

Klang-Meditation als Achtsamkeitspraxis und Gesundheitsprophylaxe

Klangmeditation und Vortrag von Heinz Reichert (Lehrer, Musiktherapeut, Komponist)

Donnerstag, 23. Februar 2017, 19 Uhr, Stadthalle Oberursel, Eintritt frei

Klang wird über unsere Sinne wahrgenommen. Es ist aber nicht nur der Hörsinn, der angesprochen wird. Mit welchen Sinnen wird Klang wahrgenommen? Welche Wirkung ruft Klang über diese Sinne hervor? Gibt es Wirkungen auf Zell-Ebene? Klänge wurden wohl in allen Kulturen intuitiv zu Vorbeugungs- und Heilungszwecken genutzt. Wie wichtig sie für unsere Gesundheit sind, diese bewusste Wiederentdeckung findet in unserer westlichen Kultur seit Jahren und Jahrzehnten auf verschiedenen Ebenen – wissenschaftlich und praktisch – statt.

Heinz Reichert, Lehrer für Musik und Mathematik in Hofheim, bietet regelmäßig Klangmeditationen und Mantra-Singen an. Er versteht Klang als hervorragendes Medium zur Entspannung und engagiert sich als Klang-Pädagoge, dieses Wissen weiterzugeben. Seine Fortbildungen im Bereich Klang zum

- Musiktherapeut (IEK)
- Wahrnehmungstrainer nach der AVWF-Methode
- Seminarleiter für Autogenes Training
- Klangmassagepraktiker nach Peter Hess

lassen neue Denkanstöße erwarten.

An diesem Abend werden wir zunächst ganz „praktisch“ Erfahrungen bei einer Klang-Meditation machen, um uns danach vom Experten über das Phänomen „Klang“ und seine Wirkung informieren zu lassen. Dabei werden z.B. auch Aspekte der menschlichen Biologie sowie der Physik und Quantenphysik herangezogen. Freuen Sie sich auf diese ungewöhnlichen, aber laienverständlichen Informationen – und verbinden Sie diese mit Ihrem eigenen Erleben.



Foto: © Pixabay

Naturheilverein Taunus e.V.

Mainstr. 7a, 61440 Oberursel, Tel. (06171) 20 60 708 www.nhv-taunus.de, info@nhv-taunus.de