

Wenn möglich bequeme Kleidung, eine Decke/Matte,
warme Socken mitbringen.

Wir beginnen pünktlich um 19 Uhr und sind spätestens
um 20.30 Uhr fertig.

Wann: zweimal im Monat, Dienstag und Freitag

Termine bitte erfragen unter

www.naturheilzentrum-florakiez.de

oder

Tel.: 0163 600 57 81

Kosten:

Pro Person pro Abend **12,-€ / 5-er-Karte 50,-€**

Theta-Drumming

Heiltrommeln in der
Theta-Wellen-Frequenz

mit **Gabriele Löbbecke**

Heilpraktikerin und Schamanin

und **Mouna Heike Gentsch**

Sängerin, Stimmpädagogin, Musiktherapeutin

Ort: Naturheilzentrum im Florakiez

Görschstrasse 10, 13187 Berlin-Pankow

(S/U-Bfh. Pankow/S-Bhf. Wollankstr.)

Beim schamanischen Trommeln ist der Theta-Bereich anzustreben, der im Frequenzbereich zwischen 4 und 8 Hz angesiedelt ist. Theta-Wellen treten normalerweise in den leichten Schlafphasen auf.

Wenn eine Trommel mit ca. 4 – 7 Schlägen pro Sekunde geschlagen wird, kann dieser Theta-Zustand erreicht werden.

Rhythmische Trommelfrequenzen gelangen über die Gehörnerven direkt in das Aktivierungssystem des Hirnstammes. Dadurch wird die Großhirnrinde für die eingehenden Informationen aufgeweckt.

Die T-Helferzellen (für die Abwehr zuständigen Blutzellen) werden stimuliert und vermehrt. Somit wird das Immunsystem gestärkt.

Theta-Trommeln bewirkt eine Veränderung unserer Wahrnehmung. In diesem Zustand, der einer tiefen Meditation ähnelt, können Beteiligte sich entspannen und auf Seelenreise begeben. Bei vielen schamanischen & Heil-Zeremonien wird auf diese Weise getrommelt.

Die Trommel gilt als das Pferd des Schamanen. Der Trommelrhythmus symbolisiert den Herzschlag der Erde.

