

Klangmassage

– et oplevelsesreferat

Af Sacha World



Vagn Rasmussen - som den venlige, muntre, interesse-rede og dygtige mand i orange tøj hedder - var med til vores foredrag med Jan Anders Sørensen. Irja og han snakkede sammen og aftalte at hun skulle prøve hans klangmassage. Irja spurgte så mig om jeg ville med og da jeg er vildt optaget af lydenes og musikkens indvirken på hele ens helbesepekt, sprang jeg straks til og er dem begge meget taknemmelige..

Vi havde så tre sessions. To hos Irja og en hos Vagn på hans fine sted i Østbirk.

Det foregår ved at man ligger på en briks med tøj på, under et tæppe og slapper af, omgivet af klangskålene i forskellige størrelser og med slaginstrumenter af forskellige slags til at slå på dem med.

Først ligger man på maven. Man får en skål på hver fods underside og der sættes an. Lyden går først til øret, men hurtigt forplanter opmærksomheden sig til fod og ben og den lettere snurrende fornemmelse som går op i benet. Det fortsætter med forskellige rytmer i et stykke tid og endelig får lyden lov at klinge helt ud, før Vagn tager dem væk igen og fod og ben føles "vækket".

Så sætter Vagn en større skål på lænden (solar plexus og korsbenet). Det føles godt med tyngden, for så slipper man

Irja og jeg har haft tre spændende sessions hos en dejlig mand i Østbirk, der foruden at være deltidslandmand med køer og grise, også er massør og behandler med triggerpunkter, og nu også er ved at uddanne sig til klangmassør.

lettere spændingerne som godt kan sidde dybt i lændeområdet. Klangen her er dybere og igen går slagene i forskellige rytmer og med forskellige intervaller. Jeg holder meget af den dybe lyd, det er helt klart dér min livsrytme og klang hører hjemme, så det er bare ahhh, når lydene forplanter sig i en slags ringform, som når en sten smides i vandet og vi kan se ringene, men her er det lydbølger som mærkes og høres. Det er virkelig dejligt og tillader man sig at modtage det med fuld åbenhed er det vederkvægende.

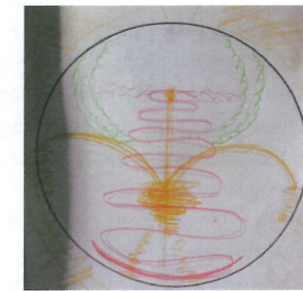


Efter en rum tid på lænden og tid til at det sidste anslag for lov at klinge helt ud, går turen til et sted mellem skulderbladene eller lige under. Igen en lidt mindre skål, men det føles også pragtfuldt, hele brystkassen vibrerer og udvider sig i takt med lydbølgernes udvidende flow og ryggraden 'falder på plads'. Så sættes der små skåle på hænderne, som bliver placeret på hver sin stol. Sjovt at følge vibrationer op i armene og hele ekstremiteten.

Så vender man sig. Der kommer en stor skål på maven, fra navlen ca. og ned til skambenet. Det er vidunderligt at mærke hele sin egen 'skål' komme i svingninger, en dyb afslappende og jordforbunden følelse af centrering og sammenhæng, med et centrum, og derfra ud i hele kroppen og videre udenfor kroppen også, en bølgende, vibrerende bevægelse fra centrum i en selv og ud - skønt! Og så den dybe tone, som jeg elsker, simpelthen. Vagns slag på skålen og tiden der er afpasset efter klangens vandring lader os ane at Vagn har et stort, sansende og meget fint lyttende øre og en veludviklet intuition.

En passant kan det lige nævnes, at han har fået en fuldstændig låst skulder klikket åben med klangmassagen, så han kan noget med sit øre og sine hænder og sin viden.

Så lægges der en skål på brystet og hjertets område kommer i svingninger og det er jo godt for så mange ting og selv hovedet når at få lydbølgerne ind over. Til sidst små skåle på hænderne igen. Tiden ophører og man døser i en tilstand af afslappelse, forbløffelse og undren over at der



via skålenes syngen kan skabes sådan en tilstand af varm, vibrerende og bølgende lydeffekt i ens krop og sind.

Det var en stor oplevelse alle tre gange, men mere og mere.

Efterfølgende får man en cirkel på et stykke A4 papir, en slags mandala, som man skal farvelægge efter ens lyst lige her og nu. Jeg fik så lavet tre, den ene lidt krøllet, da den blev udsat for regnvej på vej hjem, men så kan i se hvor beslægtede, men alligevel forskellige oplevelser det var.

Hvis i vil vide mere om klangmassage, så google ordet og i kan læse om den mere end 5000 år gamle indiske klangskåleterapi. Oprindeligt blev klangskålene lavet i Tibet. Det er særlige legeringer der bruges. Lydene skal indad og ikke ud i rummet som visse klangskåle støbes til.

Her lidt om noget af det, med hjælp fra Irja: Lydbølgerne slår spændingsmolekylerne i kroppen an, så den stagnerede energi i feltet ændrer sig til en pulserende livsenergi, hvorefter den frit kan bevæge sig og strømme af sted igen. Cellerne bliver nu i stand til at regenerere og arbejde sundt som de oprindeligt er blevet indkodet med det formål at optage og lagre næring og udskille affaldsstoffer i et både ubesværet og naturligt virke. Angående lydbølger, så dannes høresansen i fostrets 15. uge og lydbølger er det sidste vi kan registrere inden vi dør.

Med de mest klingende hilsener fra
Sacha