

*“Een verfrissende en pure benadering van klank en muziek, die ons dichterbij de Bron en in de Eenheid brengt.”*

*“Echt, authentiek, ieder zichzelf.” “Samenvallen met elkaar.”*

*“Aardend, verstillend en veel plezier.”*

*“Bijeenkomsten vol inspiratie.”*

*(Ervaring van deelnemers)*



## Heelzang-traject – 6 bijeenkomsten

**Adem, toon en zang als middel tot bewustwording.**



Bijeenkomsten waarin we samen vrij en bezielde onze stem laten klinken vanuit ons innerlijk, waardoor we ontspanning, verstillend en de meditatieve werking er van kunnen ervaren. De heling voelen op fysiek, emotioneel/mentaal of zielsniveau. En inspiratie kunnen ontvangen, die bruikbaar is in het alledaagse leven. Tijdens de bijeenkomsten hebben we aandacht voor:

- de adem
- het laten ontvouwen van ademkleuren
- zingen van helende langgerekte tonen
- het zingen van een mantra
- het laten ontvouwen van klankvelden
- bewustwording van de effecten van het zingen op onszelf en onze alledaagse handelingen

Het **zingen van klankvelden vormt het hart van de Heelzangbijeenkomsten** en is iedere keer weer verrassend, nieuw, verdiepend, innerlijk verstillend en ruimte gevend, aldus de ervaring van deelnemers.

De bijeenkomsten worden geleid door Jacqueline van Koolwijk, docerend / uitvoerend musicus en muziektherapeute en instrumentaal ondersteund op o.a. nada tarangini, swaramandala, tamboura.

**Data:** zaterdagen 12 oktober, 2 november, 23 november, 7 december 2024, 11 januari 2025 15 februari 2025. **Tijd:** 10.30 - 12.30u. **Locatie:** Vrije Klanken, Gravendaal 1 Deest. **Kosten:** € 120,- voor 6 bijeenkomsten van 2 uur, in kleine groepjes.

**Aanmelden** kan tot uiterlijk 1 september via [info@vrijeklanken.nl](mailto:info@vrijeklanken.nl) of 0487-511568. **Info:** [www.vrijeklanken.nl](http://www.vrijeklanken.nl)