

## Kurserna 17-19 mars, 2007

### Lördag 17 mars, kl 10-18.30

**Nestor:** The Healing Power of Overtone Chant (Övertonssång):

Upptäck och upplev regnbågen, den helande potentialen i ljud, framförallt i din egen röst. Obs! Du behöver inte kunna sjunga för att ha glädje av kursen! Kursinnehåll: introduktion till övertonssång \* teori och grundtekniker \* harmoniernas innersta väsen \* flera tekniker och praktik \* kunskap om övertonsskalan, tonernas intervaller och förhållande till strukturen i materia och naturen \* hur övertoner kan skapa harmoni hos oss på alla nivåer.

**Michèle:** The Healing Power of Sound  
- Sounding the Subtle bodies (Ljudterapi)

Du lär dig ljud- och energitekniker som förstärker healingprocessen i sig och även andra former av terapi, t ex aura healing, reiki, massage, shiatsu, psykiatri/psykoterapi, akupunktur, och många fler. Du lär dig också hur ljud påverkar materia, din fysiska och dina subtila kroppar/chakra och hur du kan använda det till helande.

### Söndag 18 mars, kl 10-18.30

**Nestor:** Samma program som på lördag

**Michèle:** Sounding the Sacred Feminine

Du lär dig att använda ljud för att rena och förädla de kvinnliga släktbanden (till din mor, mormor, mormorsmor o s v), att eliminera negativa mönster som har stagnerat i ditt subtila energisystem för att kunna leva utan rädsla i frid, kärlek, glädje och harmoni, som är den sakrala kvinnans sanna egenskaper. Och att skapa harmoni och balans i den fysiska och de subtilare kropparna: organ, körtlar och chakra/aura genom att använda röstens helande kraft. Rediscover and celebrate the sacred female within you!

Denna kurs är enbart för kvinnor.



### Måndag 19 mars, kl 18-21.30, 480 kr

**Nestor:** En fortsättningskurs

Avancerad övertonssång för alla som fått grunderna av Nestor eller lärt dem på annat sätt.

Obs! Inga förkunskaper inom musik behövs, alla kan lära sig!

## Plats för konsert:

Ekensbergskyrkan, Parkv. 1, Solna. (T-Solna Centrum) Uppgång Råsunda, efter spår ta vänster, höger, rakt. Du ser kyrkan till vänster om fotbollsstadion. (2 min från T-banan!)

**Konsert:** Torsdag 15 mars, kl 19, 150 kr (ingår om du går två hela kursdagar)  
**OBS!** Konsert även i Uppsala 14 mars, kl 19, 150 kr. Rådhuset. Kontakta Rolf på tel 018-429 171 eller e-post rolf.lagercrantz@comhem.se  
**Sound Journey:** Fredag 16 mars, kl 18.30, 250 kr. Obs! begränsat antal platser! Anmäl dig i god tid. Klockhuset, Sabbatsbergsvägen 22. T-bana St Eriksplan

### Plats för helgkurser och fortsättningskurs:

Enija, Badsstrandsvägen 17, Stora Essingen (ta buss nr 1 från Fridhemsplan) eller tvärinjen

### Helgkurser 17-18 mars, kl 10-18.30

#### Kostnad:

En heldag 960 kr (repetitör 770 kr), (konsert gratis!)  
2 heldagar 1 820 kr (konsert gratis!)  
2 dagar med Nestor 1700 kr (repetitör 1540 kr), (konsert gratis!)

#### Fortsättningskurs måndag, övertoner 480 kr

#### Anmälan:

Sätt in 300 kr i anmälningsavgift på EnergiFokus PG nr: 33 85 57-2, och skriv vad du ska delta i. Meddela gärna även ditt telefon nr. Carita Stenbäck, e-post info@energifokus.com eller telefon: 070-601 8006

#### Information:

#### Specifika frågor:

Nestor Kornblum tel: +34 96 648 2312, mobil: +34 686 942 033

4 förslag på hur du kan kombinera helgkurserna (nr 2. och 3. är bara för kvinnor) (NK=Nestor MA= Michèle)

	1. NK MA	2. NK MA	3. MA	4. NK
Lördag övertoner		x		x
Söndag övertoner	x			x
Lördag Sound Healing		x		x
Söndag Sacred Feminine			x	x
Fortsättning, avancera	x		x	(x) x



**EnergiFokus**

centrum för inre kraft

info@energifokus.com/www.energifokus.com

Upptäck regnbågen i din röst!

## Sound Healing & Overtone Singing

Stockholm 15-19 mars, 2007



Nestor Kornblum och Michèle Averard

14/3 Konsert i Uppsala

15/3 Konsert i Stockholm

16/3 Sound Journey

17-19/3 Kurser



## Nestor Kornblum och Michèle Averard

Nestor och Michèle är grundare både till det spanska och det internationella Association of Sound Therapy (I.A.S.T).  
De bor i Spanien.

Nestor är en internationellt erkänd övertonssångare, som lärt tusentals människor övertonssång och Sound Healing i 15 länder på 4 kontinenter. Han är en av få västerlänningar som bemästrar "Deep Voice", en teknik som används av tibetanska munkar och övertonssångare från Tuva (Mongolien). Med denna teknik kan han sjunga upp till 4 toner över 5 oktaver samtidigt! Tack vare sin expertis har han fått tillfälle att undervisa mästarclasser vid flera universitet samt intervjuats av TV, radio och press i hela världen.

Virtuosen Nestor är dessutom en utmärkt pedagog.

Michèle är en internationellt erkänd ljudterapeut, övertonssångerska, sångerska och låtskrivare. Hon är en begåvad artist samt både en karismatisk och empatisk kursledare, utbildad såväl inom i reflexologi och kraniosakralterapi som i healing, energiläsning och chakrabalansering. Även Michèle har undervisat i hela världen, framför allt kurserna Sound Healing, Sounding the Subtle Bodies och Sounding the Sacred Feminine står henne varmt om hjärtat. Det berömda tonparet har gett ut flera uppskattade CD skivor och en instruktionsbok. 1999 gav de en konsert på the Parliament of World Religions, och bland åhörarna fanns storheter som H.H Dalai Lama, Nelson Mandela och ärkebiskop Desmond Tutu.

Tillsammans vill de sprida kunskap om den helande kraften i toner, ljud och röst som verktyg för personlig och planetär transformering.

Association of Sound Therapy  
Nestor Kornblum  
La Cúpula  
C/. La Raconá  
03728 Alcalá, (Alicante) Spain  
Tel: +34 96 648 2312  
Mobile: +34 686 942 033  
Fax: +34 96 648 2361  
info@harmonicsounds.com  
www.harmonicsounds.com



## Concert:

### Overtonesong

## - The Essence of Harmony

En himmelsk konsert med övertoner

Konserten är en helande, meditativ och djupt avslappnande musikalisk upplevelse. Nestor och Michèle sjunger övertonssång och spelar ett urval av heliga och traditionella akustiska instrument, som är rika på övertoner, och skapar på så sätt ett djupverkande men ändå finstämt ljudlandskap.

Övertonssång, att sjunga med toner ur naturtonsskalan är anrika tekniker med ursprung i centrala Asien, Tibet och Sydafrika, tekniker som gör det möjligt att förstärka röstens klangfärger.

Precis som vitt ljus består av regnbågens rena färger, som blir synliga när det lyser genom en prisma, består även rösten av rena ljudfrekvenser: övertonerna.

Övertonerna är röstens regnbågsfärger. De låter som flöjter som spelar högt över röstens tonläge. Genom att använda flera olika tekniker för att förstärka övertonerna i sin röst, kan Nestor som den virtuosen han är medvetet välja toner och med dem skapa melodier direkt ur sitt hjärta.

Det mesta inom västerländsk musik är fokuserat på musikaliska harmonier, melodi och rytm, medan övertonerna har att göra med klangfärg, de rena frekvenserna som rösten består av. Naturtonsskalan återspeglar samma proportioner som vi kan finna i hela naturen. Tonerna hjälper oss att få kontakt och skapa resonans med det universella ackordet. Detta är en resa in i rösterna inne i rösten och till tonerna inne i tonerna.



## Sound Journey

A profound and powerful experience of  
Healing Sound and Vibration  
En genomgripande och kraftfull upplevelse  
av helande ljud och vibrationer

Deltagarna ligger ner under denna inre resa. Nestor och Michèle sjunger övertoner och spelar ett stort urval av heliga och traditionella akustiska instrument rika på övertoner, såsom Tibetanska klangskålar, flöjter, indiansk trumma, didgeridoo, oceantrumma, regnstickor, stämgaflar, kalimba och monochord och skapar på så sätt ett djupverkande men ändå finstämt tonlandskap. Denna magiska resa i tonernas värld skapas helt intuitivt med stor lyhördhet och närvaro. Varje resa blir unik, beroende på vilka som deltar. Ordningen i vilken instrumenten spelas är väsentlig.

Instrumenten spelas sedan intill varje deltagare, så att var och en får känna ljudvågorna och vibrationerna rent fysiskt. Ljudet blir aldrig för högt eller påträngande men det hålles konstant, för att hjälpa deltagarna att glömma den fysiska kroppens täta verklighet. Själens blir då fri att färdas. Ljud, speciellt ostrukturerat ljud kringgår den intellektuella, analytiska sidan av hjärnan och då kan den kreativa, intuitiva sidan få fritt spelrum. Om man somnar till är ljudet fortfarande lika effektivt och påverkar direkt den fysiska kroppen, de subtilare fälten och det undermedvetna. Man kan välja en speciell frågeställning för resan, t ex en önskan om inre vägledning eller en lösning på ett problem.

En del människor får tydliga visioner under resan.

Man kanske inte gillar alla ljud, men det kan innebära att just det ljudet löser en fysisk, känslomässig, mental eller andlig blockering. Ryska forskare mätte en gång energimeridianerna hos en deltagare och det visade sig att de flesta av hennes blockeringar var borta efter en Sound Journey!

De hade aldrig sett nåt liknande.

Obs! Ta med dig ett liggunderlag och en kudde om du vill, så att du kan ligga bekvämt.

Och kom i tid, tack.