

Klangschalen erzeugen mit sanfter Wirkung eine starke heilsame Schwingung in Dir

Eine Klang-Massage oder heilsame Klangarbeit ermöglicht dir einen intensiven Zugang zu seelischen und geistigen Prozessen sowie einen innigen Kontakt zu dir selbst. Es ist eine sehr achtsame und effektive Art der Tiefenentspannung.



Ablauf einer Klangmassage

Eine Klangmassage dauert etwa eine Stunde. Ein kurzes Vorgespräch stimmt auf die Klangsitzung ein.

Es werden Körperhinter u.-vorderseite mit den Klängen verwöhnt, wobei auch die Arme und Hände einbezogen werden. Es werden nach und nach verschiedene grosse und schwere Klangschalen auf oder um den bekleideten Körper positioniert und sanft angeklungen. Dabei darf man einfach nur sein, wahrnehmen und geniessen. Alles andere passiert ganz von allein ! Anschliessend an die Klangmassage gibt es eine Ruhepause zum Nachspüren.

Was passiert bei einer Klangmassage ?

Unser Körper besteht zu mehr als 70 % aus Wasser. Durch den Einsatz der Klangschalen wird das Wasser in unserem Körper in Schwingung versetzt. Blockaden mentaler, energetischer und muskulärer Art können so gelöst werden man kann hier auch von einer Zellmassage sprechen.

Eine Besonderheit der Klangmassage ist, dass gleichzeitig das Hören und das Fühlen angesprochen werden. Die harmonischen Klänge beruhigen Geist, die sanften Vibrationen, die von der klingenden und damit schwingenden Schale ausgehen, breiten sich über die Haut, das Gewebe, die Organe, Knochen, Körperhöhlräume und- flüssigkeit im gesamten Körper aus. Sie lösen sanft muskuläre Verspannungen und regen die Durchblutung sowie die Lymphfluss an. Im Zuge der einsetzenden Entspannung werden Atmung, Herzschlag, Puls, Hautwiderstand, Blutdruck, Stoffwechsel und Verdauungssystem beeinflusst – Regeneration auf allen Ebenen kann geschehen.

Bei folgenden Beschwerden kann die Klangmassage unterstützend wirken:

- Nacken-, Schulter- und Muskelverspannungen
- Kopfschmerzen und Migräne, Tinnitus
- Rücken- und Gelenkschmerzen
- Rheumatische Beschwerden
- Verdauungsstörungen
- Menstruationsbeschwerden
- Unruhe, Nervosität, Überlastung
- Schlafstörungen
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Trauer, Ängste u.v.m