



Der ganzheitliche Weg  
zum Singen und sich selbst

## SICH FREI SINGEN

### Sich frei Singen – Gesangstherapeutischer Intensivworkshop

Wien, 26. – 29. April 2018

#### Für alle, die ihr Singen und sich selber finden wollen

- Jeder Mensch kann singen - und zwar richtig. (Sie werden sehen...)
- Die Stimme kann nicht lügen.
- Stimme ist Atem, und Singen ist Atmen.
- Nicht der Gesangslehrer - der Körper weiß, wie richtig Singen geht.
- "Nicht-Singen-Können", "Keine-Stimme-Haben", rasch heiser werden etc. sind Folgen von gehemmtem Atem, das heißt: Von Verboten, wir selbst zu sein.
- Es ist das Ablegen unserer Masken, das der Stimme ihren wahren Klang zurückgibt.
- Gut Singen ist kein Tun, sondern ein Geschehen-Lassen.



*Jaan Karl Klasmann  
Gesangstherapeut*

**Zeit:** Do: 18:30 - ca. 22:00, Sa.: 10:00 - ca. 18:30, So.: 10:00 - ca. 16:30 jeweils ganze Gruppe; Fr.: für jede/n eine gruppengestützte Einzelarbeit, ev. in Kleingruppen, falls jemand an diesem Tag arbeiten muss. Die Termine dafür (je ca. 3 1/2 Stunden) werden ggf. am Donnerstag gemäß den Bedürfnissen der Teilnehmer/-innen ausgemacht.

**Ort:** Spirituelle Heilpraxis Mag. Sandra Plank, Wien 9; Gussenbauerg. 5 (Eingang straßenseitig; Öffis: U4, 5, 33, D)

**Preis:** € 320,- (inkl. 20% USt).

**Information & Anmeldung:** Dr. Jaan Karl Klasmann, Tel & Fax: +43/1/310-10-75; Mobil: +43/676/731-15-19; E-Mail: [voiceandwords@chello.at](mailto:voiceandwords@chello.at); Web: [www.gesangstherapie.at](http://www.gesangstherapie.at) (kostenloses Skriptum zum Download, kostenloser Email-Einführungskurs)

#### Was ist Gesangstherapie?

Der intensive Selbsterfahrungsprozess „Sich frei Singen“ ist zugleich eine Therapie des Singens und durch das Singen. Historisch basiert er auf den Erkenntnissen von Prof. Max Nadoleczny (Institut für Stimm- und Sprachheilkunde München), des ungarischen Kantors und Gesangspädagogen Lajos Szamosi, auf Ansätzen der humanistischen Psychologie und Psychotherapie (insbes. jenen der Körpertherapie nach Wilhelm Reich und Alexander Lowen) sowie spirituellen Erfahrungen der schamanischen, der buddhistischen und der Sufi-Tradition. Gesangstherapie beruht auf der Erkenntnis, dass die inneren Mechanismen, die das Singen behindern, identisch sind mit jenen, durch die wir uns auch sonst im Leben im Weg stehen. Umgekehrt: Wenn wir den Atem (unsere Lebenskraft) freilassen und ihm wieder erlauben, die Tongebung gemäß dem allen Menschen gleichermaßen innewohnenden Körperwissen selbst zu organisieren, singen wir nicht nur anstrengungslos, berührend und schön, sondern gewinnen zugleich auch bisher unterdrückte Kräfte und Aspekte unserer Selbst zurück: Freude, Schönheit, Unschuld, und was unser wahres Wesen sonst noch ausmacht.