

Auszug „CuSpruch“ –
Mitarbeiterinnen-Magazin der Caritas Socialis
CS Pflege und Sozialzentrum Rennweg GmbH,
1030 Wien, Oberzellerg. 1

CS Hospiz Rennweg

Wie wirkt das eigentlich?

Klangschalenmassage im CS Hospiz

Schon seit über 5000 Jahren ist die heilende Wirkung von vibrierenden Klängen auf den Menschen bekannt und ein wichtiger Bestandteil der indischen Schulmedizin, dem Ayurveda.

Mit kunstvoll in Handarbeit hergestellten Schalen werden Klänge und Vibrationen erzeugt, und durch Aufstellen neben oder auf dem Körper auf jede einzelne Zelle des Menschen übertragen.

Die Wirkung der Klangmassage wird zum einen damit erklärt, dass der menschliche Körper überwiegend aus Wasser besteht, das durch die Schallwellen in Bewegung versetzt wird. Zum anderen stimulieren die Töne unser Hör- und Tastorgan.

Die Vibration wird wahrgenommen und wirkt wie eine innerliche Massage der Körperzellen. Verspannungen und Energieblockaden können so gelöst werden, die Hautdurchblutung wird gesteigert, Nervenenden werden stimuliert und die Tiefensensibilität angeregt.

Der Klang verändert die Gehirnströme und kann den Menschen in einen schlafähnlichen Trancezustand versetzen. Außerdem beeinflusst der Klang die Hormonproduktion unseres Körpers, Stresshormone werden vermindert und stimmungsaufhellende und schmerzstillende werden vermehrt produziert.

Klangschalenmassage bringt Entspannung und Wohlbefinden, stärkt die Selbstheilungskräfte und gibt der Kreativität und Schaffenskraft neue Impulse. Diese Wirkung hat vor allem für uns im Hospiz große Bedeutung, denn hier wird die Klangschalenmassage hauptsächlich zur allgemeinen Entspannung und damit einhergehender Schmerzlinderung angeboten. ■

Klangschalenmassage
bringt Entspannung
und Wohlbefinden und
stärkt die Selbstheilungs-
kräfte.

Im CS Hospiz wird die Klangschalenmassage hauptsächlich zur allgemeinen Entspannung und damit einhergehender Schmerzlinderung angeboten.