

KLANGMEDITATION

Jeden Dienstag 19:30 – 20:30



Durch Klang zur Tiefenentspannung

Garantierte Durchführung ab 2 Personen

Anmeldung unter 078 690 78 11

Kapellgasse 8, 9320 Arbon
musiktherapie-vogel.ch

Kosten pro Person 40 CHF
bar / Twint

KLANGMEDITATION

Klangmeditation ist eine Einladung, in die Welt der Schwingungen einzutauchen und den eigenen Körper sowie den Geist in einen Zustand tiefer Entspannung zu führen.

Klänge wirken direkt auf unser Nervensystem: Sie beruhigen den Atem, harmonisieren die Gedankenflüsse und unterstützen dabei, innere Blockaden zu lösen. In dieser meditativen Erfahrung entsteht Raum für Klarheit, Regeneration und Selbstwahrnehmung.

In meiner Arbeit verbinde ich achtsame Präsenz mit der heilenden Kraft von Klängen.

Mit ausgewählten Instrumenten – wie Klangschalen, Monochord oder Oceandrum – erschaffe ich ein Klangfeld, das den Menschen sanft trägt und in einen meditativen Zustand begleitet. Die Schwingungen wirken nicht nur auditiv, sondern ganzheitlich: Sie können den Körper durchdringen, Spannungen lösen und eine tiefe innere Ruhe ermöglichen.

Mir ist es wichtig, einen geschützten Raum zu schaffen, in dem die Teilnehmenden loslassen, sich selbst spüren und neue Energie schöpfen können. Jede Klangmeditation entsteht aus dem Moment heraus und richtet sich nach der individuellen Stimmung sowie den Bedürfnissen der Gruppe oder Einzelperson. Durch diese intuitive Arbeitsweise entstehen einzigartige Klangreisen, die auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene wohltuend wirken.

Meine Arbeit versteht sich als Einladung, wieder in Kontakt mit der eigenen inneren Mitte zu kommen – getragen von Schwingung, Stille und der ursprünglichen Kraft des Klangs.

Jetzt Termin vereinbaren