

MindfulleSs klank meditaties



Vanuit een thema , verbinden we ons in het gouden netwerk van licht door lichaam en geest tot rust brengen en onderdompelen in een klankbad .

Deze klanken gaan resoneren met de verbinding die je hebt in het kader van het thema waar we mee werken.

Deze les is een uur opgebouwde meditatie compleet gehuld in klank.

Combinatie van drum, en klankschalen aangevuld met verrassende instrumenten..