



BEGEGNUNGEN

Mensch · Natur · Klang

Helga Roos

KLANGMEDITATIONEN und KLANGSEMINAR 2023

Ort: Seminarzentrum MAS, Schwanenstrasse 36, Einsiedeln

Anmeldungen: www.mas-schweiz.ch / Programm oder auf www.helga.roos.ch

Alle aktuellen und detaillierten Infos sind immer auf www.helga.roos.ch unter AKTUELL zu finden.

Donnerstag 30. März 2023 Klangmeditation - Frühling

Die Energie des Frühlings ist lebendig, die Natur ist erwacht. Auch in uns kribbelt es, Neues will wachsen und umgesetzt werden. Diese Energie will gelebt werden.

Die Klänge begleiten und tragen uns auf dieser Reise – lassen wir uns überraschen.

Samstag 15. April 2023 Klangseminar (Nachmittag)

An diesem Klangseminar möchte ich euch die Sprache der Klänge näher bringen. Ihr werdet einiges über die verschiedenen Klanginstrumente erfahren und ihr dürft ausprobieren, hören, fühlen und geniessen.

Klanginstrumente: Gong, Klangschalen in verschiedenen Grössen, Aureliophone, Glockenspiele, Zimbel.

Donnerstag 25. Mai 2023 Klangmeditation - Farben der Natur

Der Wonnemonat Mai – alles ist voller Lebendigkeit und steht voll in seiner Kraft. Sind auch wir in unserer vollen Kraft? Es kribbelt, es will gelebt werden. Machen wir eine Klangreise durch die Blumenwiese und lassen uns inspirieren, tauchen wir ein in die kraft- und prachtvollen Farben der Natur.

Donnerstag 22. Juni 2023 Klangmeditation - Sommer

Die Energie des Sommers ist sehr kraftvoll, die Natur ist farbig und lichtvoll. Wir sind voller Tatendrang, möchten umsetzen was im Frühling entstanden und gewachsen ist.

Die Klänge begleiten und tragen uns auf dieser Reise – lassen wir uns überraschen.

Freitag 22. September 2023 Klangmeditation - Im Gleichgewicht

Es ist Tag- und Nacht-Gleiche – das Licht ist im Gleichgewicht. Gilt das auch für uns? Sind wir im Gleichgewicht, in Balance? In Balance sein heisst auch im Vertrauen sein – lassen wir los und gehen im Vertrauen auf die Reise mit den Klängen.

Freitag 20. Oktober 2023 Klangmeditation - Herbst

Nach der Herbstsonnenwende werden die Tage wieder kürzer. Im goldenen Licht betrachten wir alles was wachsen und reifen durfte. Dankbar überprüfen wir die Ernten und lassen los was für uns nicht mehr wichtig ist. Der Herbstwind trägt es fort.

Die Klänge begleiten und tragen uns auf dieser Reise – lassen wir uns überraschen.

Freitag 15. Dezember 2023 Klangmeditation - Winter

Hörst du die Stille? Die Natur schläft. Es ist die Zeit der Ruhe und Regeneration. Was will bei dir zur Ruhe kommen? Schenk ihm Raum und schenke dir die Zeit dazu. In diesen Tagen scheinen uns die Sterne am Himmel näher zu sein, es liegt ein Zauber in der Luft.

Die Klänge begleiten und tragen uns auf dieser Reise – lassen wir uns überraschen.