

## Klankwerk

Aan het werken met klankschalen ligt oeroude kennis ten grondslag. Klankschalen werden al 5000 jaar geleden in de vedische heilkunde gebruikt. Volgens oosterse voorstelling is alles trilling: Nada Brahma. De mens is uit trilling ontstaan en is dus klank. Ieder mens heeft een eigen persoonlijkheidsstructuur dus ook een eigen individuele klank. Wanneer je met je zelf en met je omgeving in harmonie bent, voel je kracht en kan je je leven vrij en creatief vormgeven, je ervaart geluk en gezondheid. Er zijn echter oneindig veel invloedsfactoren die deze grondharmonie bedreigen en disharmonie brengen.

Klank spreekt het oorspronkelijke vertrouwen in mensen aan. Daardoor wordt snel een diepe ontspanning bereikt. In deze ontspanning gebeurt het loslaten van verkrampingen, spanningen en blokkades. Een nieuwe ordening treedt in, het lichaam kan weer in harmonie komen. Iedere cel van het lichaam ondergaat een zachte klankmassage en vindt zijn oorspronkelijke balans weer. In de diepe ontspanning ontstaat door de klankmassage een nieuw positief en vrij lichaamsbewustzijn.

*Peter Hess: "De toon van klankschalen beroert ons innerlijk en brengt de ziel in trilling. De klank lost spanningen op, mobiliseert de zelfhelende krachten en maakt scheppende energie vrij."*



## Klankmassage

Je lichaam is je instrument. Het bestaat uit ongeveer 70% water. Soms raak je verstopt en stram.

De trilling van de schalen maken je lichaam letterlijk weer doorlaatbaar, ontspannen.

Tijdens een Klankmassage ontstaat een atmosfeer van zekerheid en geborgenheid. Stress, angsten, zorgen, twijfel en alle gevoelens die negatief op onze gezondheid inwerken, kunnen worden losgelaten.

We nemen ons lichaam en onze behoeften weer bewust waar. De vaak ronddraaiende gedachten komen tot rust en onze ziel ervaart ruimte voor groei. Je kunt na een massage dieper voelen en de verbinding met je zelf beter aangaan.

**Individuele sessie: 60 minuten (intake 10 minuten)**

**Kosten: 50 euro**

**Tips: Zorg dat je losse makkelijk zitten de kleding draagt.**

**Geen sieraden of riemen.**

**Lekkere warme sokken en een extra trui of vest kan fijn zijn.**

## Klankreizen met Verbeeldingskracht

Door klankschalen en gongs laten deelnemers zich meenemen in een verhalende klankreis. Door het oproepen van beelden en klanken ga je met je aandacht naar je eigen innerlijke werkelijkheid. Door de klankreis versterk je verbeeldingskracht en basisvertrouwen. De ontspanning en verademing geeft kracht voor het hier en nu en daarna.

### Data seizoen 2019-2020:

2019: op aanvraag:

2020: 16,23 en 30 januari, 6 en 13 februari

**Groepssessie: aantal deelnemers 4 á 8 personen**

**Tijd: 5 donderdagavonden 19.30 tot 20.45**

**Locatie: Labyrint Flevoland,**

**Kosten per keer: € 15,00**

**Minireeks van 5 keer aaneengesloten: € 65,00**

Op maat: Klankreizen zijn zeer geschikt voor kleine groepen. (op aanvraag met minimaal 5 personen)



# Klankwerk



## De Gong als spiegel

De gong leert ons wie we zijn. We spiegelen onszelf. Leren ons dieper met de gong in te laten en daardoor ook met ons zelf. In aandacht voor wat er bij jou van binnen leeft, onderzoeken we samen waar heling en groei mogelijk is. De sessie geeft inzicht in eigen kwaliteiten en verinnerlijkt een nieuw "basisvertrouwen".

## Individuele coaching voor 3 sessies

**Kosten: 150 euro (incl. BTW)**

Aanmelden via [info@labyrintflevoland.nl](mailto:info@labyrintflevoland.nl)

Na een afspraak volgt eerst een intakegesprek.

## Stervensbegeleiding met Klank

Het inzetten van klankwerk bij een stervende betekent een hele bijzondere manier van het gebruik van klankschalen. (intuïtief maar ook bewust). Alles staat ten dienste van afstemming met de stervende.

Door klank ontstaat een andere waarneming in deze bijzondere situatie. Ontspanning en bevrijding, emotionele reacties en onverwachte betekenis en beleving.

Bijzonderheden: aanvraag op maat

## Marina van Arendonk



**Klanktherapeut  
Creatief Coach  
Labyrintwerker**

Studie en Specialisaties:

Klankopleiding Peter Hess

Opleiding integratieve psychotherapie

Master BGL 2014: Rouwen of stilstaan

Eindschrijft 2013: Klankschalen als heilzame psychologische therapeutische toepassing bij ouderen.

(Alzheimer, laatste levensfase)



**Labyrint**Flevoland

Muiderweg 24

3891 DB Zeewolde

Tel.: 06-48773829

[www.labyrintflevoland.nl](http://www.labyrintflevoland.nl)

[info@labyrintflevoland.nl](mailto:info@labyrintflevoland.nl)

kvk: 50565958