

Geführte Reisen mit dem Monochord (Klangbett)

Die geführte Klangreise am Monochord soll uns zu tiefliegenden Verhaltensmustern führen, chronische Verspannungen im Körper entdecken und lösen. Diese Reise kann sehr tief gehen, emotional sein, und uns u.A. auch an die Wurzeln von tief eingepprägten Themen führen. Wir versuchen dabei, gebundene und blockierte Energie in der Zeitlinie zu lösen und neu zu aktivieren. Wir nutzen dazu die Klänge des Monochords, gerade auch, weil sie so tragend, umhüllend und in einem gutmütterlich – bedingungslosen JA erklingen.

Bei der geführten Klangreise gibt es 3 verschiedene Arten:

Geführte Klangreise zum (evtl. verletzten) inneren Kind:

- Während der Klangreise zeigt sich das innere Kind hoffentlich in bzw. mit einem inneren Bild (egal, ob es sich in einer schönen Rückerinnerung zeigt oder ob es sich in einer Notlage befindet).
- Die Behandlungsthematik des Klienten hat ganz klar mit der Kindheit und der eigenen Vergangenheit zu tun.
- Der Klient wird fokussiert zu einer aktuellen Thematik (z.B. Angst, Depression, Schmerzen etc.) in der Vergangenheit geführt, weil da offensichtlich die Wurzeln der Thematik stecken.
- Ziel ist auch, innere Ressourcen des Klienten zu entdecken und diese neu zu erschliessen bzw zu aktivieren.

Geführte Klangreise zu einem physischen Schmerz, in eine seelische Krankheit, zu einem erkrankten Organ etc.

- Ziel ist hier, bekannte physische/körperliche Schmerzstellen (Knieprobleme nach einem Unfall, chronische Rückenschmerzen, Herzrhythmusstörungen etc.) durch Klang und Energie zu transformieren.
- Dasselbe kann auch für seelische Erkrankungen (Depressionen, Burn Out etc.) gemacht werden.

Geführte Klangreise durch den Körper mittels Fokuslenkung

- Hierbei handelt es sich um eine «Entdeckungsreise» durch den Körper mit dem Ziel, das Körperbewusstsein zu stärken, aber auch um problematische, allenfalls schmerzende Stellen zu finden.
- Diese Reise kann als Portal für tiefe Erkenntnisreisen in die Seele dienen. Dies entsteht, wenn es sein soll, wie von selber mittels der Eigendynamik von all dem, was sich im Moment im Körper gerade offenbaren will.
- Zudem geht es dabei auch um die Energetisierung des eigenen Körpers.

Ablauf

Der Ablauf ist bei allen Klangreisen identisch:

- Wir klären in einem Vorgespräch die aktuelle Ausgangslage und erläutern gemeinsam, was unser Ziel ist bzw. wie weit wir gehen wollen/können.
- **Eine Vorarbeit von dir ist nicht nötig!** Lediglich, wenn du zu einem Schmerzpunkt reisen möchtest, so müsstest du mir am Anfang der Reise konkret mitteilen, wo sich dieser Schmerz in etwa befindet und wie sich dieser anfühlt.
- Ich erkläre dir den Ablauf dieser gemeinsamen Klangreise, wie ich die Reise mit Worten begleiten werde, aber auch, was mit Klang, Vorstellungskraft und Energie alles geschehen kann.

- Du wirst während der ganzen Zeit in einem sicheren, geschützten Raum sein. Ich werde als Reisebegleiter diejenigen Impulse geben, die wirklich nötig sind, um weiter zu kommen. Die Energiearbeit mit Bildern, Empfindungen, Gefühlen, Emotionen etc. wird direkt bei dir ausgelöst und du wirst uns beide damit auf Reise nehmen.
→ Alles was emotional, energetisch etc. passiert, bleibt in diesen Räumen und wird durch das «Patientengeheimnis» geschützt.
- Während der ganzen Zeit wirst du auf dem Klangbett liegen, je nach deinem Wunsch mit einer Decke gewärmt und allenfalls sogar mit einer Verdunkelungsbrille ausgestattet.
- Nach Abschluss der Klangreise werden wir das Erlebte noch einmal kurz gemeinsam besprechen.

Wichtig ist Folgendes:

- Zu Beginn der Klangreise weiss man meistens nicht, wohin diese führen kann.
- Dabei muss nicht immer etwas passieren! Je nach dem, wie stark du dich öffnen und in die Themen eintauchen kannst, können wir effizienter vorgehen.
- Nach ersten Klängen vom Monochord werden wir die Reise mittels schneller, verbundener Atmung starten. Ich werde dir dies detailliert erklären und vormachen, dich dabei begleiten und anweisen.
- Eine Klangreise kann in vielen Fällen nicht die gesamte Thematik in einer Sitzung auflösen. Unter Umständen braucht es weitere Reisen, um das Thema zu transformieren oder aufzulösen. Dies wird sich während der Reise oder im Nachgang zeigen.
- Falls während der Reise nichts passiert, werde ich für dich einfach auf dem Klangbett spielen, was für deinen Körper auch bereits entspannend ist.

Ich freue mich, mit dir gemeinsam auf diese Klangreise zu gehen!

