



# Klangschalen Massage

## Zusammenfassung

Voller Klang, voller Vibration, voller Geheimnis – schlicht in der Anwendung, tief in der Wirkung. Über Klangschalen zu schreiben, ist wie ein wohlschmeckendes Essen in Worte fassen zu wollen... besser man geht hin und kostet es, erlebt es, nimmt es in sich auf.

Tauchen Sie ein in die Welt der obertonreichen Klänge und der schwingenden Vibrationen, lassen Sie sich die klanvollen Schalen behutsam auf ausgewählte Körperpartien legen... dann können die Klangschalen zu Ihnen sprechen, für Sie singen und Sie entführen... irgendwohin, nach Hause in Ihre eigene Mitte. Lassen Sie sich faszinieren und im Innern berühren und seien Sie überrascht, wie leicht sich Ihr Körper anschliessend anfühlt.

## Behandlungsablauf

In bequemer Alltagskleidung machen Sie es sich auf meiner Matte am Boden bequem. Ich beginne mit einer mittelgrossen Schale und führe sie klingend zu Ihren Füessen hin. So kommen sie langsam in Kontakt mit ihrem Klang und ihrer Vibration. Von den Fusssohlen steigen diese durch Ihren Körper auf.

Am besten konzentrieren Sie sich ganz auf die Wahrnehmung... wo kommen Klang und Schwingung gut voran, wo in Ihrem Körper bleiben diese stecken? Was klingt in Ihnen an? Dann schlage ich eine grössere Schale an und bringe diese vielleicht zu Ihrem Steissbein, vielleicht auch auf die Mitte Ihres Rückens. Von hier aus wird Ihr ganzer Körper sanft und zwanglos in der Tiefe durchklungen. Sie entspannen sich, lassen die Atmung gelöster werden und lauschen einer Symphonie aus tausend schlichten Tönen. Ich verändere nach und nach die Lage und Kombination der Schalen ohne dass ein Unterbruch entsteht. Einzig bevor Sie sich vom Rücken auf den Bauch drehen, entsteht ein Moment der Stille – die Pause zwischen der ersten und der zweiten Strophe.

Nach dem Ausklingen der letzten Schale lasse sich Sie eine Weile allein im Raum. So können Sie sich in Ihrem Tempo und auf Ihre Weise zurück in den Alltag begeben.

## Wirkung

Dass unterschiedliche Musik uns im Handumdrehen in verschiedene Stimmungen versetzen kann, wissen wir längst und sowohl Film- Werbe- und Verkaufsbranche nutzen diese Tatsache eifrig. Dass angemessene Vibration insbesondere Verspannungen löst, aber auch die Durchblutung anregt und ein "Wohlgefühl" bringt haben sich die Erfinder von mancherlei Massagegerätschaften zu Nutze gemacht. Und die Klangschalen? Sie klingen und vibrieren. Auf den Körper aufgelegt oder auch schon nur in dessen Nähe gebracht entfaltet sich ihre sanfte, tiefe Wirkung in harmonischer und intensiver Weise. Ganz erklären können wir es (hoffentlich) nie.

## Geschichte

Die Klangschalen stammen aus dem östlichen Kulturraum – Tibet, China, Japan, Nepal, Thailand. Ihre genaue, ursprüngliche Verwendung ist nicht geklärt. Waren sie Opferschalen oder Essgeschirr, Musikinstrument oder Utensil in religiösen und Heilzeremonien – oder all dies und noch mehr? Mit dem Wandel von Kultur und Religion, mit dem Einzug der Moderne verloren die Klangschalen in ihrem Ursprungsgebiet an Bedeutung. Ihre traditionelle Herstellungsweise geriet vielerorts in Vergessenheit, Glas- und Plastikgeschirr ersetzte die Metallschüsseln bei Tisch.

Seit ca. 25 Jahren erfreuen sich die Klangschalen im Westen steigender Popularität. Ihr nie wirklich preisgegebenes Geheimnis fasziniert. Zunehmend gelangen verschiedene Typen von Schalen auf einen wachsenden Markt. In Meditation, Musik und Körperbehandlung finden sie vielfältige Anwendung.