

Kling-klang.....klangmassage. Hvad pokker er nu det?

Ja, lad mig indrømme det straks – det var ikke min egen idé at jeg skulle skrive om det emne. Anede faktisk dårligt hvad det var. Fik kun billeder på nethinden af et tv indslag jeg for nylig havde set, hvor en operasangerinde stod og sang ned i maveskindet på en tv værtinde. Var helt klar over, at hvis det var hvad jeg skulle afprøve, ville jeg omkomme af grin, fuldstændigt pinligt.

Længe leve Google, som kunne fortælle at det ikke var sangstemmer der skulle arbejdes ind i min krop, men derimod lyden fra metal skåle. Nok bygger de to metoder på samme princip, men jeg tror at jeg trods alt nok lettere ville kunne acceptere klangen fra en metalskål frem for en sangerinde. Måske er jeg nok sær....

Jeg aftaler en behandling hos Gitte Theil Pedersen som har klinik midt i Ballerup. Og glæder mig til at opleve hvad denne behandlingsform mon kan.

Klangmassagen har sit udspring i Tyskland, og er udviklet af Peter Hess, som egentlig er uddannet ingeniør og som har studeret pædagogik, psykologi og teknisk videnskab. Han har udviklet metoden i samarbejde med musikforsker Prof. Dr. Gert Wegner. Også på baggrund af erfaringer og research i Tibet og Nepal. **Anne og Philip Nees fra Nordlys Centret har indført metoden til Danmark.** Ved første øjekast ligner skålene syngeskåle. Men hvor syngeskåle sender lyden opad, sender klangskålene lyden nedad **i kroppen**. Lydens vibrationer skal således forplante sig i kroppen og dermed skabe frit flow i kroppen.

Lidt underligt ikke at skulle røres af hænder - som jeg er vant til fra massage. Det vil være et plus hos dem der ikke bryder sig så meget om at skulle forholde sig til fremmede hænder på deres krop. Der er også dem der helst ikke vil afklædes, det skal man ikke her.

Men hvad er det der sker?

Gitte har både en forklaring fra den vestlige verden og fra den østlige verden.

Den vestlige: Kroppen består af millioner af celler (blod, knogler, muskler, sener, bindevæv mv.) I alle celler er der vand, og de svømmer i vand. Ja, kroppen består jo af 60-70 % vand. Vandet sættes, af klangen fra metalskålene, i blide svingninger, hvorved man får en dyb og afspændende massage indeni. Vibrationerne går altså ind i kroppens celler og skaber balance i væskeerne.

Den østlige: Mennesket udspringer af lyd og er indeni en vibration eller klang.

Det fremmer de selvhelbredende kræfter og man bliver fuldstændigt afslappet.

Og jeg tænker, at andre behandlingsteorier egentlig også udgår fra tanken om at både fødevarer og levende væsner er og har svingninger.

Gitte Theil Pedersen arbejder meget med stressede mennesker som har brug for gennemgribende afspænding for krop og sjæl. Hvis der er myoser, spændinger kan vibrationerne på sigt opløse dem.

Jeg kan nemt forestille mig at hvis man er en meget stresset person med mange ting i hovedet, bolde i luften og mange tanker, er klangmassage intet mindre end genialt, for det er fuldstændig utænkeligt at sige så meget som ét eneste ord imens, som ellers nok sker på massagebriksen. Men her er der jo i forvejen blid lyd i rummet, lyd af klangskålene og det fylder rummet på den dejligste måde. Man sidder jo heller ikke og samtaler med sidemanden under en klassisk koncert, vel? **Klangmassagen giver den tomhed og ro i hovedet, som er så svær at få, når man er meget stresset.**

Min egen oplevelse.

Jeg føler mig i forvejen nogenlunde fri for spændinger, men for flere år siden havde jeg problemer med mit højre bækkenled. Altså der hvor korsben og bækken danner led. Jeg havde dengang smerter dybt i balden,

ned bag på benet og i foden. Men jeg mente da bestemt at det var fortid. Jeg havde kun mærket til det i forbindelse med en storby ferie hvor vi vandrede rundt i mange timer i flere dage. Så jeg havde fuldstændig glemt min skavank.

Men jeg fik her en reminder.

Til at begynde med ligger jeg med let tøj på, på maven på briksen under et tæppe. Gitte stiller én skål oppe ved hovedet og én nede ved fødderne. Så slår hun på dem begge og jeg ligger i en klangbue. Dejlig fornemmelse at være "lukket inde" i en blid og behagelig klang.

Bagefter stiller Gitte en skål på min højre fodsål og det er her jeg mærker at min gamle skavank ikke er forsvundet helt. Lyden, vibrationen simpelthen dør hurtigt, der er tydeligvis noget der blokerer. Jeg kan nemt mærke, at det er på grund af den gamle "låsningen" i bækkenleddet. Jeg er sikker på at hvis jeg fik klangmassage jævnligt ville spændingen blive opløst lidt efter lidt, på den blideste og mest behagelige måde. Under venstre fodsål klinger skålen længe og jeg mærker tydeligt at vibrationen går fint igennem.

Der bliver så stillet skåle af forskellig størrelse rundt omkring på ryggen, lænden, skulderbladene. Store skåle nederst og mindre oppe ved skuldrene. De slås an og klinger, jeg ligger og nyder i fulde drag.

På maven arbejdes ligeledes, her kommer hænder og arme også med og jeg er faktisk i himlen.

Til allersidst går Gitte rundt om briksen mens hun spiller på en *chanti*, som er et slags vindspil, lukket ind i et rør. En lyd jeg på forhånd har tilkendegivet at jeg virkelig godt kan lide. En helt speciel fornemmelse at være omsluttet af en vidunderlig lyd. Jeg ønsker at det vil vare længe endnu.....

Men alting har en ende og resten af min dag fortsætter som den plejer, med indkøb, børn, madlavning osv.

Jeg får dog endnu en gevinst. Den nat sov jeg så helt fantastisk godt, dybt og roligt. Vågnede næste morgen og følte mig mere udhvilet end nogensinde. Og det skal så lige tilføjes at jeg ikke plejer at sove dårligt eller at være træt om morgenen. Slet ikke. Men denne nat og morgen var alligevel endnu bedre end jeg kender. En virkelig dejlig gevinst.

En gang klangmassage koster 500 kr. jeg fik behandling hos Gitte Theil Pedersen, Centrumgaden 9, Ballerup.  
[www.gittetheil.dk](http://www.gittetheil.dk). Du kan finde klangterapeuter i hele Danmark på [www.team-nordlys.dk](http://www.team-nordlys.dk).