


Im Folgenden können Sie den ausgewählten Artikel lesen.

Wenn Sie zur Klangraum Webseite zurückkehren möchten, dann schließen Sie einfach das aktuelle Browserfenster!



Höre, und deine Seele wird leben

Wie Klänge und Innere Erlebnisreisen den Menschen klären und transformieren

Beseelt von dem Wunsch, einen 'Inneren Erlebnisraum' zu kreieren, eröffnete ich 1999 innerhalb meiner Praxis in Frankfurt das Projekt „Klangraum“. Regelmäßige, offene Sonntagabend-Konzert-Klangreisen zu den Klängen tibetanischer Klangschalen brachten in den letzten vier Jahren einen komplexen Erfahrungs- und Wissensschatz hervor, aus dem heraus ich einen vollkommen neuen Ansatz in meiner Arbeit mit Menschen entwickeln konnte.

Alles begann mit meinen persönlichen Klangreisen, der Faszination und Freude an den schwebenden, lebendigen Klängen, die die Ex-Musikerin in mir inspirierten, neue Wege zu gehen.

Viele Erfahrungen und Prozesse schenken mir das meditative Eintauchen in Klang und Stille, die mich liebevoll in innere Räume begleiteten, um Altes in mir aufzuräumen und positiv zu verwandeln. Die Klänge führten mich heim in Dimensionen von Weite, Freiheit und tiefem inneren Frieden, lösten immer wieder Verknüpfungen im Denken und im Herzen, begleiteten mich durch herausfordernde Lebenspassagen und schenken mir tiefe Bilder von bedingungslosem Geliebt- und Erfülltsein, von Versöhnung und vollkommenem Vertrauen in die Existenz.

Als persönlich Betroffene interessierte mich der Bereich der vorgeburtlichen und frühkindlichen Störungen sehr, da in dieser Entwicklungsphase unser menschliches Urvertrauen besonders geschwächt sein

kann und vielen Therapieformen die transpersonale oder spirituelle Komponente fehlt.

Urtöne und die Harmonie des Kosmos

Die Obertöne der Klangschalen und ihre traditionelle Materialbeschaffenheit stehen in Verbindung zu den Urtönen des Universums, den Planetentönen. 1961 konnten US-Wissenschaftler die Töne der Planeten erstmalig hörbar machen. Seit Milliarden von Jahren durchschwingen sie alles. Sie sind in unserer DNS einprogrammiert, unhörbar für unsere „äußeren“ Ohren, aber stets hörbar für unsere Zellen und Gene. Daher berühren die Klänge etwas sehr Altes, Archaisches und Vertrautes in uns. Sie schwingen und resonieren mit den Gesetzmäßigkeiten der Harmonie des Kosmos genauso wie mit dem Archetypus unserer Seele, der vollkommen ist und heil, als Ausdruck der höchsten Schwingung von reiner Harmonie und göttlicher Liebe.

So schwingen sie mit dem Urgrund von allem Sein, jenseits von unserer menschlichen Existenz, jenseits von Raum und Zeit. Sie durchdringen die Dualität, unser Getrenntsein, unseren menschlichen Schmerz und die Illusion, „aus der Liebe herausgefallen“ zu sein. Die Klänge sind Mittler zwischen Himmel und Erde, rückverbinden uns, öffnen neue Bewusstseinsräume in uns, ermöglichen Erfahrungen mit all dem unbe-

grenzten, intuitiven Wissen in Form von Bildern, Inspirationen und Einsichten, stärken und verankern ganzheitlich unser ursprüngliches Vertrauen ins Leben.

Da uns die Klänge so vertraut sind, fällt es sehr leicht, tiefste Entspannungsebenen zu erfahren. Das Gehirn produziert synchron Alpha- oder Thetawellen. Gekoppelt an diesen wachen, angstfreien geistigen Zustand, entspannt der gesamte menschliche Organismus. Er erlebt, speichert und erinnert sich an Wohlgefühl und Harmonie und kann dadurch neue Ressourcen freisetzen oder Schattenthemen erhellen.

Himmliche Klänge und irdische Lernschritte

Im Westen war es Wilhelm Reich, der erkannte, dass Körper und Geist eine Einheit sind, dass dem psychischen Charakterpanzer ein somatischer Muskelpanzer entspricht.

Alle frühen traumatischen Erlebnisse und gedanklichen Konditionierungen sind in Form von Bildern, Glaubenssätzen und Emotionen im Unbewussten und im Körper gespeichert. Sie prägen unsere Lebenshaltung und erzeugen körperliche Verspannungen, Verhärtungen und Muskelpanzerungen, die unsere Vitalkraft blockieren und uns hindern, „ganz“ im Leben zu sein.

Im Osten wusste man schon immer um den Einfluss der Gedankenkraft auf den menschlichen Organismus. Man begann

mit der Reinigung und Transformation negativer Gedankenformen im feinstofflichen Bereich der Aura, lange bevor sich diese im Körper manifestieren konnten. Die Klangschwingungen versetzen die feinstofflichen und den physischen Körper in Schwingung, sie reinigen, stärken und laden den Körper erneut mit kosmischer Energie auf.

Der Psychoanalytiker Wilhelm Reich bezeichnete die Aura als Orgonfeld, das bei Krankheit und seelischer Unausgewogenheit geschwächt ist oder zusammenbricht und beim gesunden Menschen harmonisch mit kosmischer Energie gefüllt ist.

Am Anfang war das Wort

Zum frühen Beginn der Schwangerschaft erfahren wir alle erst einmal das Gefühl von Weite, von kosmischem und ozeanischem Strömen und Schwingen, von Leichtigkeit und Geborgenheit. Einfach da sein, nicht-tun und empfangen. (Das ist das Prinzip auch des „Klangraums“ in Frankfurt.)

Tibetanische Klangschalen, wie sie für die Klangtherapie verwendet werden (Titelbild), sind reich an Obertönen. Gut klingende, alte „singing bowls“ aus Tibet sind schwer zu finden, da sie ursprünglich und in erster Linie als Ess- und Trinkgeschirr in verschiedenen Größen hergestellt wurden. Auf diesem Altar (rechts) stehen unzählige Trinkschalen mit klarem Wasser, das als Opfer dargebracht wurde. Nur wenig ist überliefert über den Gebrauch mächtiger Klangschalen im Rahmen besonderer klösterlicher Zeremonien. Mittlerweile verstehen sich Exiltibeter wie auch Inder und Japaner auf die Fertigung hochwertiger Klangschalen für musk-therapeutische Zwecke.



Bereits mit 4 1/2 Monaten beginnt die Urhörerfahrung des Fötus im Bauch der Mutter. „Dort hört er den Klang des Lebens, den Klang des Seins, das Rauschen der Zellen, dem Schweigen nahe“, schreibt der französische HNO-Spezialist und Hörpsychologe Dr. Alfred Tomatis. Im Bauch beginnen die ersten sprachlichen Konditionierungen zu wirken. Letztendlich immer verknüpft mit der zentralen Frage, ob das kleine Wesen als neuer Erdenbürger willkommen und geliebt ist. Ein Ja oder Nein, sowie alle Schattierungen dazwischen schwingen mit, beeinflussen fürs zukünftige Leben. Selbstwert und Selbstvertrauen, Selbstverneinung oder Lebensangst – im Universum, im Bauch der Mutter wachsen sie mit. Die situative, emotionale Färbung der Mutter, ihre Beziehung zum Vater, ihre Einstellung zur Welt berühren den Embryo.

In dieser frühen Phase, in der der gesamte Organismus seine Lebensfähigkeit bis in die Zellen aufbaut, speichern sich auch diese frühen Botschaften. Ob ein Mensch mit einem guten Urvertrauen und Selbstbewusstsein gesegnet ist, entscheidet sich in dieser Phase mit.

Nach Dr. Tomatis ist das Ohr das wichtigste „Organ der Menschwerdung“. Alle akustischen Wellen und Signale werden direkt zum Gehirn weitergeleitet und beeinflussen unser Denken, Handeln und Fühlen. Die Aufnahme der akustischen Wellen wird bis in die Zellen begünstigt, da der Mensch zu über 70% aus Flüssigkeit besteht. Die prägende Bedeutung des gesagten, gedachten und

Einweihung



Franz Bardon
Der Weg

zum wahren Adepten

Das Geheimnis der 1. Tarotkarte. Ein Lehrgang der Magie in 10 Stufen. Theorie und Praxis. Beherrschung der fünf Elemente Feuer, Luft, Wasser, Erde und Akasha. Entwicklung der astralen Sinne, wie Hellsehen u. Hellhören. Raummagie, der magische Spiegel, Ladung von Talismanen usw.

19. Auflage! 393 Seiten, Ln.
Euro 27,60 / Sfr 48,60



Der Schlüssel

zur wahren Kabbalah

Das Geheimnis der 3. Tarotkarte – Die Magie des Wortes. Die kosmische Sprache in Theorie und Praxis. Über Mantras, Tantras usw. **Weltweit das einzige Lehrwerk der kabbalistischen Praxis!** 309 S.Ln. Euro 24,50 /Sfr 43,20



Frabato - Autobiogr. Roman

Es werden die intimsten Praktiken schwarzmagischer Logen enthüllt. Über Shambhala, die Hierarchie der Meister und die Weltregierung. 200 Seiten, 12 Abb., geb.

Euro 15,20 / Sfr 26,80



Rüggberg-Verlag

Pf. 130844, 42035 Wuppertal
Tel./Fax: (+49) 0202-59 28 11

Internet: www.vbdr.de

gehörten Wortes sowie die Färbung der Emotionen zählen mit zu den Primärerfahrungen unserer Menschwerdung.

Die archaischen, der Seele wohlbekannten Klänge und die Sehnsucht nach Hingabe und nach absichtslosem, unbegrenzten, harmonischen Sein sind ein Grundbedürfnis des Menschen. Das Eintauchen in harmonische Klangwelten berührt, erinnert und nährt immer wieder diese Erfahrung, stärkt unser Vertrauen ins Leben, unsere Freude, unsere Helligkeit, unser ganzes lichtvolles Wesen, berührt die Vollkommenheit unserer Seele. Die Schwingungen der Klangschalen bestärken immer wieder diesen innersten Wesensteil.

Der persönliche Resonanzboden meiner Klangarbeit

Mit meditativer Wachheit, Achtsamkeit, Empathie und spielerischer Freude begleite ich Menschen in ihre inneren Klangräume, selbst intuitiven klanglichen Eingebungen folgend. Mit einer inneren Haltung der Wertschätzung und Einmaligkeit bespiele ich den Menschen bzw. die Gruppe, stelle mich individuell auf ihn bzw. sie ein. Ich verbinde mich mit meinem höchsten Bewusstsein und öffne selber den Raum in mir, indem alles sein darf und sich zeigen darf – ohne Wertung, ohne Konzept, als Ausdruck reiner Liebe.

Die Schwingungen der Klänge öffnen die Pforten zu unterschiedlichen Erlebnisbereichen in der Tiefe unserer Seele. Nach meinen bisherigen Erfahrungen in der Einzelarbeit gehen sie in Resonanz mit verschütteten Erfahrungen aus der Kindheit, aus der vorgeburtlichen Phase sowie aus anderen Inkarnationen. Diese Rück-Erinnerung hilft dem

Menschen insgesamt, mit allen Seelenanteilen wieder lebendiger und geerdeter im Körper zu sein.

Für diese Form der prozessorientierten Klang-Einzelarbeit oder zu „aktuellen Lebensthemen“ sind der persönliche Selbst-Erfahrungshintergrund speziell im Umgang mit anderen Bewusstseinszuständen und ein entsprechendes therapeutisches Setting besonders wichtig zur liebevollen Integration des Erlebten in die Gegenwart.

Die Klangschalen werden nicht auf den Körper gestellt, sondern ich ordne sie um die Person herum an, entsprechend meiner Praxis aus der Körpertherapie und Energiearbeit seit 1989.

Alle Klangreisen haben eine eigene Dynamik. Sie sind unendlich geschützt, und sie bringen genau das „Thema“ aus dem Unterbewusstsein hervor, das gerade ein wichtiger Integrationsschritt im Leben sein könnte, das was wir bereit sind, momentan zu schauen und zu verarbeiten. Jeder wird auf die Bereiche aufmerksam gemacht, wo etwas erneut in Einklang kommen möchte, sei es körperlich oder seelisch.

Beispiele aus der Einzelarbeit

Frau C., selbst langjährig Therapie erfahren, hatte immer das Bild, wie ihr Inneres Kind bewegungslos liegend in einer Kiste unter dem Holzfußboden verharrt. In einer Klangsituation erinnerte sie eine Schlüsselsituation

Dagmar Fröhlich bei der Einzel-Klangarbeit. Die ausgewählten Klangschalen werden nicht auf dem Körper des Klienten, sondern neben ihm aufgestellt und mit einem Klöppel angeschlagen. Die Schalen können auch durch Reiben zum Klingen gebracht werden und geben dann einen sanfteren Ton von sich.



als Säugling im Krankenhaus. Sie war an Ruhr erkrankt und lag in Quarantäne. In weiteren Klangsitungen gibt ihr Inneres Kind zum ersten Mal Lebenszeichen und beginnt sich zu bewegen. So wurde es in ihrem Inneren, in ihrem Leben lebendig.

Frau K. war post-traumatisiert und konnte ganz schlecht entspannen. In den Klangsitungen konnte sie sich immer besser „fallen lassen“. Anfangs reagierte die linke, gefühlbetonte Körperseite sehr sensibel auf die Klänge. Sie empfand sie oftmals als Misstöne. Je mehr sie im Laufe der Einzelarbeit ihre Gefühle annehmen konnte, umso mehr veränderte sich die Wahrnehmung der Klänge auf der linken Körperseite. Mittlerweile liebt sie die „freundlichen Klänge“ und taucht entspannt, vertrauensvoll und erfrischt aus den Klangsitungen auf.

Herr S., beruflich stark beansprucht, kann nur über „Kiffen“ nächtliche Ruhe finden. In einer Klangsituation hat er eine tiefe spirituelle Erfahrung: Unterschiedliche Buddhas nehmen ihn in ihre Arme und wiegen ihn wie ein Kind. Er wird kleiner, leichter, jünger; wird immer weiter gereicht, sanft weiter gewiegt, bis er ein Embryo ist. Dieser Embryo verwandelt sich in eine kleine, weiße, federleichte Lichtkugel ohne klare Konturen. Dieses Im-Licht-Sein empfand Herr S. als tiefe Gnade. Diese Klangsituation gab den Impuls, das langjährige Kiffen zu beenden.

Frau M.: „Ich bin im Bauch meiner Mutter und genieße den Zustand von Schwerelosigkeit, Freiheit und Weite. Ich fühle mich sicher und geborgen. Plötzlich ändert sich das Ganze. Ich spüre die Energie außerhalb des Bauches. Es wird enger, dichter, bedrohlicher. Ich spüre Zweifel und Ablehnung von meiner Mutter, vom Umfeld. Ich spüre, dass ich nicht gewollt bin. Es wird dunkel und schwer in mir. Ich erstarre fast. Es ist gerade noch so, um zu überleben. Dann empfinde ich Wut, Trauer, Trotz ... Plötzlich berührt mich eine liebevolle Kraft und trägt mich, über die Nabelschnur verbunden, hinaus in die Weite des Universums. Aus dieser Perspektive sehe ich meine

WEB-TIPP

Tomatis Institut, A-Krems:
www.tomatis-center.at

Eltern. Sie sind vollkommen überfordert. Ich erkenne ihre Angst. Langsam lässt mein Groll nach. Die liebevolle Kraft signalisiert mir ganz klar, dass sie für immer und ewig an meiner Seite sein wird. Während ich das spüre, es in mich aufsaugt, wird es zur inneren Erkenntnis. Alle Enge, aller Groll löst sich auf.“ – Frau M. konnte nach einer Integration endgültig ihren Eltern verzeihen.

Erfahrungen aus dem „Klangraum“

Über einen längeren Zeitraum befragte „Klangraum“-Besucher berichteten über eine erhöhte Sensibilität im Bereich des Hörens, der Wahrnehmung und der Kommunikation. Viele Besucher tauchen in eine farbenfrohe Bilderwelt ein, aus der sie erfrischt zurückkehren. Die Körperwahrnehmung ist gesteigert; ob Verspannung oder schmerzende Körperbereiche, die Klänge regen den Energiefluss an. Wie von alleine berühren und füllen die Klänge genau diejenigen Körperbereiche aus, denen es gut tut, erneut mit Energie bereichert zu werden.

Viele der Menschen sind tief berührt vom inneren Frieden und dem Gefühl, die Klänge schon immer gekannt zu haben. Sie sind auch fasziniert von der Weite und Klarheit, die die Klangreisen mit sich bringen. Die Erfahrungen der letzten vier Jahre zeigen immer wieder, wie tief Menschen entspannen, wie sich Schlafstörungen, emotionaler Stress und andere psychovegetative Störungen und auch Schmerzen spontan lösen.

LESETIPPS

Alfred Tomatis, *Der Klang des Lebens. Vorgeburtliche Kommunikation – Die Anfänge der seelischen Entwicklung* (Rowohlt TB, 1990)

Alfred Tomatis, *Der Klang des Universums. Vielfalt und Magie der Töne* (Rowohlt TB, 1987)

Alfred Tomatis, *Das Ohr – Die Pforte zum Schulerfolg. Schach dem Schulversagen* (Verlag Modernes Leben, 2000)

Joachim-Ernst Behrendt, *Nada Brahma. Die Welt ist Klang* (Rowohlt TB, 1985)

Hans Cousto, *Die Oktave. Das Urgesetz der Harmonie* (Simon & Leutner, 1992)

Hazrat Inayat Khan, *Musik und kosmische Harmonie* (Verlag Heilbronn, 1984)

David Lindner, *Gesang der Stille. Das Geheimnis der Klangschalen. Die Klangschalen der Welt im Portrait: Herkunft, Geschichte, Verwendung und Spielanleitungen.* (Buch + CD). Traumzeit Verlag, 2003

Durch den Zugang zu unterschiedlichen Bewusstseinssebenen und den Erkenntnissen, die der einzelne Mensch dort gewinnt, finden alltägliche Belastungen, Probleme oder Konflikte oftmals aus sich heraus Lösungsmöglichkeiten. Spannend und erfreulich ist der gesteigerte Zugang zur eigenen Intuition; die Tatsache, dass Themen aus sich heraus eine Lösung finden, aus den eigenen inneren kreativen Potentialen; die Gewissheit, dass wir alle Antworten in uns selbst tragen.

Dieses In-Kontakt-Kommen und Berührtsein von der eigenen Intuition und dem Zugang zu unserem natürlichen kosmischen Bewusstsein, führt zu außergewöhnlich tiefen harmonischen Erfahrungen wie Vertrauen, Geborgenheit, Liebe, Dankbarkeit, inneren Frieden, Hoffnung und Zuversicht, Sorglosigkeit, Kreativität, Sinnlichkeit, Lebensfreude und Glück.

Dagmar Fröhlich



Dagmar Fröhlich

(Jg. 55) ist Diplompädagogin, Firmentrainerin und Coach für Entspannung, Stress- und Konfliktmanagement, Psycho-Organische Analyse-Körpertherapeutin, Reiki-Meisterin (1993), Meditationsmusikerin, Klang- und Intuitionstrainerin. Sie arbeitet in freier Lehr- und Beratungspraxis für Entspannung, Stress- und Konfliktlösung/Krisenintervention. Mitgründerin eines Teams für Sterbebegleitung. Grundlage für ihre Intuitionsfindung sind neben ihren Ausbildungen 14 Jahre Meditationspraxis, langjährige Belehrungen und Retreats bei tibetischen und westlichen spirituellen Lehrern.

Angebote: Konzerte im In- und Ausland, Klang-Einzelarbeit, Vorträge, Ausbildung und Workshops

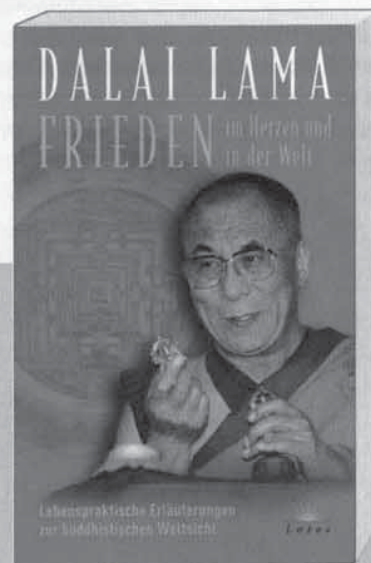
Termine: Höre, und deine Seele wird leben. „Selbst“-Erfahrungen mit Klang und Stille. Klang-Bewusstseins- und Intuitionstraining, Ausbildungszyklus 1: 20. - 21. September 2003

Workshop: Die Fülle ist in dir. Eine Erlebnis-Reise zur Inneren Wahrnehmung mit Planetenklangschalen: 27. September 2003

Kontaktadresse: Dagmar Fröhlich, Biegerstr. 20, D-65191 Wiesbaden, Tel. 0611/69 00 639, Mobil 0177/55 17 937. Sowie: KlangRaum, Dreihäusergasse 12, D-60433 Frankfurt/M., Tel. 069/517 937, Website: www.klangraum-dagmar-froehlich.de

Ein markantes Werk des Friedensnobelpreisträgers zur richtigen Zeit

Frieden fängt in jedem Einzelnen an – und jeder kann seinen einzigartigen, unverzichtbaren Beitrag zum Frieden in der Welt und zum Glück der Menschen leisten.



256 Seiten
 Klappenbroschur
 € 15,-

Jetzt neu im Buchhandel!

Lotus