

Von Klängen getragen

Gong und Klangschalen – nein, es war kein kopflastiges Thema angesagt vergangene Woche, als sich die Club-Frauen von den Business and Professional Women (BPW) Davos/Klosters im Shima-Zentrum zu ihrem monatlichen Treffen einfanden. Die Frauen kamen zahlreich und liessen sich von Club-Mitglied Ruth Mazenauer in eine Welt aus Klang und Schwingung entführen.

e | Jedes Mitglied des BPW Davos/Klosters hat einmal die Möglichkeit, sich an einem der monatlichen Zusammenkünfte in einem Referat vorzustellen. Diese Gelegenheit bot sich Ruth Mazenauer vergangene Woche, als sich die Frauen im Shima-Zentrum Davos einfanden. Ruth Mazenauer ist Mutter von zwei erwachsenen Kindern und seit zweieinhalb Jahren Mitglied des BPW. Sie arbeitet heute als Therapeutin für Klang- und Fussreflexzonenmassage und leitet Seminare zur Ausbildung von angehenden Klangmassage-Therapeuten in Zürich und Schöftland. Zuvor unterstützte sie während vieler Jahre ihren Mann in seiner Zahnarztpraxis.

Klarheit und Präsenz geschehen lassen

Die Frauen des BPW Davos/Klosters und deren Präsidentin, Ursula Schmid, liessen sich an diesem warmen Sommerabend gerne von ihrem Club-Mitglied in eine Welt aus Klang und allerfeinsten Schwingungen entführen. Ruth Mazenauer eröffnete ihr Referat mit einer Klangmeditation. Ihre Erklärung dazu: «Klänge bringen den Menschen zurück ins Hier und Jetzt, der Blick wird nach innen gerichtet, auf dass wieder Klarheit und Präsenz entsteht.» Die Frauen machten unterschiedliche Erfahrungen während der Klangmeditation, die sie später auch angeregt austauschten. Der lichtdurchflutete Seminarraum im Shima-Zentrum bot dazu die ideale räumliche Atmosphäre.

Helle Töne beleben, dunkle erden

Ruth Mazenauer hat sich gänzlich der Peter-Hess-Klangmassage verschrieben. Der deutsche Ingenieur für physikalische Technik entwickelte in den 1980er-Jahren die Klangmassage, die auf dem alten Wissen über den Klang, festgehalten in den Vedischen

Schriften der Hindus, basiert. In diesen Schriften wird die Klangmassage als «Nada Yoga» bezeichnet. Zusammen mit Therapeuten, Psychologen und Ärzten hat Peter Hess die Klangmassage auf die Bedürfnisse der Menschen im Westen angepasst. Eine Klangmassage findet am bekleideten Körper statt, die einzelnen Schalen werden direkt auf den Körper gestellt und dann – je nach Bedürfnis und Thema des einzelnen Menschen – vom Therapeuten intuitiv angeschlagen. «Die Schalen haben unterschiedliche Töne, einige klingen hell, andere eher dunkel. Tief klingende Schalen beruhigen und erden, hell ertönende Schalen regen an, machen den Geist lebendig, wirken belebend», führte Mazenauer aus.

Der Normalzustand ist Harmonie

Die Arbeit von Ruth Mazenauer hat zum Ziel, den Körper zu harmonisieren, was nichts anderem als dem Normalzustand entspricht. Jede Krankheit, jedes Unwohlsein ist Ausdruck von einer Disharmonie oder wie es die Therapeutin ausdrückte: «Schmerz ist der Ruf nach Aufmerksamkeit.» Die entspannende Wirkung einer Klangmassage hilft, Blockaden oder «alten Ballast» loszulassen. «Ich setze bei meiner Arbeit den Fokus auf das Gesunde», fasste Mazenauer die Essenz ihrer Arbeit zusammen. Kann sich der Körper an seinen ursprünglichen Zustand zurückerinnern, kehrt wieder Harmonie ein. Die Auswirkung der Peter-Hess-Klangmassage könne verglichen werden mit einem Stein, den man in einen See wirft. Zunächst geschehe ein Ungleichgewicht, eine Störung. Daraufhin bil-



Referierte über die Klangmassage-Therapie für die BPW Davos/Klosters: Ruth Mazenauer. Foto zVg

deten sich konzentrische Kreise, bis die Oberfläche des Sees wieder als glatt – als harmonisch – erscheint.

«Ruf der Seele»

Derselbe Vorgang passiert im Körper eines Menschen. «Meine Arbeit macht mich glücklich», sagte Ruth Mazenauer. «Ich habe dem Ruf meiner Seele nachgegeben und fand so zu dem, was ich heute tue.» Man sieht es ihr an, dass ihre Arbeit in der Begegnung mit Menschen, von der werdenden Mutter bis hin zum Sterbenden, erfüllend und bereichernd ist. Aus der Shima-Küche gab es anschliessend leichte Kost am Buffet, ganz in Sinne des Vortrags.