

Faszination und Lebenshilfe Stimme

1. Faszination Stimme

Im Alter von etwa 9/ 10 Jahren entdeckte ich im Schrank meiner Eltern eine Schellackplatte mit dem Erlkönig von Schubert gesungen von Dietrich Fischer-Dieskau. Seitdem ließ mich das Phänomen „Stimme“ nicht mehr los. Ich hörte andere Sänger, ging in die Oper und in Konzerte – verglich die Stimmen und habe inzwischen eine große Sammlung von Langspielplatten und CDs. Es begeisterten mich aber auch die Tierstimmen -zB, die Stare, die vor ihrem Abflug ihre Stimme gegenseitig kennlernen und so ihre Schwarmzugehörigkeit wissen. Oder die Kaiserpinguine: die Mütter erkennen bei ihrer Rückkehr die Stimmen vom Vater und dem Küken, das sie verließen, als es noch im Ei war um Nahrung zu suchen. Keine Stimme gleicht der anderen – Jede hat ihr ganz eigenes Merkmal

2. Stimme als Lebenshilfe

Die Stimme ist ein faszinierendes Ergebnis aus der Kombination von **Körper, Seele und Geist**, Sie braucht die Kraft des Körpers als Fundament um frei schwingen zu können. Sie transportiert durch die Sprache Informationen (Geist) und sie hat ihr eigenes unverwechselbares Timbre-den Stimmklang. Wie oft sind wir begeistert von schönen Gesängen oder guten Sprechern. Und sind begeistert, wenn dies uns selbst so ergeht. Wir spüren genau, wenn die drei -Körper, Seele und Geist in uns im Einklang sind. Das zu erleben hilft uns auch im alltäglichen Dasein

3. Stimmbildung

Beim Ausbilden der Stimme geht es nicht nur um schöne uns authentische Klänge. Wir lernen fest dazustehen – im Boden verwurzelt; wir lernen weit zu werden und uns weit und fast unangreifbar zu fühlen; wir spüren unseren weiten Brustkorb; wir spüren unseren Atem; wir spüren das Ineinandergreifen der Muskulaturen durch den ganzen Körper; wir spüren die Emotionen in den Texten; wir können auch öffentlich emotionale Zustände darstellen und genau viele damit begeistern. Alles Zustände, die in uns sind und selten wirklich leben dürfen. Wir können den Mund mal so richtig aufreißen und erfreuen uns an unseren kraftvollen Tönen, die wir ja oft verboten bekamen. Wir... da wäre noch vieles zu erwähnen

4. Stimme in extremen Situationen

Kurz vor meiner OP vor 2 Jahren mußte ich in einen kalten Raum (die Heizung war ausgefallen) auf einer harten Liege recht lange warten. Ich habe mich über die Zeit und Angst gesungen. Für das Personal eine ungewöhnliche Erfahrung – für mich eine schöne Hilfe

5. Die innere Stimme

Oft hilft es , wenn ich nicht gut drauf bin, mir nur einen Ton vorzustellen um in einen bessere Stimmung zu geraten. Ich brauche ihn gar nicht zu singen. Das tut sehr gut. Fast eine Zen-Situation.

6. Jedem die seine...

Da jeder seine ganz eigene Stimme hat ist es mir immer wichtig, dass auch jeder seinen eigenen Weg findet. Welches Genre er finden will. Was passt zu seinem Klang. Auf diesem Weg einige Menschen begleiten zu dürfen, das war, ist und wird mir immer eine tolle und spannende Aufgabe sein. Eine Aufgabe die ohne gegenseitiges großes Vertrauen nicht möglich ist