

# Mit klingenden Schalen Körper und Seele entspannen



Klangmassage ist nicht nur ein Genuss für die Ohren. Die feinen Vibrationen der klingenden Schalen helfen, körperliche und seelische Spannungen zu lösen!

Die heilende Wirkung von Klang für Körper, Geist und Seele ist seit langem bekannt. Auch im Alltag macht jeder Mensch Erfahrungen mit Klang und Schwingungen und spürt, wie Klänge die eigene Gemütslage beeinflussen.

## Wenn Körper und Geist zur Ruhe kommen, kehrt Frieden in die Seele ein

Mit einer herkömmlichen Massage hat die Klangmassage nur zwei Dinge gemeinsam: das Losgelöstsein während der Behandlung und das entspannte Lächeln auf den Lippen, mit dem man nach Hause geht. Keine knetenden, klopfenden Hände, die verspannte Muskeln lockern. Statt dessen umhüllt einen der harmomische Klang alter tibetanischer Klangschalen. Die sanften Vibrationen und Schwingungen der klingenden Schalen lösen seelische und körperliche Spannungen. Geist und Körper kommen zur Ruhe, Harmonie und Entspannung macht sich breit.

## Der Klang öffnet die Stille

Der Klang der Schalen ist angenehm und sehr mächtig. Man kann sich ihm nicht entziehen. Er erfüllt den Raum und überlagert das eigene Denken. Das lenkt die Aufmerksamkeit weg von den Gedanken und öffnet den Weg nach innen, zu dem, was der Körper spürt und die Seele fühlt.

Dadurch ermöglichen Klangmassagen sich selbst wieder und neu zu entdecken, Blockaden aufzulösen und die ganzheitliche Wirkung der Schwingungen gezielt für die eigene Harmonisierung und Weiterentwicklung zu nutzen.

## Zur Einstimmung gibt es eine Klangdusche

Wie läuft eine Klangmassage ab? Normalerweise lässt einen der Klangmasseur zunächst die Schalen betrachten, den Klang hören und die Vibrationen auf der Hand spüren. In einem angenehm temperierten ruhigen Raum legt man sich bekleidet auf eine Liege. Für die meisten Menschen, die zu Anfang noch ziemlich gehetzt sind und sich nicht sofort öffnen können, ist es angenehmer, sich zuerst auf den Bauch zu legen. Der Bauch geschützt



und nur der Rücken der Außenwelt zugewandt fühlt man sich sicherer und kann besser entspannen.

Vor der eigentlichen Klangmassage gibt es eine sogenannte Klangdusche, die auf das Kommende einstimmt: Der Klangmasseur schlägt dazu entweder eine große, vollklingende Schale mit einem Filzklöppel an oder reibt eine tibetische Glocke hoch und führt sie über den ganzen Körper, ohne ihn zu berühren. Die Sensibilität, den individuellen Entspannungszustand des Kunden zu spüren und die Intensität des Klanges darauf abstimmen zu können, ist eine wichtige Voraussetzung, die jeder Klangmasseur mitbringen sollte.

Die eigentliche Klangmassage beginnt dann durch das Aufsetzen und Anschlagen der ersten Klangschale. Jetzt berührt die Schale den Körper, die Schwingungen des Klanges übertragen sich und breiten sich wie sanfte Wellen im ganzen Körper aus. Bei den meisten Menschen ist der Energiefluss allerdings durch Spannungen und Blockaden gestört. Genau diese Blockaden soll die Klangmassage Schritt für Schritt lösen. Dafür werden verschiedene Klangschalen auf den aus der indischen und tibetanischen Ganzheitsmedizin bekannten Energiezentren, den Chakren, platziert und angeschlagen. Mit seinen Schwingungen regt der Klang diese Energiezentren an und die Energie kann wieder frei fließen. Angespannte Körperpartien werden gelockert und entkrampft.

Die Schalen, die ursprünglich aus dem tibetisch-buddhistischen Kulturkreis stammen, bestehen aus sieben bis zwölf verschiedenen Metallen. Der Klang wird bestimmt von dem

## Info-Script

### Kontakt:

**Stefan Scheil**  
Klangschalen-Therapeut

Osterbühlstr. 22  
93158 Teublitz  
Tel 09471- 602380  
[www.ein-klang.net](http://www.ein-klang.net)

**Kopieren & weiterreichen erwünscht** - das spart Kosten für alle!

## Wirkungsmerkmale der KLANG-MASSAGE

- schnelles Erreichen tiefer körperlicher und geistiger Entspannung
- Lösen von Verspannungen und Blockaden
- Loslassen von Problemen und Sorgen
- Stärkung und Aktivierung des ursprünglichen Vertrauens des Menschen
- sanfte Massage und Harmonisierung jeder einzelnen Körperzelle durch die Schwingungen
- positive Beeinflussung von Kreativität, Selbstbewusstsein und Intuition
- Aktivierung der Aufnahmebereitschaft von Geist und Seele für Neues
- Neubelebung und Stärkung der Selbstheilungskräfte
- Gewinn neuer Lebensfreude



verschieden hohen Anteil der jeweiligen Metalle, von Gewicht und Form der Schale und der Dicke des Randes. Jede der verwendeten Schalen hat ihren eigenen spezifischen Klang und erzeugt unterschiedliche Schwingungen - wichtig hierbei ist ein umfangreiches Obertonspektrum der Schalen.

Das Klangbad, das entsteht, wenn die Schalen nacheinander angeschlagen werden, die Töne ineinanderfließen, und die sanften Vibrationen, die sich bis tief in den Körper ausbreiten, sorgen für intensive seelische und körperliche Entspannung. Schon das allein ist ein Gewinn.



### Im Klangbad entsteht ein Gefühl der Geborgenheit

Oft bewirkt eine gute Klangmassage aber noch mehr. Viele Menschen erzählen, dass im Zustand tiefer Entspannung Bilder und Assoziationen, Kindheitserinnerungen oder längst vergessene Begebenheiten vor dem geistigen Auge auftauchen, die mit seelischen Schwierigkeiten zu tun haben. Gerade weil man so entspannt ist, wehrt man diese Bilder nicht ab und bekommt so wertvolle Hinweise auf tief liegende Probleme. Die Bewußtseins-ebene hat sich verändert - ist weiter: unbewußtes Wissen und Erfahrungen werden zugänglich und dem Bewußtsein zur Verfügung gestellt. Das Körperbewußtsein bekommt Raum, sich zu entfalten. Es entstehen Impulse, die Unmögliches möglich machen.

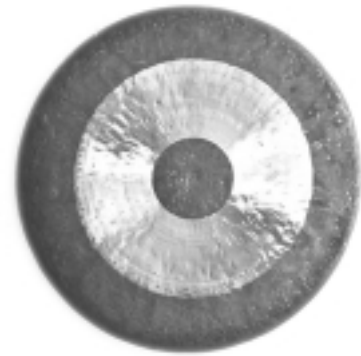
Aus dem Gefühl der Wärme und Geborgenheit entsteht gleichzeitig oft Kraft und Mut, Veränderungen zuzulassen oder herbeizuführen. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, Selbstbewußtsein, Kreativität und Schaffenskraft positiv beeinflusst und es kommt zu einem Gewinn an neuer Lebensfreude.

### Ausklang

Eine Klangmassage dauert zwischen 45 und 60 Minuten. Sie wird durch die kraftvollen Schwingungen von sanft angeschlagenen Gongs und dem feinen Klang von Zimbeln ergänzt und vervollkommnet. Nach der Klangmassage, die mit sanfter, meditativer Musik ausklingt, wird der Körper als angenehm leicht erfahren - frei schwingend.

Wenn vor und nach der Massage sinnvollerweise ein begleitendes Gespräch stattfindet, spricht man von der Klangtherapie. In dieser Konstellation dauert das Ganze etwa ein- einhalb Stunden.

Die Preise für eine Klangmassage oder Klangtherapie liegen zwischen 30 und 60 Euro. Wer sich dafür interessiert, sollte es einfach einmal ausprobieren. Gut aufgehoben sind Sie, wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie sich fallen lassen können. Und wenn Ihnen der Klang zu laut und zu mächtig ist, sollten Sie ruhig um einen etwas sanfteren Anschlag bitten.



**EIN-KLANG begeben & erfahren** bietet Klangmassagen auf Spendenbasis an, um diese wundervolle Erfahrung einem größerem Personenkreis zu ermöglichen. So kann jeder selbst entscheiden, was ihm diese tiefgreifende Erfahrung wert ist, bzw. was jeder Einzelne ausgeben kann.