Obsah

Předmluva (Maria Führmannová) 6
Předmluva k druhému vydání (Tilla Hoffmannová) 7
Předmluva ke třetímu vydání (Gisela Röschová a Hartmut Bär) 9
Maria Führmannová – životopisná skica 10

I. Základní postoj při zpěvu 12
II. O dýchání 17
III. Nasazení tónu 19
IV. Ještě něco o tvoření tónu 25
V. Jak poznáme, co souvisí s éternou stránkou? 29
VI. Bytostnost tónů 32
VII. Metrum a jeho druhy 35
VIII. Formující působení sil zvěrokruhu 38
IX. Vokály 43
X. Tvoření, pohyb a pociťování tónu 45
Doslov 48

PŘÍLOHY
I. Studie obrazů 50
II. Schémata 62
Tónové sféry v člověku 62
Začlenění člověka do sil světla a tíže 63
Přehled základních prvků ve zvěrokruhu 75
III. Příklady not 64
Odkazy na literaturu 82
Původ obrazů 83