

EINZELBEGLEITUNGEN

Klangbad auf dem Somachord

Jeder Versuch, dieses Erlebnis mit Worten zu beschreiben, kann nur unvollkommen sein. Der Mensch, der dieses Klangbad erlebt, wird unbeschreiblich tief berührt.

Er liegt direkt auf dem stabilen tischähnlichen Instrument und kann dadurch die Schwingungen der Klänge unmittelbar körperlich spüren und erfahren. Der meditative obertonreiche Klang dieses außergewöhnlichen Instrumentes wird von den meisten Menschen als wunderbar entspannend und harmonisierend empfunden.

„Es ist ein Gefühl, wie in einem Meer von Klängen zu baden!“

Geborgenheit, Einssein und Grenzenlosigkeit sind häufige Beschreibungen dieses Erlebnisses.

Insbesondere Menschen, die Probleme damit haben, Zugang zu ihrem Gefühlsbereich zu erhalten, verhilft ein solches Klangbad, sich wieder dafür zu öffnen.

Klang"massage" mit Tibetischen Klangschaln

Auch dies ist eine sehr wohltuende Möglichkeit, mit Hilfe der Energie von Klängen Stress abzubauen und wieder in Harmonie zu kommen. Die Klangschaln werden auf bestimmte Körperbereiche aufgelegt und zum Erklingen gebracht. Der dabei entstehende Klang lässt den Körper mitschwingen. Die Selbstheilungskräfte werden angeregt, Blockaden können sich lösen. Das Hören der obertonreichen Klänge führt auch auf geistiger Ebene zu einer tiefgehenden Entspannung. Sorgen und Ängste treten in den Hintergrund und die "Körperbatterien" können wieder aufgeladen werden.

Meditative Klangerfahrung mit obertonreichen Instrumenten

Nach einer angeleiteten Entspannungsübung können in geschützter Umgebung die Klänge von

- Australischen Didgeridoos
- Monochord
- Tibetischen Klangschaln
- Javanischen Gongs (Durchm. 1,50 - 2,00 m)
- Paiste-Gongs und Chines. Gongs u. Becken gehört und körperlich wahrgenommen werden.

Honorar für Einzelbegleitung: 70 €

Bitte rufen Sie mich an, wenn Sie Fragen zu meiner Arbeit und meinen Angeboten haben. Ich bin gerne bereit, nähere Auskünfte zu geben.



Jürgen Götz

Musiker, Dipl.-Sozialarbeiter u. Sozialtherapeut

Röntgenstr. 9

10587 Berlin-Charlottenburg

Tel. mobil: 0179-5010940

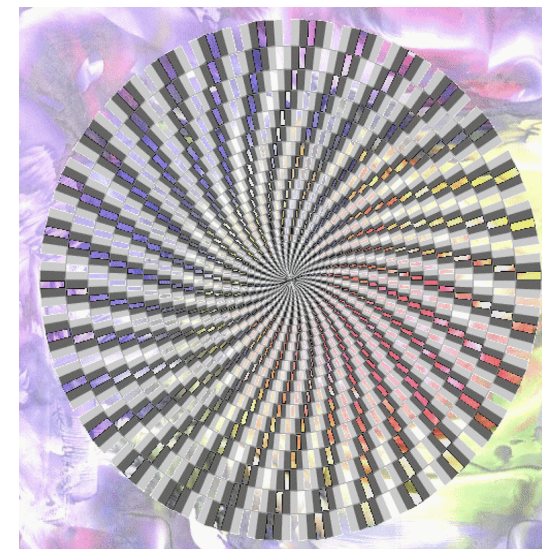
E-Mail: post@regenbogenklang.de

Internet: <http://www.regenbogenklang.de>

<http://www.gong-klang.de>

<http://regenbogenklang.gmxhome.de>

Regenbogenklang



„In Klängen baden“

"Schläft ein Lied in allen Dingen,
die da träumen fort und fort,
und die Welt hebt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort."

(Joseph Freiherr von Eichendorff)

Seit vielen Jahren begleite ich Menschen auf ihrem Weg, im *Einklang* mit sich und ihrer Mitwelt zu leben. Das zentrale Werkzeug meiner Arbeit ist das Medium „Klang“

Wir alle streben nach dem Gefühl innerer Geborgenheit und Zufriedenheit. Oft sind diese jedoch weitgehend aus unserem Erlebnis- und Gefühlsbereich verdrängt. Hektik und Stress unserer Zivilisation tragen einen Großteil dazu bei.

Im Laufe unseres Lebens passiert es uns immer wieder, dass wir an Grenzen stoßen. Wir erkennen nicht mehr, wie und wo es weitergeht oder haben einfach keinen Mut und keine Kraft mehr, den nächsten Schritt zu tun.

Unbewusst reagieren wir in solchen Grenzsituationen meistens so, wie wir durch Erziehung und die Erfahrungen unseres bisherigen Lebens geprägt wurden.

Wir suchen die Lösung unserer Probleme im Außen, bei anderen Menschen, in Büchern usw. und haben dabei vergessen, dass wir alle von unserem Ursprung her verbunden sind mit der Quelle aller Weisheit und Kraft. Es kommt nur darauf an, diese bei einigen Menschen mehr, bei anderen Menschen weniger blockierte Verbindung wieder neu zu aktivieren.

Eine Möglichkeit, mit dieser Quelle, die auch als "Innere Stimme" bezeichnet wird, Kontakt aufzunehmen, besteht darin, sich aus der Hektik des Alltages einmal zurückzuziehen, in die Stille zu gehen, nach "Innen" zu lauschen.

Meine Angebote sind als achtsame und liebevolle Begleitung auf diesem Weg zu verstehen. Sie dienen der Selbsterfahrung und sind nicht als Ersatz für medizinische oder psychotherapeutische Therapien gedacht, können diese jedoch unterstützen und ergänzen.

OFFENE ABENDE

Meditative Klänge- Besinnliche Texte für Herz und Seele

An diesen Abenden hören und erleben Sie sanfte und kraftvolle Klänge, live gespielt auf obertonreichen Instrumenten verschiedenster Länder und Kulturen (z. B. Monochord, Tambura, tibetische Klangschalen, Gongs, Didgeridoo, „Kristallklangschaalen“, Tubular Bells, Koto, Fajara-Flöte, Bambusflöten u. a.) verbunden mit dem Vortrag von besinnlichen Texten. Diese Klänge und Texte können uns tief berühren und uns sanft aber wirkungsvoll in Kontakt mit unserer "inneren Welt" bringen.

Termine: siehe Webseite oder auf Anfrage
Teilnehmerbeitrag: 12 Euro

Klänge zum "schnuppern" und selbermachen

An diesen Abenden haben Sie die Möglichkeit, praktische Erfahrungen mit dem Spielen von obertonreichen Instrumenten zu machen, insbesondere mit tibetischen Klangschalen, Kristallklangschaalen, Monochord, Didgeridoo, Tambura, Gong, javanischen Riesengongs und Tubular Bells. Nicht der Anspruch künstlerischer Perfektion sondern das spielerische Erfahren und Entdecken der Instrumente, ihrer Klänge und ihrer Möglichkeiten sollen im Mittelpunkt stehen. Musikalische Vorerfahrungen sind daher nicht erforderlich!

Termine: siehe Webseite oder auf Anfrage
Teilnehmerbeitrag: 15 Euro

WORKSHOPS

"Klangerfahrung mit javanischen Riesengongs (Hören – Spüren – Spielen)" (1 Tag)

An diesem Tag haben Sie die Gelegenheit intensive passive und aktive Erfahrungen mit einzigartigen Gongs zu machen: *javanische Riesengongs mit einem Durchmesser von 150 und 200 cm!!!*

Termine: siehe Webseite oder auf Anfrage
Teilnehmerbeitrag: 80 Euro

"In Klängen baden" (1 Tag) Klang"massage" und Meditation mit obertonreichen Klängen

Dieser Tag bietet Gelegenheit die harmonisierende Wirkung von obertonreichen Klängen zu erfahren:

- Erlebnis einer Klang"massage" auf dem Somachord („Klangmassage-Monochord")
- Klangerfahrung und -meditation mit obertonreichen Klängen von Monochord, Gong, Klangschalen, Tambura, Didgeridoo).

Termine: siehe Webseite oder auf Anfrage
Teilnehmerbeitrag: 80 Euro

Erlebnis Klangschaale (1 Tag) Einführung in den Umgang mit Klangschalen und ihre Anwendung zur Entspannung, Meditation und Therapie

Durch ihren Obertonreichtum sind Tibetische Klangschalen hervorragend geeignete Instrumente für Entspannung, Meditation und Therapie. Ihre Klänge wirken nicht nur über das Ohr, sondern auch unmittelbar auf den Körper, wenn sie direkt auf bestimmte Körperbereiche aufgelegt werden. Durch eine solche Klang"massage" können Spannungen gelöst und die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert werden.

Termine: siehe Webseite oder auf Anfrage
Teilnehmerbeitrag: 80 Euro

"In Ein-Klang-kommen" durch Meditation, Bewegung, Klang (Wochenend-Workshop)

Dieses *Wochenende* soll Anstoß geben, unseren **KÖRPER**, unsere **SEELE** und unseren **GEIST** wieder in Harmonie zu bringen durch:

- Tanz und Bewegungsmeditationen
- Innere Reisen
- Klangerfahrung und -meditation mit tibetischen Klangschaalen, Gong, Monochord, Somachord, Didgeridoo.

Termine: siehe Webseite oder auf Anfrage
Teilnehmerbeitrag: 150 Euro