

LALA LOVE BOOK

01

9 Dinge, auf die es
beim Singen
nicht
ankommt!

AUS LIEBE ZUM SINGEN

Chapter One

9 Dinge, auf die es beim Singen nicht ankommt!

**01.**

Jeden Ton treffen...

„Ich bin doch keine Maschine, ich bin ein Mensch aus Fleisch und Blut!“ So singt es Tim Bendzko in seinem Song "Keine Maschine" - und recht hat er! Die Frage ist doch: Willst Du eine Ton-Treff-Maschine oder ein Mensch sein? Nur Maschinen sind der Grund, warum sich Songs perfekt anhören, warum wir keine tonalen Abweichungen mehr bei Sänger*innen hören. Es gibt Computer-Software, die jeden „Fehler“ glatt bügelt, wie z.B. Autotune. Bevor Du Deinen neuen Lieblingssong übst, hör' Dir bitte Live-Versionen davon an (z.B. auf YouTube). Das beruhigt Dich, Deine Selbstansprüche dürfen sinken – und so macht das Üben gleich viel mehr Spaß.

**02.**

Perfekt sein...

Viel zu oft verlieren wir uns beim Singen in dem Bestreben, alles „richtig“ machen zu wollen. Wir bewerten jede einzelne unserer gesungenen Silben, ärgern uns über jede noch so kleine Unzulänglichkeit. Am Ende sind wir unglücklich, weil wir glauben, nicht gut genug zu sein. Im schlimmsten Fall hängen wir das Singen an den Nagel, zumindest aber bremst es uns aus und klaut uns die Freude an etwas, das uns mal so viel gegeben hat.

Singen ist niemals Dienst nach Vorschrift! Singen ist Dein persönlicher Ausdruck, Deine Chance, ein Stück Deiner Seele und Deines Herzens ins Außen zu befördern. Du verdienst es, Dich dabei gut zu fühlen! Singen ist Deine Kunstform. Malen nach Zahlen mag auch in Ordnung sein, aber was, wenn Du es schaffst, über den Rand zu malen!!!? Nimm' allen Mut zusammen, denn es ist so viel mehr möglich, als Du glaubst!

**03.**

So klingen, wie...

Ariana Grande klingt unfassbar gut, Billie Eilish auch. Stelle Dir vor, eine der beiden hätte sich an irgend einem Punkt entschieden, nur noch der anderen nachzueifern. Dann gäbe es jetzt zwei Arianas oder zwei Billies. Eine dieser tollen Stimmen würde es also so nicht geben – und wie schade wäre das denn bitte!!!? Natürlich entwickelt sich unser Gesangsstil auch daraus, was und vor allem wen wir hören. Wenn Du alle Christina Aguilera Riffs und Runs auswendig vortragen kannst, ist das großartig. Verliere aber bitte Dich nicht aus den Augen, DEINE Stimme und das was DICH ausmacht! „Be a voice, not an echo!“ Sei ein Original und keine Kopie. Deine Stimme ist es wert, gehört zu werden!

04.

Famous

Fame...

Wer nur singt, um Fans, Follower, Klicks zu sammeln, erkennt den wahren Wert des Singens nicht! Anderen gefallen zu wollen, ist verlockend und ein Stück weit verständlich, aber bei Weitem nicht das Wertvollste daran! Statt gut anzukommen, kannst Du bei Dir ankommen!

In einem kompetenten Vocal Coaching findest Du heraus, dass Du eine Stimme hast, die Du erheben kannst - und das nicht nur beim Singen. Du bekommst eine geschärfte Selbstwahrnehmung mit an die Hand, Halt(-ung) und Sicherheit, eine tiefere Atmung, ein neues Körpergefühl. Singen kann Dich in einen entspannteren Menschen verwandeln. Du springst über Schatten, findest heraus, dass so viel mehr in Dir steckt, als Du für möglich gehalten hast. Singen macht stark, schafft Raum, wo Enge war, bringt innere Ruhe und Selbstvertrauen.

05.

Gut aussehen...

Nie die Kontrolle abzugeben, darüber, wie man beim Singen gerade aussieht, sorgt für verkrampften Gesang. Sich selbst zu beschneiden, nur weil man um keinen Preis „komisch“ aussehen will, ist als würde man sich selbst Steinbrocken in den Weg werfen.

Wie soll man da loslassen? Und ist es nicht die Gabe des Loslassens, des Rauslassens, die uns bei anderen Sänger*innen so begeistert!? Was bringen steife Modeltposen, das engste Korsett, wenn man am Ende niemanden erreicht, wenn niemand etwas fühlt, nicht mal Du selbst (außer vielleicht Enge im Hals)!!? Tina Turner hat bei ihren Konzerten eimerweise Schweiß abgesondert. Joe Cocker entglitten regelmäßig die Gesichtszüge. Schminke verschmiert, Kleidung verrutscht, es wird sich gewunden und gebogen – und es ist gut so; weil Du nur dann berührst, wenn Du echt bist!

06.

Rampensau sein...

Du musst nicht Beyoncé sein, brauchst keine Pailletten und auch keine „moves like (Mick) Jagger“. Du musst in Deiner ersten Gesangsstunde nicht gleich voller Selbstvertrauen sein und es kaum abwarten können, auf die nächste Bühne zu hüpfen. Niemand erwartet das, also musst Du es auch nicht von Dir selbst erwarten. Du darfst tierisch aufgeregt sein, Du darfst Angst haben. „Be fearless“ ist keine Grundvoraussetzung, um Singen zu lernen oder möglicherweise irgendwann eine Bühne zu betreten. Was Du benötigst, ist Geduld. Sei gütig und gehe nicht so hart mit Dir ins Gericht. Was Du brauchst, ist jemand, der Dir die Angst nimmt, vor dem Du üben kannst und Fehler machen darfst. In einer sicheren Umgebung wird sich Deine Stimme öffnen – und dann wirst auch Du Dich öffnen. Wer Du dann am Ende als Sänger*in sein magst, das entscheidest ganz allein Du. Fakt ist, es braucht nicht nur Rampensäue auf dieser Welt, denn das wäre verdammt langweilig!

07.

**Höher, schneller, lauter...**

Singen ist Bewegung, aber keine Extremsportart. Es ist ein Zusammenspiel des Körpers, der Atmung, Stimmlippen, des Vokaltrakts, uvm. Beim Singen gebrauchen wir Muskeln (sehr viele davon), mit Krafttraining und Gewichtheben hat das aber nichts zu tun. Es gibt Muskeln, die uns dienen und Muskeln deren Kontraktion uns behindern und auf Dauer der Stimme sogar schaden. Wäre Singen ein Sport, dann eher Rudern oder Schwimmen! Ich ziehe die Töne zu mir hin und drücke sie nicht von mir weg. Singen hat nichts mit „drücken“ und „pressen“ zu tun. Diese Dinge erledigen wir doch lieber auf der Toilette oder beim Kinder kriegen. Hohe Töne und eine „Powerstimme“ bekommen wir nicht durch übermäßigen Druck und Lautstärke, wir bekommen sie durch Raum, Klang und Sound. Das sind im Übrigen keine Dinge, die man hat – oder eben nicht. Das kann jeder von uns lernen, weil wir anatomisch gesehen alle das nötige Werkzeug in uns haben.

08.

**Knallhartes Training...**

„Jetzt singst Du es gefälligst noch zehn Mal! Krieg's endlich gebacken, Du dämliches Ding!“ Du tust Dir keinen Gefallen, wenn Du Dich trietz und geißelst. Dein Nervensystem hat auf solche Selbstbeschimpfungen gar keine Lust. Es fühlt sich nicht wohl dabei und Du kannst Dich aufregen, wie Du willst, Du erreichst jedes Mal genau das Gegenteil von dem, was Du erreichen wolltest. Der Kloß im Hals wird größer, die Stimme wird dünner, gequetschter, am Ende tut es nur noch weh und Du wirst immer wütender. Stattdessen könntest Du gut zu Dir sein, Du könntest akzeptieren, dass es jetzt gerade so ist, wie es ist. Du könntest eine Pause machen, ein paar Dehnübungen, frische Luft schnappen. Ein schöner Trick zur Nervenberuhigung ist es auch, den Hals oder die Wangen „auszustreichen“. Du streichelst mit Deiner flachen Hand vom Kinn ausgehend den Hals hinunter oder Du streichelst mit beiden Händen von den Ohren bis zu den Lippen. Sanft zu Dir sein, bringt Dich Deinen Zielen viel weiter, als wenn Du Dich als dein eigener Drill Instructor ins Bootcamp schickst.

09.

**Alles tun, was der Vocal Coach Dir sagt...**

Nur weil eine Lehrkraft vor Dir sitzt, heißt das nicht, dass ihr Wort Gesetz ist. Recht haben, darauf kommt es nun auch wirklich nicht an. Es gibt unzählige Gesangsübungen, Unterrichtskonzepte, YouTube Tutorials und nicht alles wird gut oder hilfreich für Dich sein. Manches wird sich für Dich falsch anfühlen. Wenn es sich falsch anfühlt, dann ist es das auch! Es ist wichtig, dass Du Dich auf Deine eigene Wahrnehmung verlässt und Dir genug Vertrauen schenkst, um Deine Gefühle für voll zu nehmen. Es gibt nicht nur einen Weg zum stimmlichen Glück. Ein guter Coach kann mit Dir den richtigen herausfinden – auch ohne immer recht zu haben.

Quote

"Life is
better
when
you
sing!"



Worauf es (für Dich) beim Singen ankommt, können wir gerne gemeinsam herausfinden. Du kannst Dich jederzeit für eine Probestunde anmelden.

Kontakt

Email: info@violet-voices.de

WhatsApp: 0163 1722840

[@violet_voices_vocal_coaching](https://www.instagram.com/violet_voices_vocal_coaching)

www.violet-voices.de

