

# Laut-*Lust?*

## **Eine Stimme beginnt**

*zu ächzen brabbeln bitten befehlen  
brummen brüllen flüstern flehen flöten*

## **Ich will auch gleich**

*gurren gellen gröhlen hauchen heulen  
jammern jaulen jubeln jauchzen  
jubilieren jodeln*

## **Er sie es könnten dann**

*juchzen kreischen knödeln keuchen klagen  
kichern krächzen lispeln lallen lachen  
plappern plärren posaunen*

## **Wir alle kriegen Lust zu**

*quietschen quengeln quaken murren  
meckern näseln nuscheln rufen raunen  
säuseln summen trällern  
trompeten tirilieren*

## **Wer möchte denn auch**

*tremolieren trillern unken winseln zirpen  
zischen zetern zitieren zurufen*

## **Vielleicht Du? Oder Ihr?**

## **Ja – und Sie?**

Copyright:

Regina Lindinger  
Lebendige Stimme, München

## Mantra

## Affirmation

## Gebet zur Heilung der Stimme

## **Ich liebe meine Stimme**

## **Ich liebe meinen Klang**

*verbunden mit dem göttlichen  
Klang des Universums und mit  
all der einzigartigen Schönheit,  
die sich in meinen Tönen entfaltet  
und durch das Instrument meines  
Körpers ausgedrückt werden will*

## **Ich liebe meine Stimme**

## **Ich liebe meinen Klang**

*als Geschenk für mich selbst  
und für alle, die mich erhören  
Ich liebe sie in all ihrer Vielfalt  
rauh und glatt, kräftig und zart  
lautstark und leise, dunkel und hell  
klar, verhalten, wild oder sanft  
in allen Gefühlen vibrierend*

## **Ich liebe meine Stimme**

## **Ich liebe meinen Klang**

*damit andere in meiner Stimme  
auch sich selbst erhören können  
ihre Lust, ihren Schmerz, ihre Freude  
ihre Trauer, ihre Sehnsucht und  
ihre Erfüllung - den ganzen, vollen  
Klang ihres Lebens*