

## Was ist und wie wirkt die Peter Hess-Klangmassage?

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 Einklang lebende Mensch ist demnach in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten.

Peter Hess hat die Klangmassage 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 Pädagogik, Therapie, Wellness sowie in Heil- und Heilfachberufen reichen ihre Anwendungsmöglichkeiten.

**„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)



## Was ist und wie wirkt die Peter Hess-Klangmassage?



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.

Peter Hess beschreibt die Wirkung von Klängen auf den Körper in einem plastischen Bild: „Lässt man einen Stein in einen Teich fallen, so entstehen konzentrische 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 ja zu etwa 80 Prozent aus Wasser besteht. Die wohltuenden Schwingungen übertragen sich auf den Körper und breiten sich dort in konzentrischen Wellen aus: eine wohltuende Massage für jede der über 100 Billionen Zellen im Körper – eine Zellmassage“.

## Peter Hess Klangmassage



**Ich höre, ich höre,  
dieser wunderbare Klang  
bringt mich zurück zu meinem wahren Selbst.  
Ich höre den Klang der Glocke und fühle  
wie mein Leiden sich zu lösen beginnt.  
Mein Geist wird ruhig,  
mein Körper entspannt.  
Dem Klang der Glocke folgend  
führt mich mein Atmen  
zurück zur sicheren Insel meiner  
Achtsamkeit.  
Im Garten des Herzens erblüht  
die Blume des Friedens  
in all ihrer Pracht.  
(Thich Nhat Hanh)**

## Ablauf der *Peter Hess-Klangmassage*

Nach einem Informationsgespräch werden obertonreiche Klangschalen auf den Körper der Klienten aufgesetzt und behutsam angeschlagen. Verwendet werden dabei unterschiedlich schwingende Klangschalen, die zu den jeweiligen Körperbereichen passen. Der gesamte Körper kommt auf diese Weise in Harmonie und entspannt sich tief. Von den Empfängern wird die Klangmassage in der Regel sehr gut akzeptiert, als wohltuend empfunden – und genossen. Vorteilhaft ist, dass die Klangmassage in bekleidetem Zustand gegeben wird.



Ein abschließendes Gespräch gibt den Klienten die Möglichkeit, ihre Erfahrungen während der Klangmassage mitzuteilen. So können auch Ansatzpunkte für die nachfolgende Behandlung festgehalten werden. Für Stressabbau und Förderung der Gesundheit können acht bis zehn Behandlungen im ein- oder zweiwöchigen Rhythmus ausreichen.

## Hier können Sie die *Peter Hess-Klangmassage* kennnenlernen:

### Sigrid Baust



- Musik-  
/Klangtherapeutin
- Klangmassagenpraktikerin nach Peter Hess
- Heilpraktikerin für Psychotherapie

Termine und Kosten können telefonisch oder per Mail erfragt werden.

Nach Absprache kann die Klangmassage aber auch bei Ihnen zu Hause stattfinden.

#### Kontakt:



*klangschichten*

Drosselstraße 2, 57368 Lennestadt-Saalhausen  
02723/80246 oder 0176 5223 7566  
info@klangschichten.de  
www.klangschichten.de

#### **Mitglied im:**

Europäischen Fachverband  
Klangmassage-Therapie e.V.



## Was ist und wie wirkt die *Peter Hess-Klangmassage*?

#### Die Peter Hess-Klangmassage

- bietet ein umfassendes Klangangebot durch die vielfältigen obertonreichen, harmonischen und natürlichen Klänge der Klangschalen;
- ermöglichen tiefe Entspannung, weil Klang das ursprüngliche Vertrauen des Menschen anspricht und dadurch Bereitschaft zum Loslassen erzeugt;
- harmonisiert jede einzelne Körperzelle sanft durch Klänge;
- kann die Gesundheit fördern, die Körperwahrnehmung verbessern und die Erkennung und Nutzung eigener Ressourcen unterstützen;
- ermöglicht die positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Schaffenskraft;
- wirkt ganzheitlich auf Körper, Seele und Geist ein.

