

BERÜHRENDE KLÄNGE

DIE PETER HESS-KLANGMASSAGE: EIN TOR ZUR AKTIVIERUNG UNSERER SELBSTTHEILUNGSKRÄFTE. DIE KLANGMASSAGE ENTWICKELT DAS POTENZIAL FÜR EIN GESAMTES KÖRPERLICHES-SEELISCH-GEISTIGES WOHLBEFINDEN.

Im Alltag sind wir immer wieder gefordert und manchmal bleibt wenig Zeit, sich wieder auf uns selbst zu besinnen, eine Balance zu finden, die wir aber dringend benötigen, um unser Leben und unsere Aufgaben in Ruhe und Souveränität zu bewältigen. Erst wenn wir die Stärken unserer Mitte wieder entdecken, gelangen wir in ein Gefühl von Sicherheit. Tauchen Sie in die Welt der Klänge ein und gönnen Sie sich eine Klangmassage, um diese wunderbare Wirkung zu erleben.

DIE WIRKUNG DER KLANG-METHODEN

In der Klangentspannung werden wir jedoch nicht nur für unsere körperlichen, sondern auch für unsere inneren, seelischen Vorgänge sensibilisiert. Nicht selten erzählen Menschen, dass sie sich während der Klangentspannung ihrer Bedürfnisse, Sehnsüchte und Wünsche bewusst geworden sind. Der leichte

Trancezustand, der mit der Entspannung einhergeht, erleichtert den Zugang zum Unbewussten, zu Intuition und erschließt damit oft ungenutzten Ressourcen. Die Klänge rufen Gefühle von Vertrauen, Geborgenheit und Zuversicht wach. Dabei kommt der Einfachheit der Klänge eine besondere Bedeutung zu. Sie laden uns geradezu ein, uns wieder auf das Wesentliche zu besinnen und können zu wunderbaren Wegbegleitern werden, die uns auch in schwierigen Lebenssituationen dabei unterstützen, unser Leben freier, glücklicher und kreativer zu gestalten. Achtsamkeit, Wertschätzung, Ganzheitlichkeit, Ressourcen- und Lösungsorientierung sind Aspekte, die an sich schon ein heilsames Potential enthalten und durch die Klänge in besonderer Weise erfahrbar wer-

den. Im Laufe der Zeit entstanden verschiedene Klangmethoden, die eine Spezialisierung in den verschiedenen Arbeitsfeldern von Wellness und Prävention, Pädagogik und Beratung, Therapie und Heilwesen darstellen.

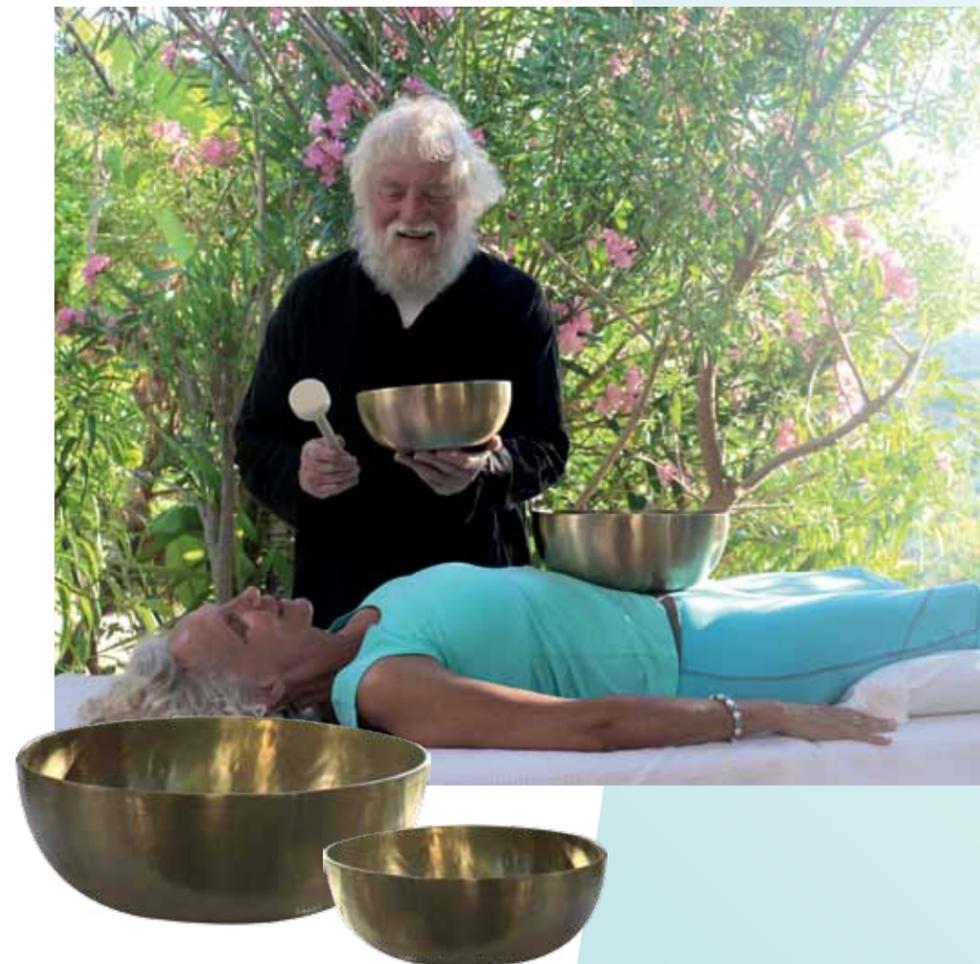
So vielfältig die Anwendungsfelder auch sind, die Basis ist immer ähnlich: Es geht darum zu entspannen, sich wohlzufühlen, den eigenen Körper zu spüren, die Wahrnehmung zu verfeinern.

All das bietet die Klangmassage, wie sie der Dipl. Ingenieur für physikalische Technik Peter Hess vor 30 Jahren entwickelt hat. Bei dieser ganzheitlichen Entspannungsmethode werden – stark vereinfacht beschrieben – Therapieklangschalen auf dem



bekleideten Körper positioniert und sanft angeklungen. Es gibt nichts zu tun, man darf einfach nur genießen. Die harmonischen Klänge beruhigen den Geist und die feinen Schwingungen, die von der klingenden Schale ausgehen, breiten sich nach und nach über Haut, Gewebe, Organe, Knochen, Körperhölräume und –flüssigkeiten usw. im gesamten Körper aus, die Durchblutung wird angeregt und Verspannungen können sich sanft lösen. Regeneration auf allen Ebenen wird möglich.

Entspannt leben, heißt gesund leben. Die entspannende, Stress und Ängste reduzierende Wirkung der Klangmassage macht sie zu einer wertvollen Präventionsmethode, wie eine 2007 durchgeführte Untersuchung des Europäischen Fachverbandes Klang-Massage-Therapie e.V. mit mehr als 200 Probanden zeigen konnte. Sowohl die Verarbeitung von Stress als auch das Wohlfühlgefühl in und mit dem eigenen Körper konnte durch 5 wöchentlich stattfindende Klangmassagen verbessert werden und das mit einer nachhaltigen Wirkung. Eine Teilnehmerin beschreibt ihre Erfahrung: „Ich rege mich nur noch selten auf, habe weniger Kopfschmerzen und bin viel ruhiger geworden“. Eine andere Teilnehmerin der oben genannten Studie berichtet: „Ich habe mich seit langer Zeit endlich mal wieder in meinem Körper wohlgefühlt.“



www.peter-hess-institut.de
E-Mail: info@peter-hess-institut.de
Tel: 0452 9389 114
www.fachverband-klang.de
www.verlag-peter-hess.de

