

Termin vereinbaren

Klangmassage nach Peter Hess



Du im Jetzt

Craniosacral-Therapie / Klangheilung

.....

Sabine Ruhnau

Dipl. Craniosacral-Therapeutin Cranio Suisse

Peter Hess®-Klangmassagepraktikerin

Rudolfstrasse 19

8400 Winterthur

kontakt@du-im-jetzt.ch

www.du-im-jetzt.ch



Durch regelmässige Klangmassagen:

- Stress vorbeugen
- Selbstwahrnehmung fördern
- Genesungsprozesse unterstützen
- Lebensfreude gewinnen



Was ist und wie wirkt

Der Klangmassage liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde, die schon vor über 5000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden. In der östlichen Vorstellung entstand der Mensch aus Klang, ist also Klang. Nur der mit sich und seiner Umwelt im Ein-Klang lebende Mensch ist demnach in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten.

*Der Ton der Klangschale
berührt unser Innerstes,
er bringt die Seele zum Schwingen.
Der Klang löst Spannungen,
mobilisiert die Selbstheilungskräfte
und setzt schöpferische
Energien frei.*

Peter Hess

Die Klangmassage wurde in jahrelanger Forschung und Praxis entwickelt und angepasst an die Bedürfnisse der Menschen im Westen. Von sanfter, aber hochwirksamer Entspannung bis zum zielgerichteten Einsatz in Gesundheitsprävention und Therapie reichen ihre Anwendungsmöglichkeiten.

Bei einer Klangmassage werden hochwertige Klangschalen auf und neben den bekleideten Körper gestellt. Das sanfte Anschlagen der Klangschale lässt feine Vibrationen entstehen, welche sich auf den Körper übertragen und diesen auf allen Ebenen, auf ganz natürliche Weise, zu tiefer Entspannung anregen.



die Klangmassage?

Die harmonischen Klänge beruhigen Körper und Geist. Die feinen Vibrationen, die von der klingenden und damit schwingenden Klangschale ausgehen, breiten sich nach und nach im Körper aus. Schnell setzt eine wohltuende Entspannung ein.

Während einer Klangmassage entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit. Stress, Ängste, Sorgen, Zweifel und überhaupt alle Gefühle, die sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken, können losgelassen werden. Wir nehmen unseren Körper und unsere Bedürfnisse wieder bewusst wahr. Die oft kreisenden Gedanken kommen zur Ruhe und unsere Seele erfährt Raum zur Entfaltung.



Die Peter Hess-Klangmassage

- ist eine ganzheitliche Methode, die Körper, Seele und Geist anspricht
- bewirkt eine tiefe Entspannung
- stärkt das Urvertrauen des Menschen
- erleichtert das "Loslassen" - körperlich wie mental
- fördert die Gesundheit - Harmonisierung/Regeneration/Vitalisierung
- verbessert die Körperwahrnehmung
- trägt zur Aktivierung ungenutzter Ressourcen bei
- stärkt Selbstbewusstsein, Kreativität, Schaffenskraft und Motivation