děti a mládež a dospělé, organizace a soukromé subjekty, přicházejí v úvahu následující programy:

### 1. Muzikoterapie

**Muzikoterapie Ia. receptivně pasivní - kolektivní** – prožitková hluboká relaxace: konkrétní realizace muzikoterapeutické metody Dr. L. Holzera. Tento program je bez rozdílu určen pro všechny vyjmenované skupiny recipientů a také je velmi oblíbený u těhotných žen. Jedná se o konkrétní podobu muzikoterapeutické jednotky, tak jak je aplikována pro všechny klientské skupiny, bez rozdílu zdravotní klasifikace, či sociální příslušnosti. Klienti při ní leží ve stabilizované relaxační poloze na podložce a zahalení přikrývkou, v klidu poslouchají hudbu, kterou produkuje sám muzikoterapeut. Délka 60 – 90 minut.

**Muzikoterapie Ib. receptivně pasivní – individuální** - prožitková hluboká relaxace: konkrétní realizace muzikoterapeutické metody Dr. L. Holzera s požitím silných muzikoterapeutických energeticko duchovních metod šamanského typu. Tento program je rovněž bez rozdílu určen pro všechny vyjmenované skupiny recipientů, ale forma je individuální. Minimální délka je 120 minut.

**Muzikoterapie II** : (receptivně pasivní) kombinace Muzikoterapie I s krátkou úvodní přednáškou - co je to muzikoterapie a jak může léčit. Na závěr klienti uslyší krátkou přednášku o použitých hudebních nástrojích a o nástrojích

vhodných k používání v muzikoterapii. Také je klientům umožněno, dle individuálního zájmu, seznámení se s hrou na muzikoterapeutem používané hudební nástroje - zpěv, bubny, fujarka, štěrchadla, metalofony, tibetské mísy, didžeridu apod. Délka minimálně 90 minut.

**Muzikoterapie III** : (aktivní) – muzikoterapeutická dílna je vhodná a často využívaná v rámci jedno i více denních teambuildingových programů pro firmy, organizace i školy, etc. – praktické použití technik muzikoterapeutické metody PaedDr. Lubomíra Holzera. Klienti se naučí základy technik v jednom uceleném bloku. Vždy je současně přítomna terapie, edukace, základní diagnostika a metodika.

**Základní typy: bubnová dílna – bubenický workshop I.** – klienti se naučí základy hry na buben džembé, jednoduchý rytmus a zpěv.

Pro firmy je možné udělat velký bubenický workshop i pro 200 lidí, v délce 3 – 5 hodin nebo vícedenní.

**Muzikoterapeutický orchestr** – klienti si vyzkouší tvorbu muzikoterapeutického hudebního materiálu na kombinace nejrůznějších hudebních nástrojů, které nevyžadují předchozí dovednost na ně hrát (perkuse, tibetské mísy, šamanský buben, džembé, zpěv ad.

**Muzikoterapeutický sbor** – klienti kombinují různé typy dovedností, tanec, zpěv, hru na bubny a další muzikoterapeutické hudební nástroje v tvořivém kreativním víru.

Tyto typy je možné spojit, či kombinovat a dotvářet dle zadání klienta i do celodenního nebo vícedenního tvaru.

**Muzikoterapii III** je možné kombinovat s **Muzikoterapií I a II**, po dohodě se zadavatelem i s ostatními variantami. Délka 50 – 90 minut.

**Muzikoterapie IV:** bubnová meditace a bubnová prožitková relaxace: meditace a relaxace s šamanskými bubny a džembé, zpěvem a tancem, práce s energií, meditace a relaxace městského šamana. Délka - 120 min.

**Muzikoterapie V:** Srovnání páteře - energetických drah, dýchání – spodní dech, přirozený dech – energie dechu. Prozpívávání čaker (é-ó-í-ú-á-m). Návlek hluboké relaxace. Přípravné techniky na meditaci. Autogenní trénink. Meditace - stav bez těla, volná mysl, vystoupení z fyzického těla, létání. Délka jednoho cvičení 90 - 120 min.

**Muzikoterapie VI:** přednáška, seminář: cyklus seminářů a přednášek z muzikoterapie pro odbornou i laickou veřejnost. Teorie, praxe, techniky a osobní prožitek muzikoterapie, současné možnosti a poznání. Tato forma je vhodná také pro odborné pracovníky zařízení pro klienty s postižením, dětských domovů, domovů důchodců, pedagogicko- psychologických poraden a dalších zařízení. Tato přednáška, seminář může být pojednána jako jedno až třídní.

**Muzikoterapie VII:** výuka muzikoterapie – metody PaedDr. Lubomíra Holzera na vysokých školách pro dálkové i denní studium – v současnosti Filozofická fakulta UP Olomouc - Institut celoživotního vzdělávání. Kurzy pro odbornou i laickou veřejnost. Je rovněž možná forma jednodenních, dvoudenních nebo týdenních kurzů. Všechny kurzy se konají celoročně. V příštím roce 2010 se konají týdenní kurzy muzikoterapie v termínu **18.-24.7. 2010** (kurz pro hledající) a **1.- 8.8. 2010** (kurz pro krácející – cesta muzikoterapie) v krásném prostředí Hostýnských vrchů, ubytování je v hotelu Zubříč (Rajnochovice).

## **2. Šamanství**

**Přednáška I:** cyklus přednášek, seminářů, dílen a praktických cvičení (i vícedenních) z oblasti šamanství a jeho poznání, použití a přínosu těchto jevů pro současného člověka a muzikoterapii. Základy šamanství, šamanských rituálů, bubnování, zpěvu a očistných technik přírodních národů. Práce s energií. Šamanské hudební nástroje.

**Přednáška II:** Šamanství a muzikoterapie: přednáška pro nejširší veřejnost (odbornou i laickou) ukazující vlivy šamanství na současného člověka a muzikoterapii, jejich prolínání a propojení, souvislosti a možnosti v dnešní době konzumní společnosti.

**Bubenická etnodílna: Staň se bubnem!** - výuka hry na etnické hudební nástroje – bubny (džembé, šamanské bubny), perkuse (chřestidla apod.), didžeridu, berimbau, fujaru, koncovku, brumli, gongy ad. Výuka alikvotního, vibračního, rezonančního a šamanského zpěvu. Kurzy běží v Praze, Hrochově Týnci, v Brně, ve Znojmě, v Uherském Hradišti a v Olomouci, minimálně 20 hodin – dvouhodinovky po 14 dnech.

### **Šamanské rituály:**

#### **Úvodní šamanský rituál**

Jednoduché základní šamanské techniky: úvodní šamanský rituál, očištění, tanec a zpěv, oslovení všech úrovní stvoření a počátku, energie místa, projevy síly, kolektivní energie, bubny, tanec zpěv.

#### **Oživování šamanského bubnu**

#### **Cesta do dolního světa**

A to není zdaleka vše!

## **3. Divadlo**

### **Pohádky šamanské babičky**

**Pohádka o dvou píšťalkách** – interaktivní pohádka určená pro děti předškolního věku od 3 roků a děti 1. tříd.

Protagonista vypráví příběh o dvou píšťalkách (koncovka a fujarka), které jdou v neděli na procházku do lesa. Hraje při tom na tyto píšťalky, na didžeridu, na bubny džembé, tibetské mísy, indiánský buben, brumle, zpívá a tančí. Děti jsou několikrát zapojeny do tance a také se dozví o nástrojích. Délka 50 – 60 minut.

**Bílý havran Kujkynaku** – příběh z počátků světa - pohádka určená pro děti předškolního věku a děti 1. stupně základní školy, respektive ve věku 5 -11 roků. Jedná se o pohádku na motivy a příběhy sibiřských lovců a šamanů převedené do dramatického útvaru s použitím rekvizit (bubny, bubínky, chřestidla a další perkusivní nástroje ožívají, coby postavy příběhů). Tyto příběhy jsou propojeny šamanskými písněmi, které jsou jednak zpívány tzv. "prařečí" a jednak písně s textem, posouvající děj pohádky. To vše za doprovodu bubnů, bubínků, chřestidel a nejrůznějších etnických perkusivních nástrojů. Jde o muzikoterapii, koncert a zároveň divadelní představení, tedy tři formy v jedné. Délka 50 – 60 minut.

**Šamanské příběhy** - určené pro školní děti 2. stupně, mládež středoškolskou, učňovskou a mládež ve věku 12 až 20 let a dospělé. V tomto případě jde o šamanský příběh a písně sibiřských lovců, šamanů a severoamerických indiánů v původní syrové podobě, jak jsou zachyceny ve vyprávěních příslušníků těchto přírodních národů a propojeny bubnováním a zpěvem v kontextu s muzikoterapeutickou metodou Dr. Lubomíra Holzera. První ze série těchto příběhů sahá svými kořeny k počátkům světa a nese název - **Strom šamanů**. Délka 50 – 60 minut.

## 4. Koncerty

**Sólový koncert I : " Šamanské písně a bubny "** - sólový koncert Dr. Lubomíra Holzera pro etnické bubny (džembé, šamanský buben), didžeridu, tibetské mísy, fujaru, fujarku, koncovku, perkusivní nástroje a zpěv - alikvotní, hrdelní a šamanský zpěv. Koncert může být prokládán a spojen s vyprávěním o použitých nástrojích. Délka 50 - 90 min.

**Sólový koncert II : Strom Šamanů** – meditační a vibrační sólový koncert Dr. Lubomíra Holzera pro etnické bubny (džembé, šamanský buben), didžeridu, tibetské mísy, fujaru, fujarku, koncovku, brumle, perkusivní nástroje a zpěv - alikvotní, hrdelní a šamanský zpěv. Písně, melodie a rytmy vás naladí na vnímání přírody a Univerza a splynutí s nimi. Délka 70 – 90 minut.

**Shamanic orchestra** - koncert známého orchestru šamanských a lidových nástrojů z celého světa. Ethno worldmusic. Šamanské písně, rytmy, tanec, zpěv, extáze.

**Taneční koncert** : "Šamanské písně a tance" - víření ducha a těla. Vystoupení s intuitivní tanečnicí nebo exotickou intuitivní tanečnicí. Další varianta je se dvěma tanečnicemi.

**Taneční koncert orientální hudby** : Orientální rytmy, písně a tance v podání L. Holzera a orientální tanečnice nebo tanečnic. Jeden až čtyři hudebníci.

**Koncerty a vystoupení gotické kapely Jagabab a Lubomíra Holzera** - Jagabab je hudební skupina interpretující hudbu středověku, více informací na [www.jagabab.cz](http://www.jagabab.cz)

**Vystoupení a koncerty středověkého barda**, trubadúra a milovníka Lubomíra Holzera - L. Holzer sólově interpretuje písně a balady středověké Evropy. Svůj nezaměnitelný vokální projev doprovází na dobové hudební nástroje. (Písně krále Jana)

**Znamení dechu** - koncerty a vystoupení známé jazzové formace, ve které hrají tito hudebníci: Lubomír Holzer - trombon, zpěv, bubny, percusse; Martin Brunner - flétny, zpěv, percusse; Vladislav Sosna - bubny, percusse. Znamení dechu používá ve své hudbě tzv. "koncept volné intuitivní hudby".

Všechny vyjmenované typy programů je možno na přání zadavatele různě kombinovat a propojovat v delší časové úseky, dle použití, zaměření a typu klientů, kterým je program určen. V praxi tuto kombinaci často provádí umělec - muzikoterapeut přímo na místě na základě svých zkušeností a posouzení konkrétní situace. Všechny programy trvají minimálně 50 - 60 minut. Cena programů je určovaná dle dohody s klientem. Všechny programy a představení je možno si objednat přímo do školy, domova či jiných typů zařízení.

## **KONTAKTY:**

Dr. Lubomír Holzer, +420 603 212 337, E mail: [lubomir.holzer@seznam.cz](mailto:lubomir.holzer@seznam.cz), [www.info-praha.cz](http://www.info-praha.cz) (sekce muzikoterapie v ČR)