



Daten 2022

13. Januar
 3. Februar
 3. März
 7. April
 5. Mai
 2. Juni
 30. Juni
 14. Juli
 25. August
 15. September
 6. Oktober
 3. November
 1. Dezember

Atem – Stimme – Klang

Im Atemfluss die Stimme
 klingen lassen
 und
 im Klang still werden,
 in sich zur Ruhe kommen.

Mitmachen

Wer sich angesprochen
 fühlt, ist herzlich
 willkommen.
 Es braucht keine
 Vorkenntnisse.
 Es braucht keine
 Anmeldung.

Informationen

fides.david@kath-dfs.ch

Meditatives Singen

Wer?

Alle sind willkommen, die ihre eigene Stimme, unser ureigenes Instrument, erfahren, erleben und zum Klingen bringen möchten. Jeder Mensch ist auf seine Weise musikalisch und kann singen, klingen und tönen. Es sind keine musikalischen oder sängerischen Vorkenntnisse erforderlich.

Was?

Kennenlernen und Singen von meditativen Liedern aus verschiedenen spirituellen Traditionen, wie zum Beispiel Lieder aus Taizé, indianische Kraftlieder, Tanzlieder der Sufi oder heilige Mantras. Meditative Lieder haben nur wenig Text und einfache Melodien, sie leben von der ständigen Wiederholung.

Warum?

Singen ist unsere Ursprache, es berührt unser Herz und unsere Seele. Wo Worte nicht ausreichen, kann uns das Singen begleiten.

Meditatives Singen hilft uns, zur Ruhe zu kommen und still in uns zu werden. Die vertiefte Atmung, die Klänge und die Schwingungen wirken entspannend, reinigend und heilend.

Gemeinsam singen verbindet Menschen miteinander, jenseits von kultureller und sozialer Herkunft.

Wie?

Mit Atem- und Körperübungen stimmen wir unser Instrument – den Körper – auf das Singen ein. Mit einfachen Gesangsübungen machen wir uns mit der eigenen Stimme, dem Raum und dem Klang der Gruppe vertraut.

Jedes Lied wird solange vorgesungen und vorgespielt, bis alle über “Zuhören und Nachsingen“ Melodie und Text kennen. Ziel ist nicht die perfekte Interpretation, sondern das allmähliche Aufgehen und Verschmelzen mit den Klängen, mit den Worten, mit sich selbst.

Wann & Wo?

Donnerstagabend, 19.45-21.15 Uhr, im Saal der katholischen Kirche „St. Katharina von Siena“ in Fällanden. Es braucht keine Anmeldung, es ist möglich an ausgewählten Abenden mitzusingen.

Daten 2022: 13. Januar / 3. Februar / 3. März / 7. April / 5. Mai / 2. Juni / 30. Juni / 14. Juli / 25. August / 15. September / 6. Oktober / 3. November / 1. Dezember

Weitere Informationen

Gerne können Sie sich bei Fragen direkt an die Leiterin wenden:
 Fides David (Chorleiterin & Gesangspädagogin): fides.david@kath-dfs.ch / 043'355'57'53



Daten 2022

13. Januar
 3. Februar
 3. März
 7. April
 5. Mai
 2. Juni
 30. Juni
 14. Juli
 25. August
 15. September
 6. Oktober
 3. November
 1. Dezember

Atem – Stimme – Klang

Im Atemfluss die Stimme
 klingen lassen
 und
 im Klang still werden,
 in sich zur Ruhe kommen.

Mitmachen

Wer sich angesprochen
 fühlt, ist herzlich
 willkommen.
 Es braucht keine
 Vorkenntnisse.
 Es braucht keine
 Anmeldung.

Informationen

fides.david@kath-dfs.ch

Meditatives Singen

Wer?

Alle sind willkommen, die ihre eigene Stimme, unser ureigenes Instrument, erfahren, erleben und zum Klingen bringen möchten. Jeder Mensch ist auf seine Weise musikalisch und kann singen, klingen und tönen. Es sind keine musikalischen oder sängerischen Vorkenntnisse erforderlich.

Was?

Kennenlernen und Singen von meditativen Liedern aus verschiedenen spirituellen Traditionen, wie zum Beispiel Lieder aus Taizé, indianische Kraftlieder, Tanzlieder der Sufi oder heilige Mantras. Meditative Lieder haben nur wenig Text und einfache Melodien, sie leben von der ständigen Wiederholung.

Warum?

Singen ist unsere Ursprache, es berührt unser Herz und unsere Seele. Wo Worte nicht ausreichen, kann uns das Singen begleiten.

Meditatives Singen hilft uns, zur Ruhe zu kommen und still in uns zu werden. Die vertiefte Atmung, die Klänge und die Schwingungen wirken entspannend, reinigend und heilend.

Gemeinsam singen verbindet Menschen miteinander, jenseits von kultureller und sozialer Herkunft.

Wie?

Mit Atem- und Körperübungen stimmen wir unser Instrument – den Körper – auf das Singen ein. Mit einfachen Gesangsübungen machen wir uns mit der eigenen Stimme, dem Raum und dem Klang der Gruppe vertraut.

Jedes Lied wird solange vorgesungen und vorgespielt, bis alle über "Zuhören und Nachsingen" Melodie und Text kennen. Ziel ist nicht die perfekte Interpretation, sondern das allmähliche Aufgehen und Verschmelzen mit den Klängen, mit den Worten, mit sich selbst.

Wann & Wo?

Donnerstagabend, 19.45-21.15 Uhr, im Saal der katholischen Kirche „St. Katharina von Siena“ in Fällanden. Es braucht keine Anmeldung, es ist möglich an ausgewählten Abenden mitzusingen.

Daten 2022: 13. Januar / 3. Februar / 3. März / 7. April / 5. Mai / 2. Juni / 30. Juni / 14. Juli / 25. August / 15. September / 6. Oktober / 3. November / 1. Dezember

Weitere Informationen

Gerne können Sie sich bei Fragen direkt an die Leiterin wenden:
 Fides David (Chorleiterin & Gesangspädagogin): fides.david@kath-dfs.ch / 043'355'57'53