

Peter Hess Äänimaljahieronta

Syvärentoutumismetodi perustuen ääneen resonanssiin

Äänimaljahieronta on äänimaljoista syntyvien äänten ja äänien resonanssiin perustuva syvärentoutumismetodi, jonka voit tuntea vaikuttavan eheyttävästi sekä kehoon että mieleen. Maljoja voidaan soittaa sekä kehon päällä että kehon vieressä. Kehossamme oleva vesi kuljettaa äänen värähtelyn syvälle lihaksiin ja aina solutasolle asti mahdollistaen syvän rentoutumisen tilan. Metodi voi vaikuttaa jopa alueilla minne klassisella hieronnalla ei päästä. Äänien ja niiden värähtelyn vaikutus tunnetaan rentouttavana, virkistävänä ja tasapainottavana. Ne palauttavat ehtyneet voimavarat.

Kehon eri alueet resonoivat äänien kanssa eri taajuuksilla. Kehon erilaiset resonointitaajuudet on huolella huomioitu äänimaljojen valmistuksessa; erilaiset maljat on valmistettu tietyille kehon alueille. Tämä mahdollistaa kokonaisvaltaisen harmonisen tilan rentoutumisen aikana.

Kokonaisuus räätälöidään aina asiakkaan toiveiden ja tilanteen mukaan. Äänimaljahieronta tapahtuu hoitopöydällä normaalissa vaatetuksessa, tarvittaessa käytetään lisäksi huopaa. Äänimaljahieronnan syvärentoutumismetodi sopii lähes kaikille. Yhden tapaamisen kesto on noin tunti sisältäen alku- ja loppukeskustelun. Metodin rentouttava vaikutus sopii erinomaisesti hyvinvoinnin ja terveyden ylläpitämiseen.



Peter Hess äänimaljahieronnan syvärentoutumismetodin kehittäjänä

Saksalaisella Peter Hess instituutilla on pitkäaikainen kokemus äänihoitajien koulutuksesta. Ensimmäiset äänimaljahieronnan harjoittajat valmistuivat Saksassa vuonna 1985.

Instituutti tekee jatkuvasti tutkimustyötä äänen vaikutuksesta yhteistyössä neurologian, pedagogiikan, psykologian sekä muiden tieteen alojen erityisosaajien kanssa. Tutkimuksien tuloksia käytetään hyväksi koulutuksen kehittämässä ja sen aihealueiden laajentamisessa. Äänimaljahieronnan ammattilaisia koulutetaan ympäri maailman. Suomessa koulutus on alkanut syksyllä 2010.

Äänimaljahieronnan ajatus perustuu yli 5000 vuotta vanhaan Veda-menetelmään. Peter Hess tutki äänellä hoitavaa vaikutusta Tiibetissä ja Nepalissa ja sovelsi sen läntiseen kulttuuriin. Peter Hess - metodi ei liity mihinkään uskontoon tai filosofiaan, vaan sen kokonaisvaltaiset hyödyt ovat kaikkien ihmisten ulottuvilla - maailmankatsomuksesta tai iästä riippumatta.

“Äänimaljan sointu koskettaa syvintä olemustamme saaden sielumme hellästi värähtelemään. Ääni rentouttaa ja purkaa kehon ja mielen jännitystilat vapauttaen voimavaramme ja vahvistaen kykyämme parantua” - Peter Hess -

Äänimaljahieronta hinnasto: 60 min 65€ / 3x yhteensä 180€

Info ja ajanvaraus: jutta.niala@joogaolemus.fi / 040 511 2066 / Kuvat: Peter Hess Institute

