

Erhebe Deine Stimme!

Seminar zum Thema die Stimme und seine Schöpfung in die Welt bringen.

Dieses Seminar richtet sich an alle die in Ihrem Leben gehört werden wollen, z. B. für Sänger, Sprecher, Lehrer und jeden der sich wünscht in der Beziehung, Familie, Freundeskreis, etc. wahrgenommen zu werden.

Ziel des Seminars ist es den Weg für die eigene Stimme freizumachen.

Bei diesem 4-stündigen Seminar beschäftigen wir uns mit dem Vishuddha (Kehlkopf) Chakra (Energiezentrum).

Das Vishuddha Chakra steht für Ausdruck und Kommunikation, sowie für das Aussprechen der Wahrheit und gilt somit als Zentrum der Selbstverwirklichung.

Wenn wir unsere Stimme einsetzen können werden wir gehört.

Wir beginnen das Seminar mit einer Praktik aus dem Kundalini Yoga um das Chakra zu harmonisieren. Yoga Vorkenntnisse sind hierfür nicht erforderlich.

Über die klassische Stimmbildung kommen wir zum energetischen Singen, eine Technik bei der die Töne aus den verschiedenen Chakren gesungen werden.

Am Schluss singen wir gemeinsam Mantras und geben uns den Tönen und Energien hin, die natürlich aus uns fließen.

Es ist hierbei nicht wichtig, ob man ein/e erfahrene/r oder ein/e unerfahrene/r Sänger/in ist. Es geht alleinig darum Seine Stimme zu finden und nach außen zu bringen.