

KLANGSCHALENMASSAGE NACH PETER HESS® – TIEFE ENTSPANNUNG IN SCHWINGUNG

Die Peter Hess®-Klangmassage ist eine ganzheitliche Methode, die Körper, Geist und Seele anspricht. Sie wurde in den 1980er-Jahren vom Diplom-Ingenieur und Pädagogen Peter Hess entwickelt – auf Basis jahrzehntelanger Forschungsreisen durch Nepal, Indien und Tibet, wo er die heilsame Wirkung von Klängen im traditionellen Kontext erlebte und systematisch weiterentwickelte.

Im Zentrum der Methode steht die Erfahrung, dass Klang Schwingung ist – und jeder Mensch ein Schwingungswesen. Durch sanft angeschlagene, speziell entwickelte Therapie-Klangschalen entsteht ein feines Vibrieren, das sich wellenartig über die Haut, das Gewebe, die Muskeln und tieferliegende Strukturen bis in die Zellen ausbreitet.

Die wohltuenden Töne und Vibrationen werden vom Körper unmittelbar aufgenommen – sie führen in einen Zustand tiefer Entspannung, der dem Alpha- oder sogar Theta-Gehirnwellenbereich entspricht. In dieser Tiefenentspannung können sich Blockaden lösen, die Selbstheilungskräfte aktivieren und der Geist zur Ruhe kommen.

Wie läuft eine Klangschalenmassage ab?

Bei einer Klangmassage liegst du bequem in Rücken- oder Bauchlage auf einer weichen Unterlage. Die Klangschalen werden gezielt auf und neben deinem bekleideten Körper platziert und sanft mit einem Filzklöppel angeschlagen. Dabei entsteht eine Klanglandschaft, die nicht nur hörbar, sondern auch spürbar ist. Die Behandlung erfolgt in einem sicheren, achtsamen Rahmen und ist vollkommen schmerzfrei. Jede Sitzung ist individuell – sie wird an deinen körperlichen Zustand, deine Bedürfnisse und dein energetisches Empfinden angepasst.

Wirkung der Klangschalenmassage

Die Peter Hess®-Methode ist wissenschaftlich begleitet und wird mittlerweile in vielen Bereichen eingesetzt – z. B. in der Gesundheitsprävention, in psychosozialen und therapeutischen Kontexten, in der Begleitung von Menschen mit Stress- oder Erschöpfungssymptomen sowie zur Tiefenentspannung in Wellness und Körperarbeit.

Typische Wirkungen:

- tiefe körperliche und mentale Entspannung
- Harmonisierung von Körper, Geist und Seele
- Förderung der Körperwahrnehmung
- Loslassen von innerer Anspannung und Stress
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Stärkung des Energieflusses

Für wen ist die Klangmassage geeignet?

Diese Methode ist grundsätzlich für alle Menschen geeignet, die sich nach innerer Ruhe, Zentrierung und neuer Kraft sehnen.

Besonders hilfreich ist sie bei:

- Stressbelastung, Nervosität, Unruhe
- Schlafstörungen oder innerer Unausgeglichenheit
- begleitend bei Lebensveränderungen oder Neuausrichtung
- einfach zur Pflege des eigenen Energiehaushalts und Wohlbefindens

Warum eine Klangmassage nach Peter Hess®?

Die speziell entwickelten Therapieklangschalen haben exakt abgestimmte Frequenzen, die auf den Körper besonders sanft, harmonisierend und zielgerichtet wirken. Sie werden in Handarbeit hergestellt und ermöglichen eine Behandlung, die sowohl energetisch als auch körperlich tiefgehend wirkt – ohne Überreizung, mit hoher Achtsamkeit.

Diese Methode ist ein Geschenk an dich selbst:

Ein Weg nach innen. Ein Raum der Stille. Eine tiefe Berührung – ohne Worte.