

- Your Naked Voice -

Sounding From The Source

Leitung: Nanina Ghelfi

Naked Voice I - Einführungsworkshop nach Chloe Goodchild, UK

Daten: Sa 26. Juni 2010 / Sa 13. November 2010 (jeweils eintägiger WS!)

Deine **Naked Voice** (Nackte Stimme) ist der authentische Klang Deiner Seele, der Klang des JETZT. Er verbindet Dich direkt mit Deiner Innenwelt, deinem Selbst und ermöglicht ein tiefes und mitfühlendes Zuhören und Hineinhorchen (deep listening). Diese wunderbare Eigenschaft des Zuhörens nennen wir **witness consciousness**, der innere Zeuge, das Bewusstsein, welches wertfrei wahrnimmt was gerade ist, was erscheint.

Deine Nackte Stimme ist immer Ausdruck deiner eigenen Wahrheit, deiner eigenen Geschichte. Sie hilft Dir diesen inneren Zeugen zu entwickeln, welcher eine Verbindung ist zwischen Deiner gesellschaftlich konditionierten Stimme und Deiner originalen, nackten Stimme, welche frei von Selbstkritik, Bewertung und Angst ist.

Um diesen Prozess des Zuhörens zu stärken bewegen wir uns in stillen- meditativen, spontanen, sowie strukturierten Gesangspraktiken. Einfache stimmliche Übungen (einfaches Klingen und **Sacred Chanting** Mantra singen) kombiniert mit meditativen Ganzkörperbewegungen aus dem **Shintaido** (The New Body Way, nach Masashi Minagawa, UK) helfen Dir mit Deinem natürlichen Atemfluss zu sein, deine Stimme ganz in den Körper zu bringen und "Deiner Stimme einen Körper geben."

Dieser Workshop zeigt Dir Möglichkeiten und Wege zur freien Stimmfaltung, Kommunikation, Konfliktlösung und Eigenliebe auf und richtet sich an alle die neugierig geworden sind. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Ort: Im Klangfeld, Areal Schönau, Schönaustrasse 17, CH- 8620 Wetzikon

Zeit: Beginn 10:00h, Ende ca. 16:30h, mit Mittagspause, bitte Lunch selber mitbringen, Tee und Wasser ist vorhanden.

Mitbringen: Bequeme Kleidung, Wolldecken. Sitzkissen haben wir im Raum.

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

Kosten: CHF 200.- pro Person, bitte am Workshoptag in bar mitbringen, es wird auf Wunsch eine Kursbestätigung abgegeben.

Infos und Anmeldung unter:

Nanina Ghelfi, hm: 0041- (0) 44 930 14 74, mobile: 0041- (0) 79 505 69 39

Email: nghelfi@bluewin.ch, www.klangfeld.ch, www.thenakedvoice.com

Achtung:

Der Workshop findet ab 6 TeilnehmerInnen statt.

Anmeldeschluss bis spätestens 10 Tage vor Workshopbeginn. Danke fürs einhalten.

Falls der Kurs statt findet können auch Kurzsentschlossenen einsteigen.

Kleinverdiener/Studenten: Reduktionsanfragen bitte direkt an mich. Danke.

Naked Voice I ist Vorbedingung für Naked Voice II

Nächster Naked Voice II- Vertiefungsworkshop: So 12. September 2010

- Your Naked Voice -

Sounding From The Source

Leitung: Nanina Ghelfi

Naked Voice II- Vertiefungsworkshop nach Chloe Goodchild, UK

Datum: In Vorbereitung

Während wir uns beim Naked Voice I hauptsächlich mit dem Erlernen der verschiedenen Grundlagen der Naked Voice Arbeit (witness, loyal friend, singer) befassten, werden wir in diesem Vertiefungsworkshop intensiver in die einzelnen Gebiete eintauchen. Wir werden über längere Zeiten chanten (Mantren singen), neue Mantren kennenlernen und ihre Wirkung erforschen und austauschen. Auch werden wir die Körpermudras aus dem Shintaido (New Body Way, universal Bodylanguage) auffrischen, vertiefen und ihre grossartige Wirkungsweise erfahren.

Vom SA zu RE, aus der Stille kommt der Impuls. Immerwieder werden wir Zeiten der Stille finden, gemeinsam über eine längere Zeit in der Stille sitzen und unseren Geist und Körper beruhigen und in Fluss bringen. Aus dem anstrengungslosen Sein bewegen wir uns stimmlich auf ganz neuen Wegen. ES GIBT NICHTS ZU TUN! Wohl eine der grössten Herausforderungen und grossartigsten Lehren. Diese innere Haltung, sowie unser "Zeugenbewusstsein" (urteilsfreies Zuhören) werden uns besonders im ganz befreiten stimmlichen Ausdruck enorm unterstützen und uns ermöglichen in die wahre Grösse der eigenen individuellen Stimme einzutauchen.

Teilnahmebedingung ist der Besuch von Naked Voice I.

Ich freue mich auf diesen erstmaligen Vertiefungsworkshop mit all jenen, die ihrer eigenen Naked Voice schon einmal begegnet sind! Willkommen und lasst uns unsere Vielfalt feiern.

"Es ist unsere innere Haltung die uns zu Sängern oder Nicht- Sängern macht."

(Nanina)

Ort: Im Klangfeld, Areal Schönau, Schönaustrasse 17, CH- 8620 Wetzikon

Zeit: Beginn 10:00h, Ende ca. 16:30h, mit Mittagspause, bitte Lunch selber mitbringen, Tee und Wasser ist vorhanden.

Mitbringen: Bequeme Kleidung, Wolldecken. Sitzkissen haben wir im Raum.

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

Kosten: CHF 200.- pro Person, bitte am Workshoptag in bar mitbringen, es wird auf Wunsch eine Kursbestätigung abgegeben.

Infos und Anmeldung unter:

Nanina Ghelfi, hm: 0041- (0) 44 930 14 74, mobile: 0041- (0) 79 505 69 39

Email: ng Helfi@bluewin.ch, www.klangfeld.ch, www.thenakedvoice.com

Achtung:

Der Workshop findet ab 6 TeilnehmerInnen statt.

Anmeldeschluss bis spätestens 10 Tage vor Workshopbeginn. Danke fürs einhalten.

Falls der Kurs statt findet können auch Kurzsentschlossenen einsteigen.

Kleinverdiener/Studenten: Reduktionsanfragen bitte direkt an mich. Danke.