

Persönlichkeitsanalyse

Eine Stimme besteht aus einem Grundton und verschiedenen Einflußtönen. Jedem Grundton sind verschiedene Potentiale und Fähigkeiten zugeordnet, die es zu entwickeln gilt, um die eigene Persönlichkeit zu entfalten. Die Einflußtöne geben dann noch einmal Aufschluß über die verschiedenen Facetten der Persönlichkeit, so daß sich aus den 12 Grundtönen zahlreiche Schattierungen bilden können.

Die Persönlichkeitsanalyse nach dem Nada Brahma System erschließt unterdrückte und gelebte Potentiale und kann mit Hilfe der Übungen ruhende Potentiale erwachen lassen und bestehende stärken.

Die Therapie

Aufbauend auf dem individuellen Grundton, werden Stimmklang- und Bewußtseinsübungen eingesetzt, um das Energiesystem zu harmonisieren. Hierbei werden durch Tonhöhe und Art der Laute verschiedene Prana-Arten in Bewegung gesetzt. Blockaden im Nadisystem, vergleichbar dem Meridiansystem der traditionellen chinesischen Medizin, werden durch entsprechende Übungen gelöst und ein erneutes Auftreten durch ein Praktizieren der Basisübungen vermieden.

Arbeitet man mit körperlichen Erkrankungen, wird Prana den entsprechenden Körperbereichen zugeführt oder entzogen, um so zur Gesundung der Organe beizutragen. Gleiches gilt auch, will man die Wirkung von Medikamenten im Körper verbessern.

Der Körper besitzt energetische Punkte, die - aufbauend auf dem Grundton, durch verschiedene Klanghöhen angeregt werden können. Werden diese Punkte angeregt, so entstehen verschiedene emotionale Empfindungen im Menschen. Je nachdem, mit welcher Problematik man arbeitet, werden diese Körperpunkte nacheinander durch sogenannte Skalen (Tonleitern) angesteuert, um so einen therapeutischen Effekt zu erzielen.

Die Auswirkung von Musik auf das emotionale System des Körpers ist in fast allen Kulturen bekannt; denken Sie einfach an die Marsch- und Trommelmusik, die genutzt wurde, um Soldaten in Kampfstimmung zu versetzen oder geistliche Musik, um Ruhe und Kontemplation zu fördern. Der direkte Zusammenhang von Grundton und therapeutischem Effekt von Klängen und Tonfolgen, durch den die Wirkung von Musik vorhersehbar wird, ist jedoch weit weniger bekannt, so daß es auch nur wenige Nada Brahma Therapeuten in Europa gibt.

Und wenn man gesund ist?

Durch die Arbeit mit dem Grundton erhalten Sie die Möglichkeit, mehr mit der Qualität des eigenen Seins in Kontakt zu treten, die unverfälschte Persönlichkeit stärker hervortreten zu lassen und so das innere Wissen um den individuellen Lebensweg zu vertiefen. Die Stimm- und Klangübungen der Nada Brahma Therapie sind äußerst effektiv und haben einen so regenerierenden Effekt, daß 10 Minuten Nada Brahma Stimm- und Klangübungen ausreichen, um die Spannungen des Alltags abzulegen, neue Kraft zu schöpfen und Abstand vom Alltäglichen zu gewinnen.

Thiemo Zeppernick

Info:

Thiemo Zeppernick
Institut für Yoga und Gesundheit Köln
Tel. 56 99 822

Thiemo Zeppernick ist Yogalehrer und Nada Brahma Therapeut, arbeitet seit 12 Jahren international im Bereich Körper- und Bewußtseinsbildung und leitet Kurse und Ausbildungsgruppen am Institut für Yoga und Gesundheit Köln. Bevor er nach Köln kam, lebte er mehrere Jahre als Mitglied der Findhorn Foundation im Norden von Schottland.

Info und Anmeldung:

Institut für Yoga und Gesundheit Köln
Gladbacher Str. 26-28
50672 Köln
Tel. 0221/56 99 822
www.yoga-koeln.de

Atem - Stimme - Klang