

„Glücklichsein ist Dein Geburtsrecht, lebe es!“

DIE KLANGMASSAGE NACH SANGITA

Die Klangmassage nach Sangita wirkt sich positiv auf Dein Allgemeinwohl aus. Stress wird abgebaut und völlige Entspannung stellt sich ein. Dein Körper, Dein Geist und Deine Seele werden vereint.

Dann machst Du es Dir im Liegen bequem, vielleicht bist Du zugedeckt, ganz wie Du magst. Du schließt Deine Augen, spürst Deine Atmung und lässt diese tiefer werden.

Die Schalen werden aufgesetzt und die Reise der angenehmen Schwingungen beginnt. Durch das rhythmische Anschlagen der Klangschalen entstehen Wellen im Körper (der zum größten Teil aus Wasser besteht), die sich in Form von konzentrischen Kreisen immer weiter ausbreiten. Jedes Molekül des Wassers wird auf diese Weise in Bewegung gesetzt. Dadurch werden alle Zellen erreicht. Es ist zu vergleichen mit einem Stein, der in ein ruhendes Gewässer fällt.

Durch die weichen Vibrationen wird Dein gesamter Körper sanft von Verspannungen Blockaden und Verhärtungen befreit. Emotionale sowie geistige Anspannungen können sich lösen und Platz machen für Gelassenheit und inneren Frieden.

Ich freue mich auf Dich!



„Das eine, was du im Leben zu tun hast ist, das Licht zu verbreiten. Sei ein Leuchtturm!“
- Yogi Bhajan -