



L'ARPATERAPIA

*Ascoltare, vibrare, accompagnare:
l'arpa per dare armonia ed equilibrio*



CHE COS'È L'ARPATERAPIA?

L'arpa-terapia è una forma di musica terapeutica non clinica che utilizza il suono vivo dell'arpa per favorire il benessere fisico, emotivo, mentale e spirituale della persona.

L'arpa con il suo timbro unico e la sua dolcezza ha la capacità di avvolgere ed abbracciare chi ascolta. L'arpa terapeuta crea una "culla del suono", dove si instaura una relazione empatica fondata sul linguaggio non verbale e sulle proprietà del suono e della musica, propizia al processo di guarigione che permette di riportare equilibrio e unità a tutti i livelli (fisico, emozionale, mentale e spirituale).

Ogni sessione si basa sull'ascolto profondo, sull'improvvisazione modale e sull'adattamento in tempo reale allo stato psycho-fisico del ricevente. L'arpa terapeuta suonerà sulla base della lettura della "partitura vivente", cioè dei segnali non verbali, della persona (bioritmi, movimenti, minimal e macro cues, emozioni) che trasformerà in suoni e in un'interazione musicale intuitiva.

LA MUSICA TERAPEUTICA

La musica terapeutica si basa su principi di risonanza, entrainment (sincronizzazione dei ritmi biologici con la musica), presenza intenzionale e creazione musicale nel momento presente, all'interno di un contesto di musicoterapia ricettiva. Non persegue un obiettivo medico, ma agisce a sostegno dei processi di recupero, rilassamento o trasformazione interiore. La musica terapeutica è una disciplina regolata da standard professionali precisi, definiti dal National Standards Board for Therapeutic Musicians (NSBTM), ente di accreditamento riconosciuto negli Stati Uniti. Il NSBTM stabilisce i criteri di formazione, il codice deontologico e il campo di competenza dei musicisti terapeutici certificati.

GLI EFFETTI TERAPEUTICI DELL'ARPA

Numerosi studi pubblicati nel Harp Therapy Journal, così come in ricerche indipendenti, confermano questi effetti, in particolare nelle cure palliative, nella neonatologia, nella psichiatria e nel supporto post-traumatico.

- Attivazione del sistema parasimpatico (riposo, digestione, recupero)
- Diminuzione del ritmo cardiaco e della frequenza respiratoria
- Stimolazione delle onde alfa (calma, concentrazione, coscienza espansa)
- Miglioramento della regolazione emotiva
- Riduzione dello stress e del dolore
- Creazione di uno spazio interiore favorevole alla creatività, alla meditazione e al recupero psicofisico

LE CARATTERISTICHE DELL'ARPA

La ricchezza armonica dell'arpa simile alla voce umana, la vibrazione prolungata delle sue corde che avvolge e massaggia il corpo, il suo ampio spettro di frequenze in sintonia con le frequenze biologiche e la voce umana fanno dell'arpa lo strumento ideale per fare musica terapeutica.

L'INTERNATIONAL HARP THERAPY PROGRAM - ITALIA

Ho avuto la fortuna di poter conseguire questo meraviglioso percorso di apprendimento e viaggio di vita grazie a Marianne Gubri direttrice della sede italiana e francese dell'IHTP.

L'International Harp Therapy Program Italia (IHTP Italia) è una formazione professionale, riconosciuta dal National Standard Board for Therapeutic Musicians, che forma arpisti terapeutici da oltre 30 anni. Creata da Cristina Tourin negli Stati Uniti nel 1990 e diretta in Francia e in Italia da Marianne Gubri, questa formazione unisce musica, scienza, ascolto profondo e pratiche di cura.

Si tratta di un percorso completo, sia teorico che pratico ed esperienziale, che permette agli studenti di scoprire come utilizzare l'arpa in diversi contesti terapeutici: ospedali, strutture di cura, istituti scolastici, centri olistici, case di riposo, eventi dedicati al benessere, ma anche in sessioni individuali o di gruppo.

CONTENUTO PEDAGOGICO

La formazione IHTP Italia comprende:

- Musicoterapia, psicologia relazionale e fondamenti della cura
- Acustica, cimatica e basi della vibroacustica, risonanza, armonia
- Studio dei modi musicali applicati all'improvvisazione terapeutica
- Ascolto empatico e attenzione inclusiva
- Pratiche associate: canto terapeutico, yoga del suono, kinesiologia risonante, mindfulness, meditazione, teoria degli elementi



Ogni studente sviluppa un approccio personale e creativo, alimentato da una solida base teorica, esperienze pratiche, un accompagnamento personalizzato e un contesto formativo attento e accogliente.

Personalmente ho potuto eseguire il tirocinio in tre strutture diverse. Ho avuto il privilegio di lavorare in ambiti diversi e con utenti di età differenti:

- Scuola in Ospedale nel reparto di Pediatria, fibrosi-cistica, Day-Hospital, e neuropsichiatria infantile presso l'Ospedale Maggiore di Borgo Trento Verona
- Odontoiatria pediatrica e igiene dentale Ospedale Sacro Cuore Don Calabria di Negar, sede di Via San Marco, Verona
- Centro Aloha asd yoga e benessere

Inoltre ho svolto esperienze personali in festival del benessere (Murasana - Verona), conducendo concerti meditativi presso La Parfumerie Delforge di Namur(Belgio) e presso la Casa di Riposo Andrea Rossi di Assisi.

Per ulteriore informazioni sui progetti di Arpa Terapia di Anima Keltia o prenottare una sessione individuale o di gruppo non esitate a contattarmi.



Contatti Anima Keltia :
Mélanie Bruniaux
animakeltia@gmail.com
www.animakeltia.com
+39 328 8214613