

SINGEN MACHT GLÜCKLICH

Einfach selbst singen lernen



Mp3 Download-Tracks
erhältlich

Dr. des. Christin Bonin

INHALT

ZUR AUTORIN

VORWORT

EINFÜHRUNG

DAS INSTRUMENT STIMME

STIMMSITZ

STÜTZE

GESANGSÜBUNGEN ZUM SELBST SINGEN LERNEN

ÜBUNG 1: AUFWÄRM- UND STIMMSITZÜBUNG

ÜBUNG 2: AKTIVIERUNG DER STIMMSTÜTZE

ÜBUNG 4: SPANNUNGSERWEITERUNG UND LUFTMANAGEMENT

SANFTES ERWECKEN DES BRUSTREGISTERS

KLANGFARBENSPIEL

KLANGENTWICKLUNG

KLANGVERLAGERUNG

KLANGVARIATIONEN

SINGEN MACHT WIRKLICH GLÜCKLICH

NACHWORT

DOWNLOAD TRACKS

ZUR AUTORIN

Dr. des. Christin Bonin hat am Institut für Theaterwissenschaft der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) in München mit *magna cum laude* zum Thema *Broadway Belt - Implications of Gender, Ethnicity and Social Order* promoviert. Ihre Doktorväter waren Prof. Dr. David Roesner, LMU, und Prof. Ph.D. David Savran von der City University New York, USA. Gleich nach ihrem Abschluss erhielt sie die Zusage der Cambridge University Press, UK, für die Veröffentlichung von *Belting in Musical Theatre: Origins, Sound, and Vocal Technique*, edited by Prof. Ph.D. William Everett, University of Missouri-Kansas City, USA. Neben Konferenz-Vorträgen, Gast-Lesungen, Masterclasses und Workshops, konzentriert sich Christin Bonin auf weitere Veröffentlichungen zu den Themen Belting und die weibliche Musicaldarstellerin, den Broadway Belt.

Christin Bonin hat außerdem einen Abschluss als Master of Arts in Musikwissenschaft (LMU) und ein staatliches Examen als Gesangspädagogin. Nach einigen Berufsjahren als Sängerin in den unterschiedlichsten Bereichen, u.a. in Musical und Jazz, auf Tournee mit Udo Jürgens und als Mitglied der Bayerischen Staatsoper, hat sie ihre eigene Gesangschule Star Me Up in München gegründet und sich auf Musical-, Pop-, Rock- und Jazz-Gesang spezialisiert. Ihre erfolgreiche Methode *Belt Voice Training - Singen mit schmetternder Stimme* wurde 2009 als Buch veröffentlicht und auch in die englische Sprache übersetzt. 2011 erschien ihr zweites Buch, *Singen macht glücklich - 10 Minuten Workout für eine schöne Stimme*, das ebenfalls in die englische Sprache übersetzt wurde. Beide Bücher bieten

zusätzlich Audio-Tracks zum Üben, die auf Christin Bonin's Website zum Download erhältlich sind. Dieses Buch ist eine aktualisierte und erweiterte Neuauflage von *Singen macht glücklich*.

Aktuelle Informationen zu Veranstaltungen, Workshops und Büchern von und mit Christin Bonin finden Sie auf:

<http://www.christinbonin.com>

VORWORT

Singen macht glücklich.

„Wenn man's kann“ werden Sie jetzt vielleicht sagen.

Doch was bedeutet eigentlich „singen können“?

Jeder kann singen.

Sie glauben mir nicht? Probieren Sie's aus.

Singen ist eine Wohltat.

Plötzlich haben wir eine gute Körperhaltung und ein ausdrucksstarkes Gesicht, atmen tief ein und aus, und fühlen uns besser als vorher.

Singen und Tanzen sind die höchsten musikalischen Ausdrucksformen des Menschen ohne äußere Hilfsmittel.

Worte erhalten eine völlig andere Dimension durch eine Melodie, die von einer schönen Stimme gesungen wird.

Natürlich bewundern wir auch Instrumentalvirtuosen, Maler und andere Künstler. Aber wenn wir eine schöne Stimme hören, dringt sie tief in unser Herz und sie bleibt uns viel länger in Erinnerung als alles andere.

In Ihrem Berufsleben achten Sie auf Kleidung, Figur, Fachkompetenz und vieles mehr.

Aber achten Sie auch auf Ihre Stimme?

Machen Sie etwas daraus, machen Sie sich selbst glücklich, in dem Sie Ihre Stimme neu erfahren.

Wir werden im Zeitalter von „YouTube“ und „iTunes“ mit Musik geradezu überflutet, aber was bleibt für uns persönlich übrig? Im 20. Jahrhundert wurde wesentlich mehr gesungen, in der Familie, in der Schule, überall. Heutzutage verstummen wir immer mehr, laufen mit dem Kopfhörer auf den Ohren durch die Stadt und schreiben SMS oder E-Mails.

„Ich blamiere mich doch nur, wenn ich zum Gesangsunterricht gehe.“

Blamieren Sie sich, wenn Sie bei einem Arzt Rat suchen?

Unterricht ist dazu da, zu lernen, wie's geht und nicht wie bei einem TV-Casting zu zeigen, was man schon kann (oder auch nicht).

„Meine Stimme klingt einfach schrecklich, da kann man nichts machen.“

Doch, man kann.

Wir müssen uns zuerst den Unterschied zwischen Singstimme und Sprechstimme bewusst machen. Die Gesangsstimme wird im Zusammenhang mit Musik erlernt und trainiert, unsere Sprechstimme haben wir in der Regel nur durch Imitation erworben. Wenn wir sprechen lernen, imitieren wir unsere Eltern und unser gesamtes soziales Umfeld, also auch deren stimmliche Schwächen und Fehler, Dialekt-bedingte Stimmfärbung und vieles mehr.

Wenn wir hingegen als Säugling unsere ersten Töne produzieren, werden wir nicht heiser, wenn wir schreien. Die Durchschlagskraft einer Baby- und auch Kinderstimme ist beeindruckend. Instinktiv machen wir noch alles richtig.

Wir müssen also nur unsere ureigenen stimmlichen Fähigkeiten wieder entdecken, um eine schöne Stimme zu erlangen, sowohl für das Sprechen als auch für das Singen.

Aber wie?

Durch Üben. Nur ein paar Minuten, täglich - oder ganz einfach so oft wie möglich und so oft Sie mögen.

Der Erfolg wird sehr schnell hörbar werden, Sie werden überrascht sein, wie schnell!

Ich möchte Ihnen hier mit einfachen Erklärungen und Übungen Ihre eigene Stimme nahebringen und erspare Ihnen - so weit als möglich - für Sie überflüssiges Fachwissen und physiologische Details - schließlich möchten Sie einfach nur singen!

Probieren Sie es aus.

Sie werden es nicht bereuen.