



## Eintauchen in Tiefen und Klangwelten.

Ein Gongbad ist eine **tiefgehende Klangerfahrung**, bei der du im Liegen in die kraftvollen, obertonreichen Welten und Schwingungen des Gongs eintauchst und dich von Klängen umspielen und durchdringen lässt. Der vielschichtige Charakter dieser Instrumente mit deren kraftvollen, ihnen eigenen Dynamiken und sich **eröffnenden Räumen und Tiefen** vermag ein Gefühl von Weite, des LoslöSENS, oder sogar des sich AuflöSENS, einen Zustand des (inneren) Fliegens, hervorrufen.

Diese Anwendung ist eine tief transformierende Reise in dein Innerstes, die sehr unterschiedlich erlebt werden kann. Sie bedient alle Ebenen – angefangen von der **körperlichen** bis **tief** hinein in die **emotionalen und mentalen Felder** des eigenen Wesens. Das Spektrum reicht hier von sanft und nährend bis hin zu kraftvoll wirkend und befreiend. Das alles vermag der Gong in dir im resonatorischen Prinzip zu eröffnen, alles kann dich auf solch einer Reise erwarten.

Bei an.klang wird ein Gongbad ausschließlich sanft und **achtsam gespielt**, den Charismen der einzelnen Instrumente entsprechend. Der Grundsatz „Weniger ist mehr!“ findet hier eine besondere Ausprägung.

# Was eröffnet dir ein Gongbad bei an.klang?

Ein Gongbad eröffnet dir den größten Raum von **kraftvollem Klang und einfühlsamer Achtsamkeit.**

Es vermag – wie keine andere Klanganwendung – **ein tiefes Eintauchen in dich und deine inneren Welten.**

Auf **körperlicher Ebene** kann Tiefenentspannung und somit die **Entlastung** deiner Muskulatur stattfinden.

Darüber hinaus wird über das **unmittelbare (Ein-)Wirken der Klänge** das vegetative Nervensystem entlastet.

Auf **mentaler Ebene** wird dir vor allem **Klarheit** geschenkt. Bitte **achte hier besonders gut auf dich**, da der Gong dich bis in **tranceähnliche Zustände** führen kann und dich **in dein tiefstes Inneres blicken** zu lassen vermag.

Auf **emotionaler Ebene** können sich **Blockaden** effektiv lösen, **Gefühlen** wird es gestattet, in den **Raum** zu kommen. Die eigene **Weite, Verbundenheit** und das **ganze, eigene Sein** dürfen sich eröffnen.

Ein Gongbad ist für **jene geeignet**, die **auf eine besonders kraftvolle, tiefgehende Ebene mit sich selber in Kontakt treten möchten**. Es empfiehlt sich, im Vorhinein Erfahrungen mit diesen Instrumenten gesammelt zu haben, da in einem Klangraum, eröffnet durch einen Gong, **vielen ans Licht** kommen kann.

**Vorkenntnisse sind nicht von Nöten**, aber bitte sei vor dieser Anwendung **ehrlich mit dir selbst**.

Es ist empfehlenswert, dass du diese nur bei **guter körperlicher und stabiler, psychischer Verfassung** antrittst.



Tu dir etwas Gutes und **vereinbare deinen persönlichen Wohlfühltermin** bei an.klang  
in 4251 Sandl unter  
+43 (0)699 / 17 40 88 96  
oder [an.klang@gmx.at](mailto:an.klang@gmx.at).

## Gongbad

für dich ganz persönlich  
im Einzelsetting; mit Vor-  
und Nachgespräch  
Dauer ca. 40 Minuten

**EUR 40,-**