



ALLES IST KLANG

Nada Brahma

Aus einem Urklang ist, laut vedischer (altindischer) Überlieferung, alle Schöpfung entstanden. Als der erste Urklang in Bewegung kam, manifestierte sich dieser in unendlichen Klangformen. Jedes Geschöpf, jegliches Element schwingt in seinem spezifischen, unverwechselbaren Klang aus dem es entstanden ist.

In unserer lauten, technisch orientierten Welt ist es schwer geworden, den Urklang in seiner vollendeten Schönheit und Harmonie wahrzunehmen und in dessen Resonanz zu kommen. Die sanften, obertonreichen Klänge, der sorgfältig nach alter Tradition hergestellten Therapieklangschalen, verkörpern in ihrer Vielfalt die göttlichen Schwingungen des Urklangs. So wird bei einer Klangmassage ein Raum geschaffen, in dem Geist und Seele von materiellen oder weltlichen Gedanken und Verhaftungen freier werden kann. Eintauchend in die innere Stille, dem göttlichen Urklang lauschend, können wir wieder Verbindung zu uns selbst aufnehmen und innere Harmonie einnehmen.

Ständiger Stress mündet letztendlich in Verspannung, Verhärtung und Verkrampfung in den Körperhaltungen, in Muskeln, Gewebe und den Organen. Missklänge und Disharmonie wie Lärm, Hektik und Auseinandersetzungen manifestieren

sich in den Gedanken und im Lebensgefühl. Wird in beidem kein Ausgleich geschaffen, kann sich der Körper oder die Seele nicht mehr selbst ins Gleichgewicht bringen, die Selbstheilungskräfte sind mehr oder weniger gestört.

Entspannungsphasen, am besten täglich, wirken wie ein Lebenselixier. Neben Methoden wie z.B. autogenem Training, Yoga oder Meditation, die nicht ohne Disziplin und Eigeneinsatz möglich sind, sind Sie bei einer Klangmassage nicht selbst gefordert – hier dürfen Sie einfach loslassen und genießen.

Auf der körperlichen Ebene wirken die Klänge bis hinein in die Zellebene. Dies verdeutlicht folgendes Beispiel. Lässt man einen Wassertropfen in eine Schale fallen, so entstehen konzentrische Wellen, die sich schließlich über die gesamte Wasseroberfläche ausbreiten. Jedes Wassermolekül wird dabei in Bewegung versetzt.

Ähnliches geschieht wenn ein Urklang der Klangschale mit unserem Körper, der ja etwa zu 80% aus Wasser besteht, in Berührung kommt. Die sanften Schwingungen und Vibrationen bei der Klangmassage bewegen das Wasser in unseren Zellen in konzentrischen Wellen. Gelenke und Muskeln, letztendlich der gesamte Körper werden massiert. Der Atemrhythmus beruhigt sich, das menschliche Gehirn beginnt in einer Frequenz zu schwingen der zwischen Wachen und Schlafen liegt, dem Alpha Zustand,

Schon einer einzigen Klangschale kann man eine Vielzahl von Tönen entlocken. Durch Klangschalen für spezielle Einsatzbereiche kann gezielter Einfluss genommen werden. Die tiefen Töne der Beckenschale wirken auf die unteren Körperregionen. Die im mittleren Klangspektrum angesiedelten Töne der Universalschale auf den gesamten Körper. Die höheren Töne der Herzschaale auf Brust und Schulterbereich und die sphärisch, zarten Töne einer kleinen Kopfschale oder Zimbeln auf den Stirn- Kopfbereich.

Der Einsatz aller Klangschalen zusammen, wie es in der Klangmassage geschieht, lässt ein angenehmes Schwingungsfeld entstehen. Dies führt in einen Zustand tiefer Entspannung, wirkt reinigend und ordnend und löst Belastungen die mit den Klängen aus dem Körper abfließen dürfen.

In der Klangmassage geht es nicht darum an Krankheitssymptomen zu arbeiten, sie zielt vielmehr darauf ab den Menschen zu stärken, um in Sinne einer Resonanz zur gesunden Ordnung zurückzukehren. Auf diese Weise angewandt, wirkt die Klangmassage lösend bei

- Nacken- und Schulterverspannungen
- Kopf- und Gelenkschmerzen
- Verdauungsbeschwerden
- Unterleibsverkrampfungen
- Atembeschwerden
- Konzentrationsbeschwerden

Ablauf einer Klangmassage
Zu Beginn erfolgt ein kurzes Gespräch in dem offenen Fragen geklärt werden. Anschließend kann sich der Klient auf einer Massagebank, mithilfe verschiedener Lagerungskissen, bequem ein-

richten. Eine „gute“ Klangmassage wird achtsam auf die individuelle Situation des Klienten durchgeführt und ist die „richtige“ Antwort auf dessen Bedürfnisse. Eine Phase des Nachspürens dient der Festigung des neu entstandenen Körpergefühls. Das Abschlussgespräch rundet die soeben erlebte Klangerfahrung bewusst ab. Schon eine einzelne Klangmassage ist ein schönes Geschenk an sich selbst. Um einen nachhaltigen, harmonischen und gefestigten Zustand im Sinne einer Neuorientierung zu erreichen ist eine „kurmäßige“ Anwendung von 6-10 Klangmassagen im ein- bis zweiwöchigen Abstand angezeigt. Klangmassage dient der Aktivierung und Stärkung von Selbstheilungskräften, der Prävention oder Begleitung eines Gesundheitsprozesses. Medizinische Probleme jedweder Art sollten Sie vorher mit Ihrem Arzt oder Heilpraktiker abklären. Δ

INGE DYAN HEIDENREICH

*Inge Dyan Heidenreich ausgebildet in verschiedene Formen der Energiearbeit, Meditation, Kinesiologie, Engel-Energie-Therapie (EET), Meditales Coaching, Wellnessmassagen & Anwendungen, Klangmassage und Gong nach Peter Hess@
tel +49 (0)8241-6626
mobil +49 (0)170-9615082
info@raumzusein.de
www.raumzusein.de
Mitglied im
Europäischen Fachverband
Klangmassage-Therapie e.V.
Mitgliedsnummer 0618
www.fachverband-klang.de*



*Seminare zur Klangmassage
In meiner Praxis finden auch Basis- und Fortgeschrittenenseminare zur Klangmassage statt. Die Klangmassage ist unter fachkundiger Anleitung leicht zu erlernen. Sie ist sehr gut anwendbar zur Entspannung im privaten Rahmen, in der Familie oder im Freundeskreis. Ihre sanfte Wirkungsweise macht die Klangmassage zu einer äußerst effektiven Methode, die von Fachkräften erfolgreich in Pädagogik, Heilkunde, Pflege und Therapie sowie Wellness und Kosmetik eingesetzt wird.*

Einmal pro Monat trifft sich eine kleine Gruppe zu Meditation und Klangreise. Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen.