

# Dicas de Canto



Luciana Coló

Olá,  
venha conhecer as minhas  
dicas e veja como é possível  
cantar sem esforço,  
organicamente,  
com voz e corpo  
sendo  
'um'.





Dica 1:

Boceje, espreguice o corpo inteiro,  
deixe o encaixe de seus ossos

respirarem,

” aproveite a saída do ar

e solte a voz,

deixando-a 'pegar carona'

na respiração profunda do bocejo.

'Cantar é acordar-se para dentro'

clique aqui  
e boceje



## Dica 2:

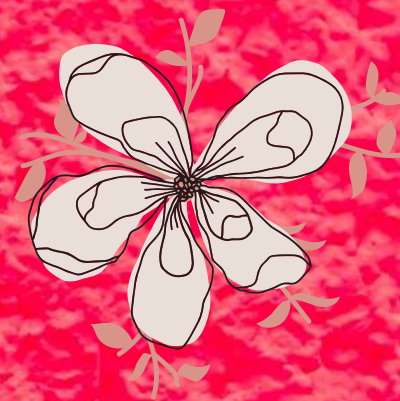
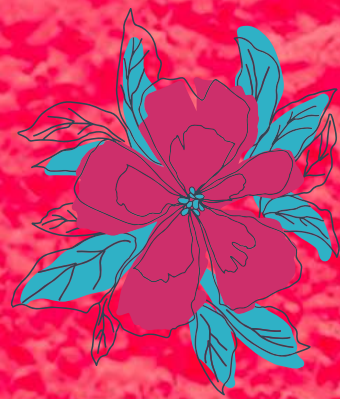
Dobre os joelhos e inspire levantando os braços e empurrando o chão, imagine narinas na sola dos pés e nas costas, expanda o tronco e abra as costelas na inspiração e sople suavemente na expiração, abraçando os braços lentamente como se estivesse amassando o ar na sua frente.

Depois inspire novamente empurrando o chão e solte o ar em 's' como se ele nascesse dos ísquios, percorresse a coluna vertebral e saísse pelo topo da cabeça.



'A Música está para o Amor assim como o Silêncio está para o Infinito'





Dica 3:  
Cantar uma melodia  
com as vogais  
'I A Ô'

Clique aqui:



'Os astros tocam música!'



Dica 4:

Aquecer a voz cantando a melodia  
de uma música com a vogal 'u'  
(a vogal mais redonda, que faz um  
'túnel' dentro da boca)

Clique aqui:



'A Música foi dada aos seres, para eles poderem compreender, nessa experiência imediata,  
que o presente é o ponto em que o tempo toca a eternidade'



## Dica 5:

A partir da colocação da vogal 'u' produzir as outras vogais .

Cantar a vogal 'u' alongando-a do peito à cabeça, como se você estivesse desenhando com a sua voz o caule de uma flor, e, em seguida, cantar 'a e i o u' como se fossem as pétalas da flor se abrindo acima da cabeça, deixando o som delas escorrer pelo corpo.

Melodia: 5 54321

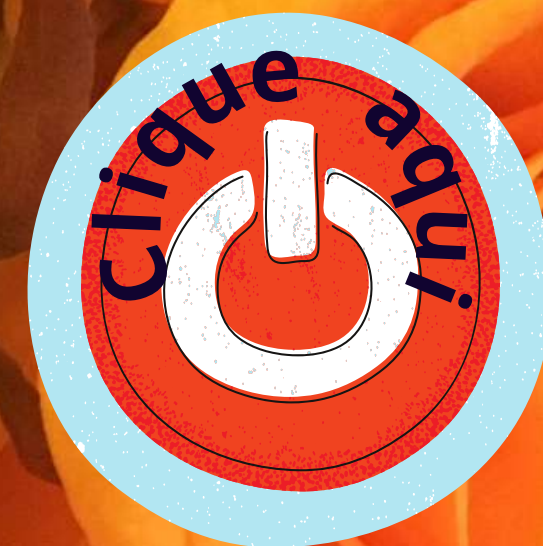


**Cante comigo  
aqui**



Dica 6:

Com uma rolha na boca,  
segurando-a na pontinha com os dentes,  
cantar uma música lentamente,  
articulando cada palavra e trazendo a voz para a cabeça,  
fazendo-a atravessar a rolha, que, em princípio, é um obstáculo  
à passagem do som, sem esforço algum,  
usando o tônus de seu corpo  
e o apoio do chão para impulsionar o som,  
cantar uma MÚSICA.



**'O silêncio é a voz do Universo. O som, a manifestação do silêncio.  
E a música, sua expressão definitiva'**



Dica 7:

Cantar uma música que ama com inteireza,  
deixando o movimento corporal  
conduzir o som.

Nosso corpo dançante é a materialidade  
da onda sonora que vibra no espaço.  
Somos o pintor e o som de nossa voz  
escorre por nosso braços-pincéis...

'Ti a mim, me a ti, e tanto'





Tenho a impressão que o silêncio amoroso gerou o primeiro movimento  
com um som intrínseco a ele.

A constânciad desse movimento foi dar na pulsação.

Nesse ponto já havia o envolvimento,  
impossível retornar ao vácuo, ao vazio, à ausência, ao não-ser.

E como nenhum envolvimento é sereno,  
a pulsação também quis movimentar-se e virou ritmo.  
A melodia foi uma dádiva, veio em seguida junto com a voz da mãe.

E veio o empoderamento de tudo isso  
com adescoberta do corpo, da voz e de seus movimentos.  
E da junção de corpos, de vozes e movimentos surgiu a harmonia.

Depois veio o verbo, o pensamento e o questionamento.  
O horizonte infinito sendo quase tocado e sendo também o limite.

O amor possibilitou o vôo e a paixão aprisionou o corpo,  
ou não será o contrário, não sei.

A música me liberta de minha condição finita, miserável,  
presa no espaço e no tempo do aqui e agora, me levando a  
lugares e experiências não alcançadas de outro modo,  
me levando a Deus, à comunhão com os seres,  
ao apoderamento do mundo, à construção da identidade,  
à sensação de totalidade, à vivência plena.

Acho que o ovo nasceu muito antes da galinha...





**Aulas de Canto**  
online

vem!

**LUCIANA COLÓ**  
zap (21) 98689-2944



Clique aqui e agende a sua aula



depoimentos

Aulas, canções, poemas, poemas, poemas