



Klangschalen, Gongs, Zimbeln und Glocken wurden beim Klangkonzert von Sigrid Hergarten (kniend) eingesetzt.

Tiefenentspannung in ehemaliger Synagoge

Kultur Klangkonzert in Niederzissen

■ **Niederzissen.** Die Teilnehmer erlebten in der ehemaligen Synagoge bei sehr guter Akustik ein Beben voller Klänge. „Das fühlt sich an wie die Geburt des Universums“, so eine Teilnehmerin, die sich ganz und gar den Klängen hingab. Viele Klanginstrumente, darunter Klangschalen, Gongs, Zimbeln und Glocke fanden ihren Einsatz.

Die Klangtherapeutin, Sigrid Hergarten, gab ihr Bestes. Vor der Klanganwendung informierte sie die Interessenten über die Geschichte von Gongs und Klangschalen sowie ihre Wirkung und ihren Nutzen für die Gesundheit. Anschließend ließen sich alle in einer 60-minütigen Klangzeit tief entspannen.

Klang ist Prophylaxe und Regeneration für Körper, Seele und Geist. Die Klangtherapie ist ein

ganzheitliches Naturverfahren. Obwohl Klangschalen beispielsweise gezielt auf eine Schmerzstelle aufgesetzt werden können, erreichen die Schwingungen alle Körperregionen und bringen viel in Bewegung. Blockaden lösen sich auf, die Energie kann wieder frei fließen und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Da der Mensch zu rund 70 Prozent aus Wasser besteht, breiten sich die wohltuenden Schwingungen in konzentrischen Kreisen im Körper aus, wie die Wellen in einem Teich, in den ein Stein geworfen wird. Auf diese Weise wird Zelle für Zelle angesprochen und massiert. Eine einfache und beschwingte Möglichkeit, diese Töne für die Gesundheit zu nutzen, bietet der Einsatz von Klanginstrumenten innerhalb einer Klangmeditation oder Klangtherapie.