

Singen als Gesundheitserreger und heilsame Kraft

9. November 2018 um 19.30 Uhr: Abend der heilsamen Lieder im Lutherzentrum



Musik begleitet unser Leben, wir können sie nicht sehen, nicht berühren und doch berührt sie uns existenziell. Wissenschaftlich betrachtet ist sie nur ein Schalleignis und dennoch enthält sie die ganze Welt. Sie ist die einzige Sprache, die überall auf der Welt verstanden wird. Singen ist das, womit jeder Mensch aufwächst. In jeder Kultur dient es der Kommunikation. „Menschen, die sich singend ausdrücken, sind zufriedener und ausgeglichener, da Singen Medizin ist und die Kraft des gemeinsamen Singens die Schwingung nicht nur mit den Ohren, sondern mit dem ganzen Körper wahrge-

nommen wird. Glückshormone werden freigesetzt, Stresshormone abgebaut, die Atmung vertieft und das Immunsystem gestärkt, wie die Forschung mittlerweile eindrücklich belegt hat“, sind sich die Mitglieder der Gruppe „HeilKlangElsdorf“ einig und laden ihre Gäste ein, mit ihnen einfache Lieder, die keine Notenkenntnisse erfordern, zu singen. Dabei sind ausdrücklich Sänger wie Nichtsänger angesprochen. Und auch wer einfach nur lauschen möchte, ist herzlich willkommen.

An den Abenden soll die heilende Verbindung schaffende Wirkung der Musik und des Singens weitergegeben und mit anderen geteilt werden. Geschaffen wird ein Raum, indem durch das gemeinsame Singen Zugang zur eigenen Kraft und Lebensfreude gefunden werden. Also, singen Sie doch einfach einmal wieder! Am 9.11.2018 begleitet schon zum dritten Mal Gastmusikerin Martina vom Hövel, eine der Größen aus dem Genre, die Gruppe.

Der Eintritt für den Abend ist frei. Es wird aber um eine Spende für die „Elsdorfer Tafel“ gebeten, um die Freude des gemeinsamen Singens auch nach außen wirken zu lassen.



Foto: privat

Zusätzlich findet am Samstag, 10.11.2018 von 10.00 bis 16.00 ein Tagesworkshop mit Martina im Ayurvedaresort in Elsdorf-Oberembt statt. Wer mag, ist herzlich eingeladen, mit Martina zu

singen, zu tanzen und sich von ihrer Lebendigkeit und Lebensfreude anstecken zu lassen. **Anmeldungen erforderlich:** gabybehrmann@googlemail.com oder 01701813752