

Accenno storico sul sviluppo del Massaggio Sonoro

Peter Hess sviluppò il massaggio sonoro dal 1984. In India, Nepal e nel Tibet conobbe le campane sonore ed immaginò che esse potessero essere un mezzo ideale per sperimentare l'effetto benefico che hanno i suoni per l'essere umano. L'idea trovò presto la sua realizzazione e i risultati positivi condussero a sviluppare velocemente il suo metodo.

Cos'è il Massaggio Sonoro?

Durante il massaggio sonoro le campane sonore vengono posizionate e nelle vicinanze sul corpo vestito, i suoni delicati ed armonici vengono percepite dalla persona attraverso l'udito ed il corpo e portano velocemente ad un rilassamento profondo. Le vibrazioni ritmiche della campana producono delle piccole vibrazioni che vengono spesso descritte come una specie di "massaggio".

Durante il massaggio sonoro si crea un'atmosfera di protezione e sicurezza, nella quale diventa possibile lasciarsi andare eliminando stress, paure, preoccupazioni, dubbi e tutti i sentimenti che influenzano in modo negativo la nostra salute. In questa atmosfera benefica, i pensieri possono calmarsi e la nostra anima trova lo spazio per espandersi. Questo sono prerogative per uno stato di salute in senso olistico e sono la base per una vita gioiosa, creativa ed autodeterminata.

Peter Hess® - Metodi Sonori

Sotto il termine Peter Hess®-Metodi Sonori sono raggruppati il Peter Hess®-Massaggio Sonoro e tutti i metodi che si sono sviluppati da esso. Questi metodi rappresentano l'uso specializzato del Massaggio Sonoro nei vari ambiti lavorativi.

I Peter Hess®-Metodi Sonori promuovono sempre la parte sana della persona.

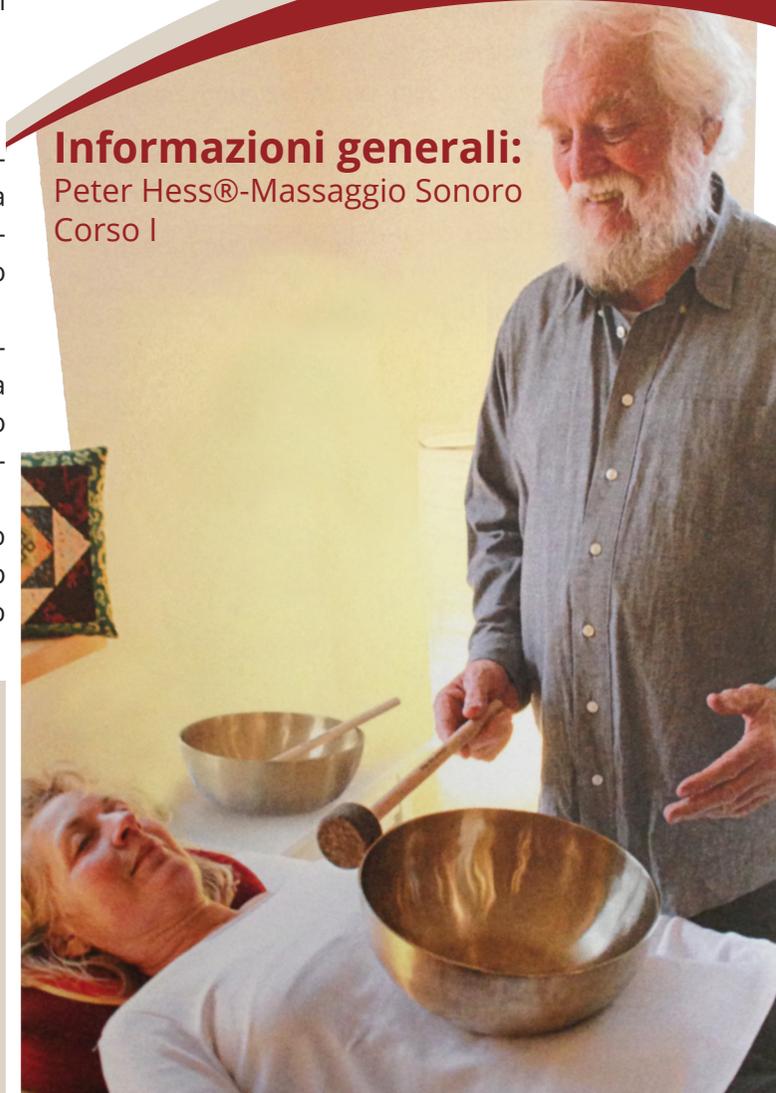
I metodi sono fortemente orientati su risorse e soluzioni e portano sempre l'attenzione verso tutta la persona intera, le sue capacità e il suo sapere - anche se in alcune situazioni della vita le proprie risorse non sembrano d'essere accessibili.

La durata, l'intensità e lo svolgimento della seduta sonora si decidono sempre in comune accordo col cliente, a seconda delle sue necessità - il cliente stesso sa, (nel suo intimo) meglio di tutti, di che cosa ha bisogno (vedi l'immagine dell'uomo nella psicologia umanistica).

Si tratta meno di agire intenzionalmente, ma soprattutto il cliente va accompagnato in modo amorevole e attento sul percorso individuale dello sviluppo, della crescita o del recupero personale.

PETER HESS® Metodi Sonori

Informazioni generali:
Peter Hess®-Massaggio Sonoro
Corso I



www.risonanzesonore.it

**Risonanze Sonore
di Rosita Santi**

Piazza San Marco, 7
50121 Firenze
www.risonanzesonore.it
Tel. +39 335 61 87 978
info@risonanzesonore.it



Seguici su
Facebook
« metti "Mi Piace" alla nostra pagina »



**PETER HESS®
INSTITUT**

Peter Hess®-Massaggio Sonoro Corso I - Rafforzare il proprio centro

Entrata nel mondo professionale dei suoni Peter Hess pioniere, sviluppatore del metodo e leader sul mercato.

Perché il Peter Hess®-Massaggio Sonoro è così prezioso?

Il Peter Hess®-Massaggio Sonoro è un traguardo culminante del rilassamento ed è il percorso fondamentale verso la diversità dei metodi sonori!

La quotidianità richiede molto da noi. A questo carico dobbiamo resistere e in più prenderci ben cura di noi stessi. Situazioni critiche che ci possono sbilanciare, necessitano di cambiamenti, così che potremmo raggiungere di nuovo l'equilibrio.

Così i nostri metodi sonori sono allineati per poter fare qualcosa di benefico per se stessi, il partner, la famiglia e gli amici, ma vedere i metodi sonori anche nel contesto professionale. Svilupparsi sul proprio campo lavorativo per offrire ai nostri clienti la possibilità di raggiungere l'obiettivo insieme a noi.

Così il Peter Hess®-Massaggio Sonoro è un'offerta ideale per persone che cercano del rilassamento nella quotidianità, che vogliono ridurre o prevenire lo stress, che si augurano equilibrio e stabilità interiore.



*Con i suoni intraprendere un viaggio
verso le proprie profondità e possibilità!*

La possibilità di (ri-)percepire il proprio corpo, la (nuova) attenzione verso se stessi è un regalo a noi. Percepire, forse dopo tanto tempo, come il corpo si rilassa, percepire il proprio flusso respiratorio che trasporta l'energia vitale è un'esperienza profonda. Così questo corso serve anche alla propria rigenerazione e contribuisce al mantenimento della salute e a prevenire dallo stress e dal Burn-out. Dunque questo corso si dedica in prima linea a fare conoscenza e al sperimentare il metodo, dando stimoli concreti per poter utilizzare le campane sonore ed il massaggio sonoro in modo efficace.

Questo corso offre anche un meraviglioso relax per se stessi. Il fine settimana lo percepirà come un fine settimana dedicato al benessere (Wellness-Weekend) e lo ricorderà con piacere.

Qui spesso i partecipanti trovano l'ispirazione e la motivazione per intraprendere la propria strada che stavano cercando e che vogliono fare.



Per informazioni & Prenotazioni corsi:

Rosita Santi: 335 61 87 978 - info@risonanzesonore.it

Peter Hess®-Massaggio Sonoro Corso I - Rafforzare il proprio centro



L'obiettivo di questo corso è d'apprendere il Peter Hess®-Massaggio Sonoro come metodo olistico. Attraverso differenti esercizi sperimenta l'effetto dei suoni. Darà e riceverà un massaggio sonoro per

- la schiena
- i piedi
- le mani
- tutto il corpo

Sperimenterà il Massaggio Sonoro di Base, riceverà le prime nozioni sull'uso e durante il corso darà anche il primo suo massaggio sonoro.

Dopo il corso sarà già in grado di eseguire questo massaggio sonoro in modo sicuro e potrà darlo a casa ad un familiare oppure ad un amico come 'cliente prova'.

Contenuti del corso I sono:

- Esercizi giocosi con il suono per instaurare un primo contatto con il cliente
- Storia dello sviluppo del Massaggio Sonoro
- Sperimentare l'effetto dei suoni delle campane sonore su tutto il corpo
- Caratteristiche delle diverse campane sonore e i appositi percussori (mallets) in uso per il Massaggio Sonoro di Base (set di 3 campane sonore) - Il corretto utilizzo del percussore (mallet)
- Dimostrazione del Massaggio Sonoro di Base
- Esecuzione guidata del Massaggio Sonoro di Base in gruppi di 2 persone
- Esecuzione del Massaggio Sonoro di Base in modo autonomo
- Meditazione di rilassamento e di integrazione dei contenuti appresi
- Imparare a adattare il Massaggio Sonoro di Base alle esigenze del cliente
- Scambio dell'esperienza e riflessioni
- Campi d'applicazione e limitazioni