



## Klankschaalmassage bij Sound and Soul

### Achtergrond

Klankmassage met klankschalen is een eeuwenoud gebruik vanuit het oude Himalaya voor heling en genezing. In sommige geschriften uit Tibet en Nepal staat dat de mens is ontstaan vanuit trillingen en geluid. De klankschalen worden ook wel "zingende schalen" genoemd. Klankschalen worden op en of rondom het lichaam geplaatst en bewerkstelligen hun resultaat door middel van het geluid en de trillingen die ontstaan tijdens het bespelen of aanslaan van de schaal.

De klankschalen die ik gebruik voor mijn massages zijn van de hoogste kwaliteit, met de hand vervaardigd en zijn op therapeutische kwaliteit geselecteerd. Ze zijn gemaakt uit een speciale legering van zeven metalen door traditionele ambachtslieden, in Nepal en Tibet. De klankschalen zijn van verschillende afmetingen en gewicht en werken elk afzonderlijk op een bepaald deel van je lichaam. Ik heb gekozen voor de originele traditionele klankschalen, de klassieke schaal, omdat hier mijn eigen voorkeur naar uit gaat. Er zijn ook typen klankschalen bestaande uit andere metalen en vervaardigd op andere wijze. En, er zijn klankschalen van kristal.

De zeven metalen corresponderen met de zeven belangrijkste planeten. Deze zijn: Goud/Zon, Zilver/Maan, Koper/Venus, IJzer/Mars, Tin/Jupiter, Lood/Saturnus en Kwik/Mercurius.



### Wat gebeurt er tijdens een klankschaalmassage?

Het geluid (geluid is immers een trilling) beïnvloedt elke cel van het lichaam. Probeer jezelf als voorbeeld een rustig meertje voor te stellen waar een steen in geworpen wordt. Vanuit het punt waar het steentje het water raakt zal een cirkelvormige golfbeweging beginnen dat op zijn beurt het gehele meertje laat rimpelen. Water is een perfecte drager voor beweging. Wanneer klankschalen op of in de buurt van ons lichaam geplaatst worden zal het water in ons lichaam de geluidsgolven naar bijna elke lichaamscel transporteren.

Ons lichaam, net als onze planeet, bestaat voor ongeveer 70 procent uit water en dit is een perfecte informatiedrager. Dit is voordelig bij het werken met klankschalen die zijn geplaatst op en rondom het lichaam. De helende klanken zullen op een mooie manier je

lichaamscellen masseren en stromen van cel naar cel wat er voor zorgt dat je cellen weer in een stabiele staat terugkeren. bijna alsof je een donzen kussen voorzichtig opschudt.....



Onbalans in je lichaam kun je zien als een disharmonie van de trillingen van je cellen, weefsels en organen in het lichaam. Een verstoring van de energie. Een klankmassage heeft een vrijwel direct gunstig effect door de vibrerende cellen weer terug te brengen in hun harmonieuze staat.

De subtiele trillingen veroorzaakt door een klankschaal kunnen heel secuur gericht worden door de juiste schaal in de buurt van het gespannen deel van het lichaam te plaatsen of er op.

De schalen worden bespeeld met een speciale klopper die combineert met de schaal. De trilling die ontstaat helpt eerst met het losmaken van de stagnerende energie om het vervolgens te herschikken.

De geluidsenergie wordt geabsorbeerd door het lichaam, stroomt er doorheen en 'herinnert' de cellen aan hun oorspronkelijke structuur. Op deze manier heeft het een herstellend effect, brengt duidelijkheid, ontspanning en nieuwe energie.

Het masserende effect van geluidsgolven is zeer zacht en aangenaam en heeft een voor iedere schaal een eigen frequentie; een spier kan niet gespannen blijven met deze impulsen....net zoals bij veel mensen de oogleden ontspannen en zich sluiten.

Je ervaart een diepe innerlijke massage, gedragen door heerlijk voelende trillingen en klanken word je meegenomen op reis naar een innerlijke rust.

Aan het einde van een massage 'ontwaak' je door middel van een aangenaam geluid. Je voelt je anders, de wereld voelt anders. Je bent er weer.....met frisse energie.



## Waarom een klankschaalmassage?

Veel mensen zijn in onbalans en hebben veel last van lichamelijke pijnen zoals hoofdpijn en migraine, gewrichtspijn, spijsverteringsproblemen etc, en emotionele pijnen zoals een lage eigendunk, hyperactiviteit, fobieën, depressie, angsten en zorgen en niet te vergeten in de huidige maatschappij, stress....stress en nog meer stress...

Kortom, je zit niet goed in je vel....

Geluidsmassage is een zeer aangename manier om je goed te gaan voelen en weer lekker in je vel te gaan zitten. Klankschaalmassage kan je welzijn verhogen. Het is ook vooral een beleving op zich en kan omschreven worden als een soort reset-knop voor je lichaam en geest.

Soms is het 'waarom' een apart vraagstuk, beter te antwoorden met een simpele wedervraag.....waarom niet?

**Een klankmassage is een unieke ervaring die je ooit eens meegemaakt zou willen hebben.**



## Voor wie is de klankschaalmassage?

Bijna iedereen kan genieten van een klankschaalmassage.....ongeacht hoe je er uit ziet, welke kleur, welk geloof, welke denkwijze of geaardheid je hebt.....de klankschaal maakt totaal geen onderscheid, net zo min als ik.

Iedereen kan genieten van positieve vibraties voor het lichaam, geest en ziel ontstaan uit de Tibetaanse klankschalen.

Alleen om het feit al dat je tot hier mijn stukje hebt gelezen wil ik je graag uitnodigen om eens een massage te ondergaan, je nieuwsgierigheid zal worden beloond met een unieke ervaring.

Je kunt genieten van een enkele massage om eens lekker tot rust te komen als traktatie voor jezelf óf je kunt diverse opeenvolgende sessies doen waarbij we ons kunnen gaan richten op wat specifiekere blokkades.



## Moeten mijn kleren uit?

Nee.

Tijdens een klankschaalmassage blijven je kleren aan.

Je kan in principe de kleren aanhouden die je aanhebt, mits ze niet te glad zijn of knopen en/of ritsen hebben. Dit omdat er absoluut geen knopen of andere harde dingen tegen de schaal aan mogen komen ter verstoring van de sessie.

Het mooiste is als je wat lekker zittende kleding aan hebt of mee hebt. Een t-shirt en een lekker zittende (jogging)broek is meer dan prima.

Het enige wat je uit hoeft te doen zijn je schoenen omdat ik ook bij je voetzolen ga werken voor de massage. Dit is tevens ook een heel groot voordeel voor mensen die niet zo goed uit de kleren durven (en dat zijn er meer dan je zou denken) vanuit schaamte of verlegenheid maar ook voor mensen die vanwege hun geloof of overtuiging dat niet kunnen of mogen.



## Wat zijn de voordelen?

De rijke boven- en ondertonen nemen je mee naar een diepe plek in jezelf, zelden ervaren door de meeste mensen, waar dingen duidelijk kunnen worden en oplossingen gevonden kunnen worden voor lang gekoesterde problemen die plotseling als een beeld kunnen verschijnen.

Klankmassage kan een preventieve therapie zijn en heeft in uitzonderlijke gevallen laten zien dat er opmerkelijke verbeteringen en of veranderingen kunnen plaatsvinden in gevallen van fysieke en emotionele pijnen. Pijnen lijken weg te smelten en je kan de emotionele last van je af voelen vallen, je achterlatend met een gevoel van totale rust en lichtheid. Ook als je 'gewoon' gespannen bent en je lekker wilt beleven en ontspannen is en klankmassage een ideale uitkomst, je voelt je gewoon 'anders' als je de deur uitloopt na de massage en een lekker kopje thee.....heerlijk.

Je wordt niet een ander mens van de massage, maar je wordt gewoon een stukje meer.....JEZELF.



## **Welke effecten kan een klankschaalmassage hebben?**

- mentale helderheid
- ontspannen van geest, werken door het verleden en nieuwe paden ontdekken
- verlichting van mentale blokkades
- innerlijke gevoelens kunnen door klanken aan de oppervlakte komen en losgelaten worden
  
- verbeteringen van vitaliteit, energie en kracht om je te helpen in je dagelijkse leven
- loslaten van huidige of vroegere negatieve patronen zoals relaties en verslavingen
- loslaten van emotionele en mentale pijnen en blokkades
- verhoging van je zelfvertrouwen, je zelfbeeld, je creatieve potentieel en je productiviteit
- een betere nachtrust en de daarbij komende positieve gevolgen
  
- beter kunnen omgaan met stress
- beter inzicht in jezelf
- vrijmaken van gifstoffen en het loslaten daarvan
- een beter observatievermogen, gehoor en zicht
- verlichting van lichamelijke pijn
- ontspannen van de spieren en zenuwen met het domino-effect op andere delen van je lichaam
  
- verlichting van lichamelijke blokkades
- versterken van je immuunsysteem
- verbeteren van de energiestromen door het lichaam
- vermindering van pijn en kwalen
- zuivering van de lichamen
- zuivering van de chakra's en de nadi's
- spirituele ontwikkeling
- het beter in staat zijn om liefde te geven en te ontvangen
- meer jezelf durven en kunnen zijn

## **Waar zijn de klankschaalmassage's en wat kost het?**

Ik geef klankmassage's bij Het Anker in Monnickendam.

Adres: 't Prooyen 4A, 1141 VD Monnickendam

Telefoon: 06-2738 2269

## **Wat kost het?**

Een massage van een uur, inclusief voorgesprekje en nagesprek van eventuele ervaringen kost 45 Euro, een anderhalf uur kost 65 Euro. De massage is 100% individueel.

*•Ik ben gecertificeerd Soundhealer en heb mijn certificaat behaald bij Happenings Soundhealing o.l.v. Manôn Verleun•*

Klankschaalmassage kan herstel/genezingsprocessen bevorderen en de gezondheid versterken, maar mag niet worden gezien als een vervangende behandeling uit de reguliere gezondheidszorg.

Afgeraden wordt om een klankschaalmassage te ondergaan bij zwangerschap, pacemaker, trombose, epilepsie, psychose en of trauma.....om het lichaam heen werken kan echter altijd.

Ik hoop U snel eens te verwelkomen,

Jacqueline Anne de Visser - Sound & Soul

