



# HERZÖFFNUNGS- MEDITATIONEN

**Lass deine Seele beruhigen und berühren  
von den Klängen des Monochords.**

**In der Obertonvielfalt der scheinbaren Monotonie  
lauter gleich gestimmter Saiten wird etwas von  
„Einklang“ spürbar.**

Jeder kann in der Gleichzeitigkeit von Einfachheit und Vielfalt  
etwas für sich entdecken: Inspiration, Kreativität,  
weite Ausdehnung, ein Zu-Sich-Kommen.  
Vielleicht möchte die Stimme in Resonanz gehen,  
vielleicht ist ganz einfach Stille da...

**Ich freue mich auf gemeinsames Schwingen und Klingen –  
liegend, sitzend oder bewegt**

**in der Alten Werkstatt  
Lehnergasse 17  
3423 St.Andrä-Wördern**



**jeden Advent-Sonntag Abend  
2./9./16./23. Dez 2018  
19-20Uhr  
Kosten: € 12.-/Abend**

**Gudrun Wiesinger** 0680 214 18 04  
Integrative Bewegungstherapeutin  
Lehrerin für Bewegung und Musik  
Klangmassagepraktikerin