

Musikschulkongress



19.-21. Mai 2017

Kultur- und Kongresszentrum
Liederhalle Stuttgart

Mensch • Netz • Musik
Musikschule mittendrin!

Die Stimme als Ausdruck der Persönlichkeit **Atem-Tonus-Ton® – Eine körperorientierte Stimmpädagogik**

Referentin: Letizia Fiorenza

AG 2, Freitag, 19. Mai 2017



VdM

Verband deutscher
Musikschulen

Deutscher Musikschulkongress 2017 im Kultur- und Kongresszentrum Liederhalle, Stuttgart

Atem-Tonus-Ton® (ATT)

Die Stimme als Ausdruck der Persönlichkeit

Rererentin: Letizia Fiorenza, www.letizia-fiorenza.com,
www.atem-tonus-ton.com.

Die Stimme und die primäre Beziehung

Mit dem ersten Atemzug lässt das Neugeborene seine Stimme hören. Mit einem Schrei tritt es zum ersten Mal in Kontakt mit der Welt ausserhalb des Mutterleibs. Mit seiner Stimme, noch bar einer differenzierten Bedeutung, teilt das Baby noch unbewusst seine Befindlichkeit mit. Die Mutter oder die Bezugsperson tritt in Resonanz mit dem stimmlichen und körperlichen Ausdruck des Kindes, interpretiert diese als Zeichen des Hungers, der Müdigkeit oder des Schmerzes und wird versuchen, das Bedürfnis zu stillen. Sie wird auch auf die Stimme reagieren, die Wohlsein ausdrückt oder bloss Freude am gegenseitigen Kontakt. Sie wird dem Lallen, Lachen und Babbeln zuhören, es wiederholen, in Stimme und Gestik widerspiegeln und so dem Kind bestätigen, dass es von ihr wahrgenommen wird und auch getrennt von ihr existiert. Diese Reaktion animiert wiederum das Kind, weiterhin den Kontakt zu suchen und sich stimmlich auszudrücken.

Stimme entsteht also innerhalb einer Beziehung und die Beziehung wiederum lockt die Stimme und ermutigt sie, sich zu zeigen.

Später wird das Kind einzelne Silben, ganze Wörter zu sprechen versuchen, die einen definierten Inhalt transportieren. Die Mutter wiederholt sie, spricht sie korrekt aus, das Kind imitiert wiederum und lernt so nach und nach die Sprache und ihre Struktur, es lernt mit der Zeit seine äussere und seine innere Welt zu benennen.

«Le ton qui fait la musique»

Hinter diesem Spiel des Spracherwerbs, hinter dem Verbalisierten, schwingt also immer und von Anfang an eine zusätzliche Bedeutungs- und Informationsdimension mit. «Le ton, qui fait la musique» – «Der Ton, der die Musik macht», die Stimme mit all ihren Eigenschaften: Farbe, Höhe, Textur, Frequenzbereich, Schwingung, innerhalb des Satzes auch Rhythmus und Prosodie. Zu dieser stimmliche Dimension gehört auch «Die Bewegung, die die Musik macht», die Gestik also, die Körperspannung, der Tonus des Sprechenden und des Hörenden, das gegenseitige Zugewandt-Sein, der lebendigen Blick, der Augenkontakt.

Zusammenfassend: In diesem komplexeren Sinne enthält die Stimme in ihrer ganzen Farbigkeit und in Zusammenhang mit der dazugehörenden Körpersprache und der unbewussten Gestik immer eine Botschaft, unabhängig davon, was sie gerade in Worte ausdrückt, unabhängig des Inhaltes.

Dieser Qualität der Stimme und des Körperausdrucks zuzuhören und zuzuschauen heisst, das zu verstehen oder zumindest zu erahnen, was das sprechende Subjekt unterhalb dem Gesagten ausdrückt; was es als Subtext (und oft noch unbewusst), noch nicht in Worte gefasst, ja vielleicht noch nicht gedacht hat.

Ich möchte zur Präzisierung meine Kollegin, die Atemtherapeutin und Atem-Tonus-Ton® -Ausbildnerin Silvia Biferale und die Psychologin Rita Toti zitieren. Leider ist der Artikel „«Der Körper der Stimme, die Stimme des Hörens» (1) nur auf Italienisch vorhanden.

«Es ist bekannt, wie die Stimme das intimste und subjektivste Wesen des Menschen offenbart, wie sie auch die dem Verstand unbekannteste Bewegungsgründe und Gefühle durchschimmern lässt; sie ist eine archetypische Kraft, die eine Präsenz ankündigt, und so die Beziehung zum Anderen eröffnet. Dieser Stimme zuzuhören heisst, das zu verstehen, was das sprechende Subjekt verschweigt, es heisst, Signifikanten

aufzufangen in einem fortwährenden Spiel und innerhalb eines Beziehungsraums, in dem Hören auch Sich Zuhören bedeutet, Zuhören des gegenseitigen In-Resonanz-Tretens.

In der Psychoanalyse bedeutet „Hören“ auch, das pausenlose Wechselspiel zwischen Körper und Sprache zu erfassen, zwischen dem, was der Körper mitteilt und das Wort nicht sagt, was die Stimme als potentiellen Inhalt enthält, aber noch nicht ausgedrückt hat. Es bedeutet, Klänge, Silben, Konsonanzen und Dissonanzen, Rhythmus und Stimmklang aufzufangen, die sich dem Sinn noch nicht entfaltet haben, die noch nicht denkbar und in Worte übersetzt worden sind.»

Die Stimme in der Pädagogik – Sich selbst zuhören

Wir begannen mit dem Beschreiben der Stimme in der primären Beziehung zwischen Mutter und Kind, die Kolleginnen Biferale und Toti betrachteten die Stimme innerhalb einer therapeutischen Beziehung, schauen wir die Stimme in unserer Rolle als Pädagogen und Pädagoginnen an, sowohl in der Sprechstimme, also innerhalb der Kommunikation zwischen Lehrperson und Lernenden, wie in der Gesangsstimme, innerhalb des künstlerischen und musikalischen Ausdrucks.

Ist es möglich, den Prozess der Beziehungsbildung, innerhalb dessen, das Lernen erleichtert wird, den Prozess des tieferen Verständnisses, des gegenseitigen In-Resonanz-Tretens zu fördern? Ich postuliere, dass es zunächst notwendig ist, sich der eigenen Stimme bewusst zu werden, sich selber im Moment des Sprechens und des Singens zuzuhören, sich der eigenen Körperlichkeit während der Tongebung bewusst zu sein.

Je mehr der Sprechende und Singende sich seines Körpers und seiner Stimme bewusst ist, je mehr er selbst für seine stimmlichen Möglichkeiten durchlässig ist, desto mehr wird er die Fähigkeit entwickeln, in Resonanz mit den Schwingungen des Anderen zu treten. Sprechen, Zuhören und Sich-Selber-Zuhören werden zu der Einheit, die die eigentliche

Kommunikation bedeutet: Kommunikation also als ein sowohl aktiver wie rezeptiver und selbstrezeptiver Prozess.

Atem und Stimme

Träger der Stimme ist der Atem. Der Atem hat vielfältige Funktionen, er versorgt den Körper im Einatmen mit Sauerstoff, scheidet im Ausatmen Kohlendioxyd aus, kann die Stimmlippen in Schwingung versetzen und ermöglicht dadurch Sprechen und Singen. Als einzige körperliche Funktion hat der Atem einen willkürlichen und einen unwillkürlichen Anteil, einen, der vom willentlichen und einer, der vom unwillentlichen Nervensystem gesteuert wird.

Rufen wir uns kurz das Nervensystem in Erinnerung. Das willkürliche Nervensystem (auch somatisch, animalisch oder cerebros spinal genannt) ermöglicht über die Sinnesorgane die Wahrnehmung der Umwelt und die willentlichen Aktionen über die Muskulatur.

Auf den Atem bezogen erlaubt dieses System, dass wir die Lungen auf Verlangen mit Luft füllen und den Atem anhalten können, eine Kerze ausblasen, uns räuspern, hecheln oder eben bewusst sprechen und singen können.

Das vegetative Nervensystem (auch viszerale Nervensystem oder das Vegetative genannt) ist dagegen nicht willentlich beeinflussbar. Es steuert automatisch ablaufende innerkörperliche Vorgänge wie das Schlagen des Herzens, den Stoffwechsel etc., und auf die Atmung gemünzt, steuert es das ständige Ein- und Ausströmen der Luft, auch dann, wenn wir uns dessen nicht gewahr sind. Es ist verantwortlich für die Beschleunigung und Verlangsamung des Rhythmus je nach Situation, sei sie äusserlich indiziert (wie beim Rennen oder Ruhen), oder innerlich, emotional ausgelöst (ein schneller Atem bei einer Aufregung, ein hochgezogener Atem bei Angst, ein Seufzer der Erleichterung, Gähnen bei Müdigkeit und so weiter).

Beide Systeme arbeiten zusammen und sind gleichzeitig aktiv. Ein Beispiel: Willentlich entscheide ich mich, zu ihnen zu sprechen. Die dazu

gehörenden Bewegungen des Zwerchfells und der Atemhilfsmuskulatur, die mein Sprechen ermöglichen, passen sich automatisch dieser Anforderung an, zum Beispiel, wenn ich lauter reden soll als sonst. Unwillentlich reagiert mein Körper auf die Aufregung des Moments, Adrenalin, ein Hormon, das meine Flucht erleichtern sollte, wird gegen meinen Wunsch ausgeschüttet; fliehe ich nicht, weil ich nicht darf, spüre ich dennoch den erhöhten Muskeltonus, der sogar zum Zittern führen kann, die trockene Mundschleimhaut, den beschleunigten Puls, die schnellere Atmung. Weiss ich darum, weil ich diese Situation schon erlebt habe, lehrt mich die gemachte Erfahrung, den Kontakt zum Boden zu suchen, die Schultern zu senken, den Atem zuzulassen, einen Schluck Wasser zu trinken. Mein Körper reagiert wiederum vegetativ auf diese Signale und gibt, wenn ich Glück habe, Entwarnung durch. Der Atemrhythmus und der Puls werden langsamer, ich entspanne mich, die Speicheldrüsen produzieren vermehrt Feuchtigkeit, ich komme im wahrsten Sinne des Wortes an und, falls ich was zu sagen habe, kann es nun gelassen tun.

Der «Erfahrbare Atem»

Es gibt neben dem willentlich und dem vegetativ gesteuerten Atem eine dritte Art, die Ilse Middendorf, die Doyenne der Atemarbeit, den «Erfahrbaren Atem» genannt hat (2). Sie meint damit den Atem, den wir in einem Zustand der Sammlung, der Introspektion, bewusst beobachten können, ohne aber ihn zu führen.

Dieser Ansatz, dem Atem zuzuhören, zuzuschauen, ohne darauf Einfluss zu nehmen, ist meines Wissens einzigartig; es unterscheidet die Arbeitsweise und grenzt sie ab gegenüber anderen ehrwürdigen Disziplinen, die sich mit dem Atem befassen, wie zum Beispiel Yoga oder Feldenkrais. Er hat Gemeinsamkeiten mit der Meditation, die ebenfalls in

fortgeschrittenem Erfahrungsgrad, das innere Geschehen, frei von Einflussnahme und Bewertung, nur beobachtet.

Das Neuartige an der Middendorfschen Atemarbeit, auf die Atem-Tonus-Ton fusst, ist die Erfahrung und daraus die Erkenntnis, dass es genügt, den Atem und den Körper achtsam wahrzunehmen, damit sich vegetative Zustände verändern. Ganz leicht ist das nicht; sobald wir den Atem beobachten, werden wir beginnen ihn zu führen, auch wenn wir gar nicht möchten. Das Geschehen-Lassen ist etwas, das ein Leben lang geübt wird. Eine Schulung im Paradoxen.

Interessant für unsere Betrachtungen ist die Tatsache, dass der Atem, wie die Stimme, individueller Ausdruck des Menschen ist, fast wie ein Fingerabdruck. Jeder Mensch atmet auf eine persönliche Art, weil das Leben und sein Lebensstil nicht nur seinen Körper prägen, sondern auch die Art wie er atmet.

Ein Beispiel: Nehmen wir an, dass ein Schüler ein blockiertes Zwerchfell hat. Sowohl der Lehrer wie der Schüler wissen vielleicht nicht warum dem so ist, aber diese Blockierung wird nicht nur einen Einfluss auf seine Stimme haben, sondern auf die gesamte Befindlichkeit. Möglicherweise leidet er unter Verdauungsbeschwerden, weil die Darmperistaltik durch die mangelnde Bewegung des Zwerchfells nach unten nicht unterstützt wird, oder, handelt es sich um eine Schülerin, leidet sie vielleicht unter Zyklusschmerzen, weil die innere Organe permanent verspannt sind; beide werden im oberen Brust- und Schulterbereich ebenfalls Verspannungen haben, weil die Unbeweglichkeit des Zwerchfells unten, den oberen Lungenbereich zur Kompensierung zwingt, dieser Bereich wird übermässig beansprucht, so dass er ständig überfordert ist. Vielleicht ist dieser Mensch anfällig für Stress, weil sie oder er schneller ausser Atem und an seine oder ihre Grenzen kommt. Dieses Beispiel ist natürlich eine grobe Vereinfachung. Ein verspanntes Zwerchfell kann Dutzende verschiedene Kompensationen hervorrufen, je nachdem, wie, wann und

warum die Verspannung entstanden ist, und je nachdem, wie die angeborene Disposition dieses Menschen ist. Auch wissen wir nicht, ob am Anfang, vielleicht aus seelischen Gründen, die Verspannung da war und danach die Beschwerden folgten, oder zuerst die Beschwerden da waren und als Folge davon die Verspannung entstand. Das ändert aber nichts an unsere Herangehensweise an das Problem. Wir wissen um die Homöostase des Menschen, also um seine angeborene Fähigkeit, sich als System wieder in Ordnung zu bringen und um die Resilienz, um seine psychische Widerstandsfähigkeit also, die ihm ermöglicht, Krisen durch seine Ressourcen zu bewältigen und aus diesen Krisen zu lernen. Die Übungen und die Arbeitsweise in Atem-Tonus-Ton fördern beide Fähigkeiten, die Homöostase und die Resilienz.

Das Verhältnis zwischen Lehrperson und Lernenden

Kehren wir nach diesem Exkurs zum Verhältnis zwischen Lehrperson und Lernenden. Wie ich am Anfang schon sagte, ist Stimme Ausdruck des Wesens des Menschen; Ausdruck seiner Persönlichkeit, die in den Jahren entstanden und gewachsen ist, gute und schmerzhaft Erfahrungen gemacht hat, bestätigt und verletzt wurde. Zum Teil sind diese Aspekte in der Stimme auf Anhieb hörbar; manchmal sind sie verborgen und schimmern nur in Extremsituationen durch, vielleicht beim Gesangsunterricht, bei dem der Wunsch des Lernenden, die Stimme zu bilden und zu singen ebenso gross ist, wie die Angst davor, sich zu zeigen und zu riskieren, nicht nur gesehen und gehört, sondern auch beurteilt zu werden. Ich habe aufgeführt, wie auch der Atem, der die Stimme trägt, individueller Ausdruck des Menschen ist.

Warum ist es für Lehrpersonen wichtig, sich dessen bewusst zu sein und dies zu berücksichtigen? Bestimmt nicht, weil sie therapeutisch intervenieren sollen (das überlassen wir den dafür Ausgebildeten, und auch das nur, wenn beim Lernenden diese Dringlichkeit entsteht), sondern, weil dieses Wissen, dieses Bewusstsein, uns als Lehrpersonen

den nötigen Respekt und die Behutsamkeit lehrt, mit der wir der Stimme, die sich uns anvertraut, begegnen sollen. Dass diese Haltung nicht nur sinnvoll und angebracht für die Entwicklung der Stimme ist, sondern auch sonst der Persönlichkeit gut tut, ist eine willkommene Nebenwirkung und ein Geschenk.

Arbeiten wir an der Stimme, arbeiten wir immer am ganzen Menschen, an Körper und Psyche, am willentlich Steuerbaren und am Vegetativen, am Bewussten und am Unbewussten, am Hier und Jetzt, aber auch an festgewordenen Haltungen und Mustern, die nicht sofort und nur mit Willenseinsatz zu verändern sind.

Atem-Tonus-Ton®, eine körperorientierte Stimpädagogik, eine klangorientierte Körperpädagogik

Atem-Tonus-Ton berücksichtigt dies und arbeitet deshalb Schülerzentriert, Systemorientiert, frei von Anweisungen, die einer festen Vorstellung der «richtigen» Stimme entsprechen, dies, wie gesagt, aus Respekt zum intimen, persönlichen und individuellen Aspekt der Stimme. Andererseits werden wir erfahren, dass die Stimme sich freier und schneller gemäss ihrer Potentialität, und gemäss ihrer Einzigartigkeit entfalten kann, wenn wir das ganze System berücksichtigen.

Maria Höller Zangenfeind, die Atem-Tonus-Ton® aus der Middendorfschen Atemarbeit entwickelt hat, nannte diese Stimme, die ihre Einzigartigkeit trotz den Ansprüchen der Technik und der entsprechenden Literatur bewahrt, eine authentische Stimme (3).

Ich werde nicht müde zu betonen, dass wir beim Unterrichten mit unseren Interventionen auf der körperlich/stimmlichen Ebene ein ganzes System ansprechen, das Körper und Psyche einschliesst, reflektorischen/automatischen Atemvorgang und funktionalen Stimmeinsatz, Durchlässigkeit der Bewegungen, einschliesslich der Atembewegung, Regulierung der Muskelspannung, die wir Tonus nennen.

Dieses System weiss, wie es sich organisieren muss, damit die Stimme frei klingen kann. Wenn wir beim Unterrichten von der Körperlichkeit der Stimme und von einem komplexen System ausgehen, wird das eine Auswirkung haben auf unsere Art zu lehren und vor allem auf die Wahl der Methoden, die wir einsetzen.

Atem-Tonus-Ton® setzt an, bevor eine Methode überhaupt ins Spiel kommt und richtet sich nicht nur an Singende, sondern auch an Instrumentalisten, Bläser, natürlich, aber auch an andere, ja sogar an Dirigenten. Der Atem gehört zu jeglichem musikalischen Ausdruck. Und natürlich auch an jene, für die die Stimme zum Beruf gehört: darstellende Künstler_innen, aber auch Lehrer, Logopäd_innen und andere Therapeuten.

In Atem-Tonus-Ton® bieten wir Übungen an, die den ganzen Körper bewegen und ihn durchlässig für die natürliche Atembewegung mit ihren individuellen Aspekten machen soll. ATT lehrt, den Atem, den Körper und die Stimme selber wahrzunehmen, im Bewusstsein, dass dies eine stete Veränderung mit sich bringt, einen Prozess in Gang setzt, der nicht aufhört.

Atem-Tonus-Ton® bietet das Werkzeug an, mit dem man lernt, selber die Übungen aus dem grossen Fundus auszuwählen, Übungen, die der momentanen Befindlichkeit und dem momentanen Bedürfnis entsprechen.

Aufgabe der ATT-Lehrperson ist es, aufmerksam zu sein, Beobachtungen anzustellen, die Ohren offen zu halten und daraus Übungen anzubieten, die den Prozess der Selbstregulierung einleiten und vorantreiben.

Um auf das Beispiel von vorher zurück zu greifen: Wir nehmen wahr, dass die Schülerin den Atem hochzieht, die Schultern zu stark anhebt, während der Bauch eingezogen wird, anstatt der Zwerchfellbewegung nach unten

nachzugeben. Wir schliessen daraus, dass das Zwerchfell nicht frei schwingen kann. Wir werden also eine Arbeit anbieten, die dieses Nachgeben der Zwerchfellbewegung wieder ermöglicht.

Das Zwerchfell, als einer der Hauptmuskeln, die beim Atmungsvorgang involviert sind, können wir willentlich nicht steuern. Indirekt aber können wir Bedingungen schaffen, die ihm seine Funktion erleichtern.

Direkt kann ich also auf das Zwerchfell keinen Einfluss nehmen, es wird nicht vom willentlichen Nervensystem bedient. Indirekt aber kann ich durch Übungen die Atembewegung vertiefen. Diese Übungen finden oft gar nicht in der Gegend statt, die behandelt werden muss. Gerade bei einem wenig nachgiebigen Zwerchfell werden wir zunächst wahrscheinlich mit den Beinen arbeiten, mit der Erdung, mit der mangelnden oder zu hohen Spannung in der Beinmuskulatur. Danach mit der Beweglichkeit, mit der Mobilität des Beckens. Indirekt, über willentlich induzierte Tonusveränderungen (zum Beispiel in den Beinen) und durch raumbildende Übungen (zum Beispiel im Becken) sind also die vegetativen Funktionen des Atems beeinflussbar, und wir können bewirken, dass die Zwerchfellbewegung wieder freier wird und die Stimme unterstützt.

Wir geben also Anregungen, die das System und seine Selbstregulation unterstützen, ohne direkt auf den Atmungsvorgang Einfluss zu nehmen, der lieber nicht gestört werden soll. Übe ich Druck auf die Atemhilfsmuskulatur aus, lasse ich die Gesangsschülerin tief Luft holen und halten, in der Meinung, ich könne so das Zwerchfell willentlich steuern, störe ich den Atmungsvorgang an einer empfindlichen, vegetativ gesteuerten Stelle und wirke auf eine Ebene, die sich selbst regulieren sollte und die ungestört besser arbeitet. Die Resonanz, das Ausbreiten der Vibration von den Stimmlippen zum ganzen Körper hin, also auch zum Brustbereich, soll ungestört geschehen und nicht durch muskuläre Festhaltungen eingeschränkt werden. Lasse ich sie wiederum den Bauch

willentlich abspannen, biete ich wohl einen Ersatz für die tiefer wirkende vegetative Reaktion, aber eben nur einen Ersatz.

Interessant zu wissen, und wahrscheinlich von Ihnen schon mehrfach erfahren, ist, dass die Durchlässigkeit der Atembewegung, eine Leichtigkeit bewirkt, die nicht nur auf die Stimme, sondern auch auf die Stimmung einen Einfluss hat. Die Atembewegung, die sich im ganzen Körper frei ausbreitet, ist Ausdruck von körperlicher und psychischer Gesundheit. Die Middendorfsche Atemarbeit und Atem-Tonus-Ton® betrachten diesen Aspekt als zur Stimmarbeit unmittelbar gehörig. Stimme als Ausdruck der ganzen Persönlichkeit. Musik soll glücklich machen, wir brauchen ja nicht tausend Pavarotti aber abertausend glücklichere Menschen würden nicht stören.

Es ist wichtig, den Prozess den wir beim Lernenden beobachten, nur zu beschreiben und bewusst frei von Wertungen zu kommentieren. Dadurch ermutigen wir die Schüler, sich diesem Prozess weiterhin und immer wieder zu überlassen. Und da wären wir wieder beim Geschehen-Lassen, das ich vorher im Zusammenhang mit der Atemarbeit erwähnte. Diesem Prozess soll Raum gegeben werden.

Sowohl für die Lernenden wie für die Lehrperson ist dieses Geschehen-Lassen wahrscheinlich das Schwierigste. Das Anspruchvollste am ganzen Lernvorgang ist, sich vertrauensvoll diesem selbstregulativen Prozess zu überlassen. Ich möchte betonen, dass Geschehen-Lassen mitnichten ein passiver Vorgang ist. Es hat nichts mit Beliebigkeit oder Laisser-faire zu tun. Geschehen-Lassen ist ein rezeptiver Zustand, eine Offenheit gegenüber dem, was noch nicht bekannt ist, ein neugieriges Beobachten der Veränderungen, ein Tun ohne zu tun – ein Paradox, den es auszuhalten gilt. Wir können uns darin üben.

Vielleicht hatte Friedrich Dürrenmatt, der grosse Schriftsteller und Dramatiker recht, wenn er sagte: «Im Paradoxen erscheint die Wirklichkeit» (4).

Quellen und Literaturangaben

- (1) www.psychomedia.it - Il corpo della voce, la voce dell'ascolto, Rita Toti/Silvia Biferale, Italia 2012
- (2) Der Erfahrbare Atem, Ilse Middendorf, Junfermann-Verlag, Paderborn 1984
- (3) Stimme von Fuss bis Kopf, Maria Höller-Zangenfeind, Studien-Verlag, Innsbruck 2004
- (4) http://www.sebastian-fischer.ch/pdf/Duerrenmatt_Der_Besuch_der_alten_Dame.pdf

«Der Atemratgeber», Letizia Fiorenza/Ursula Schwendimann, Eigenverlag, Uster 4. Auflage 2013

«Atem-Tonus-Ton®, Il respiro, il movimento e la voce», 2015
www.audiation-rivista.it

Deutsche Übersetzung des Artikels auf www.letizia-fiorenza.com
«Publikationen»

«Höhenflüge mit Bodenhaftung», Regula Schwarzenbach/Letizia Fiorenza, Zimmermannverlag, Frankfurt 2. Auflage 2007

«Höhenflüge mit Bodenhaftung 2», Regula Schwarzenbach
Musikverlag Zimmermann, Frankfurt 2016

Uster, Mai 2017,

©Letizia Fiorenza, Guschstrasse 52, CH-8610 Uster