

Das Prinzip einer Klangmassage!



Fällt ein Stein in einen Teich, so entstehen Wellen, die sich über den gesamten Teich ausbreiten. Jedes Molekül des Wassers wird auf diese Weise in Bewegung versetzt. Ähnliches geschieht bei der Klangmassage in unserem Körper, der zu etwa 80 Prozent aus Wasser besteht. Die Schwingungen übertragen sich auf den Körper und breiten sich dort in Wellen aus. Eine wohltuende Massage für jede Zelle im Körper.

Die harmonischen Schwingungen setzen sich als Bewegung bis ins Innere des Körpers fort und führen so zu einer Massage auf Zellebene. Jede Zelle, auch im Innersten der Organe und der Wirbelsäule wird erreicht und aufgefrischt; eine Zellmassage. Ablagerungen in den Gelenken und Schlackenstoffe in den Zellen können sich lösen, die Verdauung wird unterstützt und die Durchblutung wesentlich verbessert.

Jedes Organ filtert sich die Schwingung heraus, die es benötigt. Die regenerativen Energien werden so gefördert und ein tiefes Gefühl von Harmonie und Entspannung stellt sich ein - Sie kommen wieder mit sich in Ein-Klang.

Klänge fordern auf zu lauschen, von der meist festgefahrenen Ebene des Sehens auf die Ebene des Hörens zu wechseln. Durch die innere Sammlung entsteht eine geistige und seelische Entspannung, die dann auch auf den körperlichen Bereich übergeht. Wenn der Lärm der Gedanken verklingt, wenn kein Verlangen, kein Tun – Müssen, kein Wollen mehr da ist, dann wird die Stille zu einem der größten Lehrmeister.

Nicht nur das Ohr lauscht den Klängen, auch die Seele hört zu

Der Ansatz und das Menschenbild der *Peter Hess-Klangmethoden*



Die *Peter Hess-Klangmethoden* zielen dabei immer auf die Stärkung des Gesunden und gut Funktionierenden (vgl. Ansatz der Salutogenese). Die starke Lösungs- und Ressourcenorientierung dieser Methode richtet den Fokus auf den ganzen Menschen mit all seinen Fähigkeiten und seinem Wissen - auch wenn ihm diese Ressourcen in manchen Lebenslagen nicht zugänglich sind. Tempo, Intensität und Wegrichtung in den Klangersitzungen ergeben sich in Abstimmung auf die Bedürfnisse des Klienten - er weiß (im Innersten) am Besten, was für ihn gut ist.

Woher kommt die Klangmassage?



Der Klangmassage liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zu Grunde, die schon vor über 5.000 Jahren in der östlichen Heilkunst Anwendung fanden. In der östlichen Vorstellung ist der Mensch aus Klang entstanden, ist also Klang. Ist der Mensch mit sich und seiner Umwelt im Ein-Klang, dann ist er auch in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten.

Auch in der westlichen Kultur ist die Bedeutung der Klänge bekannt, z.B. in Goethes Faust „Die Sonne tönt nach alter Weise, in Brudersphären Wettgesang,...“.

Heute wird die Peter Hess-Klangmassage in zahlreichen Berufsfeldern aus den Bereichen Pädagogik, Beratung, Therapie und Medizin erfolgreich eingesetzt.

Was sind die wichtigsten Wirkungen einer Klangmassage?



Während einer Klangmassage entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, in der es möglich ist loszulassen - loszulassen von Stress, Ängsten, Sorgen, Zweifeln und ähnlichen Gefühlen, die sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken.

In dieser wohltuenden Atmosphäre können wir wieder in Kontakt mit unseren Bedürfnissen, unserer „inneren Weisheit“ kommen. Wir erleben unseren Körper mit einem wohligen Gefühl - nehmen ihn vielleicht seit längerer Zeit erstmals wieder bewusst wahr. Die oft kreisenden Gedanken kommen zur Ruhe und unsere Seele erfährt Raum zur Entfaltung. Der natürliche Rhythmus kann sich wieder einstellen.

Im-Ein-Klang

Das sind die wichtigsten Wirkungen im Überblick:

- Schnelles Erreichen tiefer Entspannung, da Klang das ursprüngliche Vertrauen im Menschen anspricht
- Loslassen von Problemen, Lösen von Verspannungen und Blockaden im Körper
- positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Vitalität
- in der Klangmassagetherapie vertieft sich der Effekt durch mehrfache Anwendung
- ermöglicht die positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Schaffenskraft.

Das Körpergefühl: Bewegt und ganz ruhig

Welche Vorkenntnisse sollte ich mitbringen?

Eine Klangmassage ist so erholsam, wie ein Kurzurlaub. Menschen, die zum ersten Mal eine Klangmassage erleben, sind immer wieder überrascht, wie gut man sich in einer Stunde erholen kann. Ideal für Menschen, die viel in Ihrem Leben leisten, und sich einmal selbst Zeit zur Erholung gönnen.

Sie brauchen keine Vorkenntnisse in Entspannungstechniken, um eine Klangmassage genießen zu können. Menschen mit Vorkenntnissen erlangen jedoch in der Regel schneller einen Zustand tiefer Entspannung.

Wie läuft eine Klangmassage ab?



Vor der Klangmassage findet erst einmal das „Ankommen“ statt. Dabei erkundige ich mich in einem Gespräch nach Ihren Wünschen oder Spannungen im Körper.

Bei der Massage werden dann mehrere Klangschalen auf den bekleideten Körper aufgelegt und angeschlagen. Sie teilen mir während der Massage mit, wenn etwas unangenehm ist. Dies erfolgt verbal, oder durch ein vereinbartes Zeichen.

Die Klangmassage beginnt an den Füßen und führt zum Bauch, die Herzgegend und den Schulterbereich. Gelenke, Handflächen oder andere Körperstellen können nach Ihren Wünschen bzw. bei Spannungen berücksichtigt werden und ist auch von der Dauer der Klangmassage abhängig.



Dann folgt die wichtigste Phase der Behandlung: Ruhe! Mit einer weichen Wolldecke auf dem Körper bekommen Sie die Möglichkeit, in den Körper hineinzuhorchen, um Stille zu erfahren. Dies ist für viele Menschen ein neues und wertvolles Erlebnis, in unserer lärmdurchfluteten Welt. Geübte hören in dieser Phase ihren körpereigenen Klang.

In einem Nach-Gespräch können Sie von Ihren Erfahrungen während der Klangmassage berichten und Fragen stellen.

Wichtiger Hinweis: Ich möchte darauf hinweisen, dass in der Klangmassage keine Heilbehandlung erfolgt. Körperliche oder seelische Erkrankungen werden nur von Ärzten oder anerkannten Heilberufen behandelt. Die Klangmassage ist als ganzheitlicher Ansatz zur Unterstützung einer Therapie sehr oft empfehlenswert.

Was ist nach der Klangmassage wichtig?

Nach der Behandlung haben Sie genug Zeit zum Nachspüren, um das neue Körpergefühl zu genießen. Am Wichtigsten ist nach der Behandlung, dass Sie dieses intensive Gefühl möglichst lange nachspüren können und sich zu Hause noch Ruhe gönnen, z. B. bei einem Tee. Wenn möglich, sollten Sie nicht sofort in die Hektik des Alltags zurückkehren. Dadurch haben Sie die Möglichkeit, das entspannte Gefühl noch stunden- oder auch tagelang zu erleben und besser zu integrieren.

Welche Kleidung ist empfehlenswert?

Während der Klangmassage liegen Sie auf einer Massageliege. Sie sollten daher warme Socken und bequeme Kleidung tragen, die möglichst den ganzen Körper bedeckt. Bei Bedarf werden Tücher oder Decken aufgelegt.





Häufige Fragen und Antworten

Verena Rödel
Telefon 08441/805572
Mail: info@verena-roedel.de
www.verena-roedel.de

Wie lange dauert eine Klangmassage?

Die Klangmassage besteht aus dem „Ankommen“, der „Klangmassage mit den Klangschalen“ und dem „Nachspüren“ und dauert ca. 60 bis 90 Minuten.

... sich Zeit für die Gesundheit nehmen

Was kostet eine Klangmassage?

Klangmassage	ca. 60 Minuten	50,- EUR
Klangmassage (Stand März 2012)	ca. 90 Minuten	75,- EUR

Welche Termine sind möglich?

Die Termine werden individuell nach Ihren Wünschen vereinbart und sind auch abends möglich. Rufen Sie mich einfach an oder schicken Sie mir eine Mail.