

A hand holding a wooden mallet with a red grip, positioned over a large copper bowl. The background is softly blurred, showing a person in a white shirt. The overall tone is warm and artistic.

Booklet

Klangheilung



LACASITA

BONUSTHEMA

Klangheilung

Die Klangheilung bzw. Klangtherapie kommt in alternativmedizinischen und Wellness-Behandlungen, sowie Yoga, Meditation und Tiefenentspannungskursen zum Einsatz und fördert den Abbau von Stress.

- Hilft uns seelische Blockaden zu überwinden, uns geborgen zu fühlen und uns als Einheit mit etwas größerem wahrzunehmen.
- Klangtherapie stärkt unser Urvertrauen, unser Selbstbewusstsein & unsere Zuversicht.
- Kann Gefühle, Emotionen und Empfindungen positiv beeinflussen und Körper, Geist & Seele beruhigen, harmonisieren und entspannen.
- Versetzt uns in einen Ruhezustand tiefer Entspannung.
- Die Schwingungen der Klänge haben energetisch nicht nur Einfluss auf unser Gehör, sondern ebenfalls auf unseren gesamten Körper. Sie aktivieren unsere Selbstheilungskräfte.

Klangschalen

- stammen ursprünglich aus Indien, Tibet & Nepal. Dort werden sie schon immer von Schamanen, im Ayurveda sowie in der buddhistischen Tradition für Heilrituale, zur Anrufung der Götter und in Meditationen verwendet.
- Sie können die Reaktion des Nervensystems verändern,
- wirken stimmungsaufhellend,
- senken das Stressniveau,
- fördern einen tiefen Entspannungszustand und vollkommene Ruhe,
- lösen innere Blockaden,
- und balancieren die Körpermeridiane (Energiebahnen unseres Körpers, die zu und von unseren Organen fließen) aus.
- Beim Einsatz in der Klangmassage, werden die Schalen auf den bekleideten Körper platziert. Da unser Körper zum Großteil aus Wasser besteht, nimmt dieses die Schwingungen und den Schall auf, welche energetisch auf unsere Organe, Meridiane und Chakren wirken.

Tingsha

- tibetische Handzimbel, die im tibetischen Buddhismus bei unterschiedlichen Ritualen eingesetzt wird und auch in Meditation, Yoga und Klangmassagen gerne zum Einsatz kommt.
- hat eine zentrierende Wirkung
- stellt die Verbindung zum Hier & Jetzt her
- reinigt den Raum
- sorgt für Klarheit sowie einen wachen Kopf & Geist

Andere Instrumente

- Sensula/Kalimba
- Regenmacher
- schamanische Trommel
- Handpan
- Stahlzungen-trommel
- Klang-/Windspiele
- Harmonium

BONUSTHEMA

Klangheilung

Die Klangheilung bzw. Klangtherapie kommt in alternativmedizinischen und Wellness-Behandlungen, sowie Yoga, Meditation und Tiefenentspannungskursen zum Einsatz und fördert den Abbau von Stress.

- Hilft uns seelische Blockaden zu überwinden, uns geborgen zu fühlen und uns als Einheit mit etwas größerem wahrzunehmen.
- Klangtherapie stärkt unser Urvertrauen, unser Selbstbewusstsein & unsere Zuversicht.
- Kann Gefühle, Emotionen und Empfindungen positiv beeinflussen und Körper, Geist & Seele beruhigen, harmonisieren und entspannen.
- Versetzt uns in einen Ruhezustand tiefer Entspannung.
- Die Schwingungen der Klänge haben energetisch nicht nur Einfluss auf unser Gehör, sondern ebenfalls auf unseren gesamten Körper. Sie aktivieren unsere Selbstheilungskräfte.

Klangschalen

- stammen ursprünglich aus Indien, Tibet & Nepal. Dort werden sie schon immer von Schamanen, im Ayurveda sowie in der buddhistischen Tradition für Heilrituale, zur Anrufung der Götter und in Meditationen verwendet.
- Sie können die Reaktion des Nervensystems verändern,
- wirken stimmungsaufhellend,
- senken das Stressniveau,
- fördern einen tiefen Entspannungszustand und vollkommene Ruhe,
- lösen innere Blockaden,
- und balancieren die Körpermeridiane (Energiebahnen unseres Körpers, die zu und von unseren Organen fließen) aus.
- Beim Einsatz in der Klangmassage, werden die Schalen auf den bekleideten Körper platziert. Da unser Körper zum Großteil aus Wasser besteht, nimmt dieses die Schwingungen und den Schall auf, welche energetisch auf unsere Organe, Meridiane und Chakren wirken.

Tingsha

- tibetische Handzimbel, die im tibetischen Buddhismus bei unterschiedlichen Ritualen eingesetzt wird und auch in Meditation, Yoga und Klangmassagen gerne zum Einsatz kommt.
- hat eine zentrierende Wirkung
- stellt die Verbindung zum Hier & Jetzt her
- reinigt den Raum
- sorgt für Klarheit sowie einen wachen Kopf & Geist

Andere Instrumente

- Sensula/Kalimba
- Regenmacher
- schamanische Trommel
- Handpan
- Stahlzungen-trommel
- Klang-/Windspiele
- Harmonium

A close-up photograph of a hand holding the wooden handle of a copper bowl. The hand is positioned on the left side of the frame, with fingers wrapped around the handle. The copper bowl is on the right, and its surface is highly reflective, showing bright highlights and some darker spots. The background is a soft, out-of-focus light color, possibly a kitchen setting. The overall mood is warm and natural.

FÜR MEHR INSPIRATION RUND UM
EINEN BEWUSSTEN & ZUFRIEDENEN
LIFESTYLE, BESUCHE UNS AUF

WWW.LACASITA-LIFE.DE

ODER FOLGE UNS AUF INSTAGRAM
[@LACASITA_LIFE](https://www.instagram.com/LACASITA_LIFE)



LACASITA