

## Alles schwingt – Die Welt ist Klang

Alles, unser gesamter Kosmos, befindet sich in einem Zustand der Schwingung. Das gilt auch für unseren Körper. Er besteht zu ca. 75 % aus Wasser und unsere Knochen sind Hohlkörper. Jedes Organ hat zudem seine eigene Schwingung. Der menschliche Körper ist somit ein komplexes schwingendes System, das auf alle möglichen Arten von verschiedenen Frequenzen reagiert. Diese individuellen Schwingungen machen die jeweilige Persönlichkeit aus. Wenn wir also Klang sind, so haben wir ein tiefes Urvertrauen zum Klang. Wir können uns leicht auf ihn einlassen, uns fallen lassen.



Wenn ein Teil unseres Körpers jedoch unruhig und unharmonisch schwingt - wir also nicht mit uns im Einklang sind - ist er krank. Stress, Burnout, Überlastung, Zweifel oder Sorgen können der Ursprung dafür sein. So hat sich eine Vielzahl von Blockaden gebildet, die zum Beispiel als Schmerzen in den Gelenken oder als Muskelverhärtung deutlich zu spüren sind. Mit natürlichen, gesunden Schwingungen kann der Körper wieder in sein Gleichgewicht gebracht und damit geheilt werden.

## Heilende Klänge



Durch die Klänge eines Gongs wird die Aufmerksamkeit auf harmonische Schwingungen gelenkt. Hört ein aus der Harmonie geratener Mensch harmonische Klänge, nimmt er diese gerne auf. Die Klänge regen ihn und seinen Organismus an, wieder in Bewegung zu kommen, wieder mitzuschwingen. Seine inneren Schwingungen verbinden sich mit den Tönen des Gongs. Ein Tongefüge, eine Harmonie entsteht. Klänge beeinflussen auch unsere Gehirnwellen und unser Nervensystem. Wir können mit ihrer Hilfe Stress abbauen, Schlafbeschwerden lindern, die geistige Klarheit schärfen oder das Denken vertiefen. Körper, Geist und Seele kommen zurück in ihre Mitte und können wieder gesund werden. Wir schaffen ein Gleichgewicht zwischen unserer physischen, emotionalen und geistigen Sphäre – der Klang wirkt positiv auf alle drei Ebenen. So kann der Klang Teile von uns, die aus dem Takt geraten sind, wieder heilen.

Wir reagieren jedoch sehr unterschiedlich auf Klänge. So kann der gleiche Klang eine positive und bei dem anderen negative Emotion auslösen. Außerdem spielen die persönliche Situation, das Umfeld, die Beziehung zum Gongspieler und die Bereitschaft sich für das Klangerlebnis zu öffnen eine große Rolle auf die individuelle Wirkung des Klangs.

Klang und Stille sind zwei Seiten einer Medaille. Die Wirkung des Klangs entfaltet sich häufig erst nach dem Klangerlebnis, in der Stille. Die Stille ist der Ort, der dem Klang die Möglichkeit zum Heilen verschafft. Zudem ist die Zeit der Stille auch eine besondere Zeit der Kreativität.



## Rückzug aus dem Alltag

Habe ich ihr Interesse geweckt? Dann lade ich Sie herzlich zu einem außergewöhnlichen Klangerlebnis nach Schloss Liebieg an der Mosel ein. Erfahren Sie die eindrucksvollen und wohl tuenden Klänge von Sound-Creation-Gongs, chinesischen Tam-Tam-Gongs und Wind-Gongs, Shruti-Box, Caisa, Regenmacher, Indianerflöten, Zimbel, Muschelhorn, Ocean-Drum und Klangschalen. Folgen Sie dem Ruf der Stille und genießen Sie den Rückzug aus dem Alltag.

Franz-Josef König  
Gongspieler und Klangimpressionist

## Organisatorisches:

*Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie warme Socken mit. Außerdem ist eine Unterlage (ISO Matte), ein Nackenkissen und eine Decke wichtig für die Klangmeditation. Tragen Sie keine Gegenstände aus Metall direkt an Ihrem Körper. Bitte haben Sie auch Verständnis dafür, dass Mobiltelefone im Meditationsraum unerwünscht sind. Bringen Sie sich auch eine große Flasche Wasser mit, damit sie nach der Meditation ausreichend trinken können. Die Räume im Schloss Liebieg sind leider nicht barrierefrei und somit für Gehbehinderte nicht geeignet. Schon jetzt möchte ich Sie darauf hinweisen, dass Sie die Meditation auch während des Klang-Erlebnisses zu jeder Zeit verlassen können.*

*Nach der Klangreise lade ich Sie gerne noch zu einem Erfahrungsaustausch bei einer Tasse Tee ein.*

