

Klangmeditation

Verbinde dich mit der
Schwingung der Erde



Schön, dass du da bist!

Und eintauchen möchtest
in die Klangwelt der Erde.



Ich bin *Astrid*

und ich lade dich ein in die
großartige Welt des Klangs und
der Schwingung.

Ich begleite Menschen wie dich
auf ihrem Weg zum
Einklang mit sich selbst
in ein erfülltes Leben.

Herzlichen Glückwunsch zu deiner Entscheidung!

Suche dir einen ruhigen Platz, an dem du für eine halbe Stunde ungestört bist.
Dann mach es dir bequem - du kannst sitzen oder liegen.

Mit dieser Klangmeditation sorgst du gut für dich, denn du



gönnt dir eine wichtige Ich-Zeit

gibst einfach mal ab und entspannst

verbindest dich mit der nährenden Kraft der Erde

Die Klangwelt der Erde

Ich habe dazu drei Klangschalen ausgewählt, die alle einen Bezug zu einem der Erdtöne haben:

Die erste Schale ist der **Erdentag**.

Dieser entspricht dem 24-Stunden-Zyklus eines Tages. Der entsprechende Ton ist das G.

Die zweite Schale ist der **Jahreston**.

Mit der Entsprechung eines Erdenjahres, dem Zeitraum, den die Erde braucht, um die Sonne zu umkreisen. Er wird auch OM-Ton genannt und entspricht dem CIS.

Die dritte Schale ist das **Platonische Erdjahr**.

Es errechnet sich aus der Kreiselbewegung der Erdachse, die schief steht. Der entsprechende Ton ist das F.



Hier geht es zur Erd-Klangmeditation



[Klicke hier](#)

Wenn du jetzt neugierig bist, wie Emotionen deine Schwingungsfrequenz beeinflussen, womit du in Resonanz gehst und was du tun kannst, um dich selbst wichtig zu nehmen, dann sichere dir einen Platz im nächsten Online-Programm

"Gut gestimmt im Einklang mit mir selbst"

In diesem 4-Wochen-Programm lernst du die wesentlichen Aspekte von Schwingung und verstehst, was du selbst tun kannst, um auf hoher und energievoller Frequenz zu schwingen. Für mehr Lebensfreude und Erfüllung.

Du lernst, wie du dein Bewusstsein ausrichten kannst und mit welcher Schwingungsfrequenz du auch unbewusste Blockaden und Hemmnisse auflösen kannst.

[Erfahre hier mehr über das 4-Wochen-Programm](#)

[Gut gestimmt im Einklang mit mir selbst](#)

Ich freue mich auf DICH
und wünsche dir eine beschwingte Zeit
Deine

Astrid