

# Meditation und Klang

## Workshop

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Nada Brahma – Alles ist Klang!

In unserer lauten und hektischen Welt ist es nicht leicht, einen Ruhepunkt zu finden. So können Klangschalen oder andere Klanginstrumente dazu verhelfen, die Aufmerksamkeit zu bündeln und letztendlich sie zu dir selbst zu bringen.

Vor der Klangentspannung ist es hilfreich, sich mit ein paar Atem, Konzentrations und Meditationsübungen einzustimmen und schon etwas im Hier und Jetzt anzukommen.

Die anschließende fast 60 minütige Klangreise entführt dich in die Welt der Klänge von Tibet, mit Schalen, Zimbeln, Glocken, Gongs und dem Monochord. Das Klangbild dieser Instrumente ist reich an Obertönen, deren Schwingungen, Körper, Geist, Seele harmonisieren und die Selbstheilungskräfte aktivieren. Wohlgefühl und tiefe Entspannung breiten sich aus, so entstehen Neuordnung und Harmonie.

So kannst Du in dieser Tiefenentspannung Deine Emotionen transformieren, Dich wandeln und Dich aus Deinem Alltagsgeschehen befreien.

**Dozent/in Yvett Mühlbauer:** Jg. 1970, ledig. Nach der Ausbildung zur Krankenschwester mit anschließender Berufserfahrung fühlte sich Frau Mühlbauer zunehmend zum Yoga hingezogen. Sie absolvierte eine Ausbildung zur Yogalehrerin, die sie 2012 abschloß. Sie spezialisierte sich mit entsprechenden Weiter- und Fortbildungen in Klangschalentherapie und Themen wie Mantra und Yoga bei psychischen Problemen und besonderen Beschwerden, außerdem ist Sie psychologische Beraterin nach entsprechender Ausbildung an der Paracelsusschule Dresden. Seit 2021 ist Frau Mühlbauer erfolgreich als Yogalehrerin und Klangschalentherapeutin tätig.

Termine:  
**Fr. 07.11.2025**  
19:30-21:00 Uhr

Preis:  
**35,- Euro \***

**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Schweizer Str. 3 a**  
**01069 Dresden**  
Tel. 0351 - 472 15 15

Seminarnummer:  
**SSH08071125**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

