

Die Klangmassage nach Peter Hess ®

Mitte der 80er Jahre bereiste der deutsche Diplomingenieur der physikalischen Technik, Peter Hess, Indien, Nepal und Tibet. Er führte eine Reihe von Untersuchungen über die Wirkung der Klänge auf den menschlichen Körper durch.

Als er zum ersten Mal selbst die Wirkung der Klänge auf seinem eigenen Körper spürte, wurde die Idee geboren, die Schwingungen und die Töne der Klangschalen durch Aufstellen auf den Körper direkt auf und in den Menschen zu übertragen.

Seine langjährige Arbeit und Erfahrungen, gemeinsam mit den Forschungsergebnissen des deutschen Musikforschers Prof. Dr. Gert Wenger bilden heute die Grundlage der Klangmassage nach Peter Hess ®

***"Der Ton der Klangschale bringt die Seele zum Schwingen.
Der Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskräfte
und setzt schöpferische Energien frei!" (Peter Hess)***

Wie wirkt eine Klangmassage ?

Die Klangmassage wirkt durch das umfassende Angebot von obertonreichen, harmonischen Klängen der Klangschalen sowie über deren Schwingungen ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele.

Die Klangschalen verschiedener Größen werden auf den bekleideten Körper gelegt und mit einem Klöppel sanft angeschlagen. Die so erzeugten unterschiedlichen Schwingungsmuster durchdringen das Gewebe, versetzen die Flüssigkeit im Körper in Schwingung.

Diese Schwingungen breiten sich in unserem ganzen Körper aus. Vorstellen kann man sich das, wenn man an die konzentrischen Kreise denkt, die sich ausbreiten, wenn man einen Stein ins Wasser wirft. Klang ist also wie eine Massage bis in die kleinste Zelle.

Umhüllt und getragen von den harmonischen Klängen entsteht ein Gefühl von Geborgenheit und Urvertrauen. Sehr schnell erreicht man so einen tiefen Entspannungszustand, den sogenannten alpha-Zustand, in dem es leicht fällt, loszulassen und zu entspannen. Dieser Zustand ist auch die Grundvoraussetzung für die Stärkung der Selbstheilungskräfte unseres Körpers.

Die wichtigsten Wirkungsmerkmale:

- Tiefenentspannung
- Lösung von körperlichen Verspannungen und Blockaden
- Linderung von Kopf-, Schulter- und Nackenschmerzen
- Regulation von Durchblutung und Verdauung
- Linderung von Gelenksbeschwerden
- Linderung von Menstruationsbeschwerden
- Linderung von Schlafstörungen
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Schaffenskraft
- Auflösen von starren, alten Mustern und Zulassen einer Neuordnung

Einsatzbereiche der Klangmassage

- Entspannung, Wellness
- Stressbewältigung, Burn out Prävention
- Klangpädagogik
- Behindertenarbeit
- Kindergärten und Schulen
- Schwangerschaftsbegleitung, Geburtshilfe
- Alten- und Pflegeheime
- Sterbebegleitung
- als Ergänzung in Logopädie, Krankenpflege, Ergo- & Physiotherapie
- zur Unterstützung in Psychotherapie & Schmerztherapie

Klangmeditationen und Klangreisen

In unserer hektischen Zeit wird es immer wichtiger, sich eine persönliche Auszeit zu nehmen um bewusst zu entschleunigen, entspannen und wieder eine innere Klarheit zu spüren.

Gönnen Sie sich die Zeit, um für sich etwas Gutes zu tun und gleichzeitig Ihre Gesundheit auf allen Ebenen zu stärken (geistig, körperlich und seelisch).

Durch eine geführte Meditation oder eine Klangreise tauchen Sie ein in eine ganz und gar faszinierende Welt: in Ihre innere Wirklichkeit.

Fantasiereisen führen in einen tiefen Entspannungszustand und erleichtern so das Loslassen von dem gewohnten Gedankenkarussell und von starren Denkschamata. Dadurch, dass die innere Welt mit anderen Arealen unseres Gehirns wahrgenommen wird, werden auch Kreativität sowie assoziatives und bildhaftes Denken angeregt.

Meditation wirkt bereits durch die Stimme und das Wort, aber mit der gezielten Auswahl an Klangschalen, Zimbeln, Gongs und weiteren Instrumenten, welche die Meditation begleiten und unterstützen, können Sie noch viel tiefer in die Stille einsinken und loslassen:

- der harmonische Klang der Klangschalen spricht Ihr Urvertrauen an
- die Klänge wirken als Schlüsselreize bzw. Verstärker des Inhalts der Meditation
- die Klänge helfen Ihnen, die Bilder fast augenblicklich auf die eigene innere Leinwand zu projizieren und mit entsprechenden Gefühlen zu synchronisieren

Klangreisen oder Klangmeditationen sind als Einzeltermin, individuell auf Sie abgestimmt, oder als Gruppentermin nach Absprache und Terminvereinbarung möglich.

BILDER: mit den Bildern, die ich heute mitschicke und mit dem Bild vom Folder sind es insgesamt 5 Klangschalenbilder. Bitte diese hier auf dieser Seite alle einsetzen.

Die zwei großen Bilder: Frau Wellness orange + Frau mit zwei Klangschalen am Rücken