

Chor der Unzerstörbaren (für Un- und Heilbar-krankte und Genesende)

Die Tatsache, einer schweren Krankheit zu erliegen wird in den meisten Fällen dazu führen, dass einem „der Atem stockt“. An Singen schon mal gar nicht zu denken.

Warum eigentlich nicht?- fragte ich mich.

Naturvölker singen erst recht im Falle von Bedrohung oder Leiden. Wenn wir Berliner oder Gross-Städter“ auch nicht gerade einem Naturvolk entsprechen, so weiß ich aber, dass das „Stimme erheben“, dass ATMEN und TÖNEN eine eigene Kraft hat und einer Urkraft entspringt.

Wie tragisch das Urteil auch lautet, wie anstrengend der Genesungs-Prozess sein mag, wer sagt Ihnen, dass Sie angesichts der Krankheit den Atem anhalten sollen, dass Sie besser leise sprechen und zurück gezogen sein sollen, niemand belasten sollen, alleine Ihr Leid tragen...?

Niemand - außer Sie selber !

Sie brauchen keine Worte finden aber Sie dürfen Ihre Stimme, Ihren Atem, Ihren Klang wieder finden.

Ich verspreche Ihnen achtsam mit den Themen umzugehen, Ihren eigenen Atem-Raum wieder größer werden zu lassen, das Thema von Schwingung und Resonanz derart einzusetzen, dass Sie sich wohl fühlen und geborgen im Klang der Gruppe als auch in Ihrem eigenen Klang.

Die Unzerstörbarkeit des Menschen liegt in seiner Seele und seinem Bewusst-Sein! Das Annehmen einer Situation, wie sie ist und das Sich - Lösen des „Heilungs-Druckes“, der von außen auf einen einprallt, sowie die Achtsamkeit für den Moment, wenn die eigene Stimme und der Atem wieder fließt sind Balsam für die Seele.

Meditation, sanfte Rhythmen, Mehrstimmigkeit und Einstimmigkeit, Silben-Bildung, Lautsprache und Atmung begleitet mit Instrument oder meiner Stimme, Achtsamkeits-Training sowie Elemente aus dem Somatic Experiencing/Trauma-Heilung nach Peter Levine, verweben sich zu einem CHOR-Erlebnis, das eines auf jeden Fall ist: >ANDERS als ein gewöhnlicher Chor. (alles ohne NOTEN- auch ohne musikalischen Vorkenntnisse möglich)

Es ist Begegnung in PRÄSENZ, es ist eine „Sprache ohne Worte“, ein Gesang des Momentes und Regulierung des Nervensystems!

(Kein Ersatz für psychotherapeutische Behandlung)

Nicht mehr als sechs Teilnehmer: 25€ für 90 min./20€ auf Vertrag

In der Luitpoldstrasse 48, 10781 Berlin

Info und Anmeldung

unter: hildekappes@gmx.net 0173-61 21 187