



SZG AYURVEDA &
ACUPUNCTURE
SARBACH
ZENTRUM für GESUNDHEIT

Klangschalenthherapie



Die Klangschalenthherapie ist bekannt für ihre Eigenschaften zur:

- ✓ Heilung
- ✓ Stressabbau
- ✓ Entspannung

Diese jahrhundertealte Technik wird auch als tibetische oder Himalaya Klangschalenthherapie bezeichnet. Die von Klangschalen erzeugten Vibrationen und Klänge haben heilende Eigenschaften und therapeutische Wirkungen auf Körper und Geist, die helfen können:

- ✓ Stress zu lindern
- ✓ Angstzustände
- ✓ körperliche Schmerzen
- ✓ Heilung des Körpers
- ✓ das Gleichgewicht wiederherzustellen
- ✓ die Energiezentren, die „Chakren“ genannt werden, zu stimulieren.

Diese sechs imaginären Energiezentren des Körpers befinden sich in der Wirbelsäule. Nach den Grundprinzipien des Yoga bringt die Stimulierung der Chakras Erleuchtung und Achtsamkeit.

Die Himalaya-Schalenthherapie wird häufig im Rahmen von Heilpraktiken durch:

- ✓ Klang
- ✓ Meditation
- ✓ Wellness Sitzungen

Der von einer Klangschale erzeugte Klang ist nicht ein einziger Ton, sondern eine komplexe Mischung von Tönen, die als Obertöne bezeichnet werden. Dies liegt an der Form der Schale und der Art, wie sie gespielt wird. Klangschalen erzeugen einen Grundton, den Ton mit der niedrigsten Frequenz, der von der Schale erzeugt wird.

Die Frequenz dieser Töne muss mit dem Rhythmus der menschlichen inneren Organe synchronisiert werden. So kann das gewünschte Ergebnis erzielt werden. Die von Klangschalen erzeugten Schwingungen sind nicht nur hörbar, sondern auch spürbar. Beim Anspielen einer Klangschale entsteht eine sanfte, wohltuende Vibration, die im ganzen Körper zu spüren ist.

Unser erfahrenes Team bietet Ihnen gerne eine individuelle Klangschalenthherapie an und lässt Sie in Entspannung, natürliche Heilenergie und Achtsamkeit eintauchen!

**Tauchen wir ein in Ruhe und Entspannung!
Sagen wir dem Stress Lebewohl!**