

Trance-Techniken, Trance-Arbeit

Autor/in:



Verschiedene Trance-"Techniken" dienen zur Unterstützung um Tore zur Wahrnehmung einer anderen bzw. erweiterten Wirklichkeit zu öffnen. Dabei können sowohl in die Ruhe (Einstase) als auch in die Erregung (Ekstase) führende Methoden genutzt werden:

Hypnose (Erickson) Visualisierungstechniken, Körperarbeit Singen und Trance (Toning, Voice-Healing, Mantrien, rituelle Gesänge, Obertongesang) Klangtrance (archaische Instrumente, Trommeln) Trancetanz, schamanische Tänze verschiedene Atemtechniken sanfte Körperarbeit in körperwarmem Wasser Yoga (aktive und stille Meditationsformen) Schamanische Trance Rituelle Körperhaltungen und ekstatische Trance - diese uralte Methode wurde von der Anthropologin Felicitas Goodman wiederentdeckt.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten