

Dans og syng med din stemmes kraft.

V. Susanne Emmysdatter Behnke

Hver Tirsdag kl. 20-21 på Alken Mejeri. - Førstegang d.12Feb. Det er gratis at deltage.

Dans og syng med din stemmes kraft
er først og fremmest et kreativt værksted, hvor du får lov til at lege med
din stemme og de resurcer du har i dig.

Vi vil lede efter vejen til stemmens åbning, udtryk og dybde
arbejde med nænsomhed, omsorg og indsigt
- Storhed, vildskab og styrke.
Opvarmning, bevægelse, "vokalapyk", sang, kald og lyd.

Stemmens kraft ligger i åbenheden.
For at åbne vor stemme må vi åbne vort sind
og lade det strømme igennem os, som er umiddelbart tilstede.
Vejen til det umiddelbare finder vi gennem en varm krop.

Ved hjælp af din stemme vil du kunne arbejde med modet til at være dig,
finde resurcer og selvtillid
- ærlighed og styrke i udtryk, - kraft til at ha styrke,
- støtte til at udtrykke sårbarhed og veje til at være i sorg, vrede og frustrationer.

En kraftfuld stemme er ikke nødvendigvis en stor stemme, men et ærligt udtryk.
Den stemme du skal arbejde med, er din egen, og skal ikke lyde anderledes.
Der kræves ingen forudsætninger for at deltage, blot en lyst til at udfordre
og eksperimentere. Kendskab til noder er absolut kun en hindring.

Mine erfaringer har jeg først og fremmest gennem et mangeårigt og stædigt arbejde
med min egen stemme. Jeg bruger min stemme som jeg har lyst til, og føler mig
tiltrukket og inspireret af forskellige etniske måder at bruge stemmen på.

Jeg bruger min stemme i mit arbejde som behandler.
Og laver shamanistiske ritualer, hvor stemmen er et vigtigt redskab.

Ring til mig, omkring tilmelding og spørgsmål.

Med Venlig Hilsen Susanne Emmysdatter

tlf.: 87880404 – mobil 26257408

www.urmoderenssang.dk

