

ABATON VIBRA Jahnstr. 40 70771 L-Echterdingen

## Presstext

Leinfelden-Echterdingen, den 20.01.2010

### Mit Klangmassagen Schmerzen lindern



**Eine Klangmassage entspannt sehr angenehm, kann Stress abbauen – und sogar Schmerzen lindern. Die obertonreichen Klänge lockern ganz sanft Muskelverspannungen, lösen Blockaden und Verhärtungen im Körper und bringen uns wieder in Balance.**

Es brennt, sticht, pocht – Schmerzen werden individuell ganz unterschiedlich wahrgenommen. Mindestens neun Millionen Menschen in Deutschland leiden an chronischen oder wiederkehrenden Schmerzen, schätzt die Deutsche Gesellschaft für Schmerztherapie. Ob Kopfschmerzen, Migräne, Knie- oder Rückenschmerzen: Oft sind bestimmte Bewegungen nicht mehr möglich, wenn Schmerzen lähmen – und an erholsamen Schlaf ist nicht zu denken. In den letzten Jahren hat sich immerhin die Erkenntnis durchgesetzt, dass Schmerzen kein unausweichliches Schicksal sind, das Menschen zu erdulden haben. Neben schulmedizinischen Therapien werden zunehmend auch alternative und ganzheitliche Ansätze verfolgt, wie zum Beispiel Akupunktur, Biofeedback, TENS, Hypnose und Entspannungstechniken.

Die **entspannende Wirkung einer Klangschale** kann solche Behandlungen wirksam unterstützen und begleiten. „Die Klangschalenmassage lässt uns in kürzester Zeit tief entspannen und löst behutsam Spannungen und Blockaden im Körper“, erklärt der Klangmassagelehrer Frank Plate.

Bei einer Klangschalenmassage werden mehrere Klangschalen auf den bekleideten Körper des liegenden Menschen gelegt und angeschlagen. „Beim Anspielen der Klangschalen entstehen feine Vibrationen. Diese Schwingungen übertragen sich auf unseren Körper, der ja zu einem Großteil aus Wasser besteht. So wird jede Körperzelle leicht berührt und sanft massiert,“ beschreibt Frank Plate die Wirkung der Klänge.



Natürlich kann man die Klangschalen auch auf den eigenen Körper setzen und dann anschlagen. Diese entspannende und schmerzlindernde Wirkung hilft erfahrungsgemäß bei Kopfschmerzen, Nacken- und Schulterverspannungen, aber auch bei Unterleibsverkrampfungen und in allen Phasen der Geburtsarbeit.

## Schalen gegen den Schmerz



Mit so genannten **Planetenschalen** stehen Klangmasseurinnen Schalen zur Verfügung, deren Wirkungsweise bekannt ist. Denn im Unterschied zu normalen Klangschalen sind bei den Planetenschalen die Frequenzen der Schale **genau ausgemessen**. Jede Klangschale schwingt unterschiedlich – hört sich anders an. Dabei hat man herausgefunden, dass ein bestimmter Ton in einer Planetenklangschale immer die gleiche Wirkung auf den Menschen hat. Jeder Ton beeinflusst also auch andere Bereiche in unserem Körper. „Die Mondschaale wirkt zum Beispiel sehr gut in der Lendenwirbelregion – und die Saturnschaale im Kniebereich“, erklärt Frank Plate, der seit 1993 die Massage mit Planetenschalen stetig weiterentwickelt.

„Wir haben auch sehr gute Erfahrungen mit dem Einsatz der Merkurschaale beim Lösen von Schulter- und Nackenverspannungen gemacht“, erzählt Sylvia Boschek, die zusammen mit ihrem Mann eine Praxis für Naturheilverfahren in Berlin-Dahlem hat. „Gerade dort, wo Verkrampfungen und Verhärtungen im Körper Blockaden geschaffen haben, wirken die tibetischen Klangschalen sehr effektiv. Denn die sanften, aber durchdringenden Vibrationen lockern ja ganz tief das verspannte Muskelgewebe,“ erklärt ihr Mann Lothar Boschek. Die beiden kombinieren dabei eine Klangmassage sehr gerne mit Reiki, einer Aroma- oder Fußreflexzonenmassage.

„Das besondere der Klangschalenmassage ist die sehr schnell eintretende Tiefenentspannung“, bestätigt auch Frank Plate. Diese Entspannung ist körperlich und geistig-seelisch spürbar: „Bei einer Klangmassage können wir innerlich richtig loslassen. Ruhe und Stabilität kehren zurück. Und wir erhalten die notwendige Energie, um genauer hinzuschauen, was uns bewegt oder blockiert.“

### 3.740 Zeichen inklusive Leerzeichen

Diese und weitere Fotos in unterschiedlichen Formaten und Pressematerial stellen wir gerne für Ihre Berichterstattung zur Verfügung.

**Abaton Vibra** bedeutet "Schwingungen des Allerheiligsten". Die schwäbische Firma gibt es bereits seit 1993. Begonnen hat der Firmengründer Frank Plate mit dem Handel von Tibetischen Klangschalen, was bis heute eine Spezialität des Esoterik-Großhandels ist. Gleichzeitig begann Frank Plate die Klangmassage mit Planetenschalen zu entwickeln. Sein Wissen darüber gibt er seit 1997 in Seminaren weiter.

Ausführliche Informationen, Hintergründe zu den Ursprüngen der Klangschalen, Tabellen der Planetentöne und ihrer Wirkungen und vieles mehr finden Sie auf der Webseite vom Frank Plate: <http://www.klangmassage.de>

*Buchtipps: Frank Plate, David Lindner, Zoran Prosic-Göttsche: Praxisbuch Klangmassage. Klangmassage mit Klangschalen. Schritt für Schritt erlernen und umsetzen, Traumzeitverlag 2004.*