



Gestresst? Die Kraft der Kristallklangscha- len lässt dich tief entspannen

Du bist total erschöpft und kannst dich trotzdem nicht entspannen? Eine Klangschaalen-Therapie könnte helfen.

Seit Jahrhunderten werden tibetische Klangschaalen zur Heilung und zur Meditation eingesetzt. Die Schwingungen setzen Energien frei, die heilsam auf unseren Körper wirken und Gehirn und Geist stimulieren. **Die harmonischen Klänge erleichtern die Tiefenentspannung, führen zu Ausgeglichenheit und stärken die innere Balance.** Bei Klangmassagen werden die Schalen direkt auf den Körper gesetzt, damit die Schwingungen uns tief erreichen können.

Mit einer ganz speziellen Art von Klangschaalen arbeitet Naturheiltherapeut Philipp Feichtinger: „Ich habe im Rahmen meiner vielen Fortbildungen die Kristallklangschaalen nach Ariane Piehl für mich entdeckt. Kristallklangschaalen sind aus verschiedenen Edelstein-Mischungen gefertigt und daher in ihrem Klang verschieden. Sie sind in den unterschiedlichsten Farben zu finden und zentrieren nach einer längeren Zeit unsere Aufmerksamkeit nur noch auf ihre Schwingung.“ Außerdem gibt es Regenbogen-Kristallklangschaalen, die wiederum eine ganze eigene Wirkungsweise entfalten.

„Klienten, die zu mir kommen und noch keine Erfahrungen mit dieser Art von Klangschaalen haben, berichten mir, wie sie nach einiger Zeit durch die lang anhaltenden Schwingungen ein „Getragen-Werden“ spüren können.“ Nach und nach kann sich eine tiefe Entspannung einstellen, die nicht selten im „Schlafzustand“ endet. „Spätestens dann weiß ich, dass mein Klient/meine Klientin vielleicht schon lange nicht mehr auf die Warnsignale seines/ihrer Körpers gehört hat.“ **Sogar Menschen mit chronischer Erschöpfung oder kurz vor dem Burnout können die (Regenbogen-)Kristallklangschaalen schon bei der ersten Sitzung in Entspannung bringen.** Auch Kinder oder Jugendliche, denen der Stempel ADHS aufgedrückt wurde,

können sich nach einigen Sitzungen entspannen. “Nicht wenige sind am Ende der Sitzung kaum mehr wach zu bekommen, da endlich der gesamte Druck und die schulische Last von ihnen abfallen durfte.”

Feichtinger erklärt die Wirkung so: “Im Körper ist alles Schwingung und jeder hat eine andere Schwingung, an welche sich die Klangschalen versuchen anzupassen und uns systematisch auch in ihren Rhythmus gleiten lassen. **Sie wirken genau da, wo wir ihre Schwingung brauchen.**”

Über den Autor



Philipp Feichtinger arbeitet als Naturheiltherapeut, Reiki-Lehrer, AMQ-Mentalcoach und -Mastertrainer, Kristallklangschalentherapeut, Seminarleiter für Autogenes Training, Hypnose-Practitioner im Therapiezentrum “XUND+FIT” in Raab, Österreich.

www.xund.fit