

## 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 Ein-Klang lebende Mensch ist demnach in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten.

Peter Hess hat die Klangmassage in jahrelanger Erfahrung und Praxis und begleitender Forschung entwickelt und angepasst an die Bedürfnisse der Menschen im Westen. Von sanfter Entspannung bis zum zielgerichteten Einsatz in Wellness, Gesundheitsprävention, Pädagogik, Beratung, Therapie sowie in Heil- und Heilfachberufen.



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

---

### *Kraftquelle Klang*

*„Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes und setzt schöpferische Energien frei.“*

Peter Hess

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 so einfacher losgelassen werden. Wir nehmen unseren Körper und unsere Bedürfnisse wieder bewusst wahr. Die oft kreisenden Gedanken kommen leichter zur Ruhe und unsere Seele erfährt Raum zur Entfaltung.

### **Die Peter Hess®-Klangmassage**

ist eine ganzheitliche Methode, die Körper, Seele und Geist anspricht und

#### **verfolgt Zielsetzungen wie:**

- bewirkt wohltuende Entspannung
- erleichtert das „Loslassen“ – körperlich wie mental
- trägt zur Harmonisierung, Regeneration und Vitalisierung bei
- stärkt die Selbstheilungskräfte
- unterstützt und verbessert die Körperwahrnehmung
- fördert die Aktivierung ungenutzter Ressourcen
- Selbstbewusstsein, Kreativität, Schaffenskraft und Motivation können sich entfalten

## Ablauf der Peter Hess®-Klangmassage

---

Nach einem Informationsgespräch werden obertonreiche Klangschalen auf den Körper der Klienten aufgesetzt und behutsam angeklungen. Die jeweils typischen Frequenzbereiche der einzelnen Schalen sprechen bestimmte Körperbereiche besonders gut an. Ziel der Klangmassage ist es, durch die harmonischen Klänge den Körper und Geist zu beruhigen. Die feinen Vibrationen, die von der klingenden und damit schwingenden Klangschale ausgehen, breiten sich nach und nach im Körper aus, um Gefühle von Sicherheit und Geborgenheit zu bewirken – ideale Voraussetzungen für Entspannung und Regeneration und zur Förderung der Gesundheit.



Ein abschließendes Gespräch gibt den Klienten die Möglichkeit, ihre Erfahrungen mitzuteilen. So werden wertvolle Erlebnisinhalte aus der Klangmassage bewusst und es können Ansatzpunkte für nachfolgende Sitzungen festgehalten werden.