

Stimme und Sprache

STIMME UND SPRACHE

„Ich kreierte mit meinen Worten. Jedes Wort ist erfüllt mit Kraft (Shakta Upaya). Das ist die Mystik der Sprache. Jedes Wort, das wir nutzen, kann unmittelbar unsere Erfahrung beeinflussen.“

Eckdaten

Wahlmodul
Dauer dieses Moduls: 22 Stunden

Voraussetzung

Anusara® Yoga-Grundausbildung (200h aus Immersion und Teacher Training) oder das Bridge-Programm bei einem:r zertifizierten Anusara® Yogalehrer:in

Aufbau des Moduls

Wir erfahren und üben, wie wir durch den Atem die Stimme unterstützen können. So können wir die Stimme kraftvoll halten, modellieren lernen und ihren Klang einsetzen, um die Schüler:innen zu bewegen. Sprache als eines der wichtigsten Werkzeuge lernen wir zu verfeinern, um gezielter und präziser anzuleiten. Worte haben eine Schwingung, die bewegt und berührt – diese Erkenntnis machen wir uns zu Nutze, um den Schüler:innen eine tiefgreifende Erfahrung zu ermöglichen.

Inhalte des Moduls

- Einsatz (Ton, Lautstärke, Ausdauer & stimmliche Feinheit) und Pflege der Stimme
- Körper, Atem, Stimme
- Spannungen erkennen und abbauen
- Erdung der Stimme
- eine tägliche Gesangsübung
- Sprache im Yoga allgemein
- Linking
- aktive und passive Ansagen
- Exkurs Herzthema & Sprache
- „Herzsprache“