

Romeo Alavi Kia

Stimme

Spiegel meines Selbst

Ein Übungsbuch

*Mit einem Vorwort
von Joachim-Ernst Berendt*

PH 

medienverbund.phsg

S133348

AURUM VERLAG

Inhalt

Vorwort von Joachim-Ernst Berendt	7
Einleitung	10
Von der Theorie . . .	
Die Entwicklung der Singstile	13
Stimmbildung gestern, heute und morgen	25
Warum Entspannung?	34
Körperpanzerungen und daraus resultierende Beeinträchtigungen der Resonanzräume	36
Gedanken zur Entstehungsgeschichte und Funktion der Panzerungen	44
Der Geist und seine Konzepte	46
Die Entfaltung des Herzens.	47
Die Seele und ihr Verlangen nach Ekstase.	49
Die Spiritualität des Körpers und die Sinnlichkeit des Geistes	51
Atem und Stimme als Tor für die Wahrheit	56
Der richtige Ton – die doppelte Angst	65
Schüler und Lehrer	70
»Auf die Bühne, Sie sind noch nicht soweit«	72
Stimme und Therapie	74
Solve et coagule – Stimmentfaltung als alchemistischer Prozeß.	81
... zur Praxis	
Das Körpertraining	89
Die Urübung	92
Das Massageprogramm	95
Die Atem-Körper-Koordinationsübungen	124
Das Einsingen am Klavier.	156
Anmerkungen.	169