

Inhalt

Vorwort	4	Anwendung der Klangschalen	32
Geschichte und Rituale	6	Schwingung und Resonanz – Grundeigenschaften des Lebens	32
Die Welt ist Klang – der Mensch ist Klang	6	Wasser-Klang-Bilder von Alexander Lauterwasser	34
Alles strebt nach Harmonie	7	Was bei einer Klangmassage im Körper geschieht	36
Heilung durch Musik	8	Durch Klang zur Tiefenentspannung	38
Manipulation durch Klänge	10	Anwendungsbereiche von Klang- meditation und Klangmassage	41
Trance und Ekstase – Grundlage für Heilungsprozesse	12	Den eigenen »Klangkörper« wieder erfahren	43
Wissenswertes über Klangschalen	14	Affirmationen und Visionen	44
Ursprung der Klangschalen	14	Der Entspannung folgt die Neuordnung	45
Materialien, Formen, Größen und Gewichte	15	Körperliche Beschwerden	48
Neue Klangschalen – in traditioneller Weise gefertigt	18	Beispiele aus der Praxis	48
Was beim Kauf einer Klangschale zu beachten ist	24	Grundprinzipien jeder Behandlung mit Klangschalen	51
Reibeklöppel oder Schlägel	27	Arbeit mit der Universalschale	53
Bezugsquellen und Preise	28	Schulter- und Nacken- verspannungen lösen	54
Pflege der Klangschalen	29		

Kopfschmerzen lindern	58
Bluthochdruck senken	59
Verdauungsstörungen beheben	60
Unterleibsbeschwerden behandeln	61
Durchblutungsstörungen regulieren	61
Gelenkbeschwerden behandeln	63

Anwendung in der Partnerschaft	64
Sich gegenseitig unterstützen	64
Gegenseitiges Klanggeschenk	67
Klangmeditation für Partner oder Partnerin	68

Schwangerschaft und Geburt	70
Entspannte Schwangerschaft, entkrampfte Geburt	70
Entwicklung und Reifung	72

Anwendung bei Kindern	74
Klangschalen-Erfahrungen mit Kindern	74
Erfahrungs-, Lern- und Wahrnehmungsspiele mit Klangschalen	76
Klangschalen-Spiele	79
Klangmassage mit Kindern	80
Klang- und Fantasiereisen	81

<i>Peter Hess – Klangmassage</i>	82
Therapeut und Klient	82
Individueller Ablauf	83
<i>Peter Hess-Basis-Klangmassage</i>	84

Mit Klangschalen die Aura stärken	86
Die Aura – der schützende Pelz um uns	87
Harmonisierung der Aura durch Klang	89
Körperliche Beschwerden	92
Energiebahnen und Energiezentren	92
Kontaktadressen	94
Register	95
Über dieses Buch	96