



gegründet unter der  
Schirmherrschaft von  
Sir Yehudi Menuhin (1916-1999)  
Präsident: Prof. Dr. Hermann Rauhe

Il canto del mondo - Internationales  
Netzwerk zur Förderung der Alltagskultur des  
Singens e.V.  
1. Vorsitzender Dr. Karl Adamek

# Lauschendes und Heilsames Singen mit Karl Adamek

in Andrä-Wördern bei Wien / Österreich

## Offener Mitsingabend

Freitag, 5. Juni 2015 von 19:30 bis 22:00

## Intensiv-2-Tages-Seminar 6.-7. Juni

Samstag 10:00 bis 19:00, Sonntag 10:00 bis 14:00

### Ort für Mitsingabend und Kurs:

**Alte Werkstatt**, Lehnergasse 17, 3423 St. Andrä-Wördern (30 min. von Wien)

**Kursinhalt:** An diesem Wochenendkurs entfalten wir spielerisch die jedem Menschen gegebene - jedoch oft verschüttete - Kraft des eigenen Gesangs. Wir erlernen die Essenz des heilsamen Singens, oder poetisch ausgedrückt des "Lauschenden Singens": Klangreisen in die Stimme, lauschende Meditationen, Obertonsingen, Energiearbeit zur Belebung der authentischen Stimme, Gruppenimprovisationen mit der Stimme, archaische polyphone Gesangsformen, Lieder des Herzens, Arbeit mit Körper und Atem. Mit der Methode des Meridiansingens vitalisieren wir unsere Lebensenergie bezüglich der den Meridianen (= Energiebahnen des Körpers nach der chinesischen Medizin) zugeordneten zwölf seelischen Themen: Liebe, Mut, Lebensfreude, Verzeihen, Raum für Neues schaffen, Ich bin meines Glückes Schmied, Vertrauen, Entschlusskraft, Lernen, Mit den Dingen fließen, Demut, Einklang. Jeder Tageskurs ist eine in sich abgeschlossene Einheit und kann einzeln gebucht werden.

Das "Lauschende Singen" wurde von dem Pionier der Singforschung, dem Musiker u. Musikpsychologen Dr. Karl Adamek in Zusammenarbeit mit der Musiktherapeutin Carina Eckes seit 25 Jahren als Form der Selbstentfaltung und Selbstheilung entwickelt und verfeinert. Diese an Spiel und Freude orientierte Methode wurzelt im traditionellen Wissen der verschiedenen Kulturen der Erde über die Möglichkeiten, dass und wie wir durch Singen unsere Vitalität und Lebensfreude entfalten und unsere Selbstheilungskräfte aktivieren können. Dieses Wissen wurde auch wissenschaftlich bestätigt. "Lauschendes Singen" bezeichnet ein Singen zum Zwecke der Selbstentfaltung und Selbstheilung, aber auch ein Singen zur Unterstützung anderer in konkreten Lebenssituationen. "Lauschendes Singen" reicht vom Singen zur Bewältigung negativer Emotionen über Singen als Weg der Selbstheilung bis hin zum Singen als Meditation und Beflügelung geistiger Entwicklung. "Lauschendes Singen" beinhaltet darüber hinaus auch Singen in der Sterbebegleitung und Trauerbewältigung gleichermaßen wie Singen als Geburtsvorbereitung und Geburtshilfe oder zur Unterstützung psychotherapeutischer Prozesse. Singend bringen wir unsere körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte in Einklang. Mehr unter [www.karladamek.de](http://www.karladamek.de)

**Teilnahmebedingungen:** Freude am Singen.

Bitte mitbringen: Decke, Socken oder Hausschuhe, bequeme Bekleidung, persönliche Getränke und Verpflegung für den Tag. Tee ist für alle ausreichend vorhanden. Supermarkt oder auch Gaststätten sind in der Nähe. Der Seminarraum ist von einem schönen Garten umgeben.

**Kosten:** Intensiv Kurs incl. Mitsingabend Fr.- So.: 175,- €, Frühbucherbonus bis 03.04.2015 155€ Nur Mitsingabend am Freitag 5.Juni 20€  
**Info:** [www.karladamek.de](http://www.karladamek.de) **e-mail:** [adamekk@uni-muenster.de](mailto:adamekk@uni-muenster.de)  
**Bücher u. CDs** von Karl Adamek zum Heilsamen Singen: [www.cantoverlag.de](http://www.cantoverlag.de)

**Anmeldung bitte per Post oder Mailscan an:** Melanie Lippard Lehnergasse 17, 3423 St. Andrä-Wördern, 0650/5006223, [melanie.lippard@seelenkunst.at](mailto:melanie.lippard@seelenkunst.at), [www.seelekunst.at](http://www.seelekunst.at)

Hiermit melde ich mich verbindlich an für den Kurs:

## Heilsames Singen - Lauschendes Singen mit Karl Adamek

Mitsingabend 5.6. 2015 / Andrä-Wördern b. Wien

Mitsingabend u. 2-Tageskurs 6.-7.6. 2015 Andrä-Wördern b. Wien

\_\_\_\_\_  
*Name, Vorname*

\_\_\_\_\_  
*Straße, Nr.*

\_\_\_\_\_  
*PLZ, Ort*

\_\_\_\_\_  
*Telefon*

\_\_\_\_\_  
*Beruf*

\_\_\_\_\_  
*Alter*

\_\_\_\_\_  
*e-mail*

Die Kursgebühr von Euro \_\_\_\_\_ habe ich am \_\_\_\_\_ auf das Konto von Karl Adamek bei der GLS Gemeinschaftsbank Bochum Kto. 4076858300, BLZ: 430 609 67, **IBAN:** DE40 4306 0967 4076 8583 00 **BIC:** GENODEM1GLS (Bochum) mit dem Stichwort (Mitsingab. 5.6. / Kurs 5.-7.6. 2015) überwiesen.

Reservierung erfolgt mit Eingang der Zahlung, wenn nicht innerhalb der darauffolgenden zwei Wochen ein anderweitiger Bescheid erfolgt. Kursunterlagen, Wegbeschreibung etc. werden mir 14 Tage vor Kursbeginn zugeschickt. Sollte ich meine Anmeldung zurücknehmen müssen, so erhalte ich den eingezahlten Betrag unter Abzug einer Bearbeitungsgebühr (15,- Euro) zurück, es sei denn, meine Abmeldung erfolgt erst innerhalb 6 Wochen vor Kursbeginn. In diesem Fall werde ich für einen Ersatzteilnehmer sorgen oder die volle Gebühr bezahlen. Mit der Unterzeichnung dieser Anmeldung bestätige ich, dass ich die volle Verantwortung für mich und mein Handeln für die gesamte Dauer des Seminars übernehme. Falls ich zur Zeit in einer psychotherapeutischen Behandlung bin, versichere ich, dass der Therapeut mit der Weiterbildung einverstanden ist. Kursleiter und Vermieter des Seminarortes werden meinerseits von allen Haftungs- und Schadenersatzansprüchen freigestellt - soweit dies gesetzlich möglich ist.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

Möchten Sie mit uns die Erneuerung der Alltagskultur des Singen durch eine Spende oder eine Fördermitgliedschaft bei unserem Netzwerk Il canto del mondo e.V. unterstützen? Infos unter [www.il-canto-del-mondo.de](http://www.il-canto-del-mondo.de)