

PHA Brasilien unterstützt Olympioniken bei den Olympischen Spielen in Rio 2016

von Regina Santos, Daniel Mas und Daniel Willmer

Übersetzt von U. Dannemann und Astrid Pudszuhn

Die Academia Peter Hess® Brasilien ist stolz darüber zu berichten, dass sie das Privileg hatte, an den Olympischen Spielen 2016 in Rio de Janeiro mitwirken zu dürfen.

Regina Santos, Daniel Mas und Daniel Willmer bildeten das Team, das in einem wunderschönen Haus, in einem komfortablen und gemütlichen Ambiente, zwölf Tage lang 260 Personen eine jeweils 20-minütige Klangmeditation anbot. Das Projekt wurde von einer großen internationalen Firma gesponsert, die nicht genannt werden möchte. Für uns von der PHA Brasilien war das ein großes Geschenk und eine einmalige Gelegenheit, an einem Event dieser Größenordnung teilnehmen zu können und somit nicht nur in Brasilien, sondern auch in Ländern der ganzen Welt die Peter Hess® Akademien bekannt machen bzw. vertreten zu dürfen.

Wir haben unser Bestes gegeben und diese besondere Aufgabe mit all unserer Hingabe, Fürsorge und Liebe erfüllt. Die Klänge der Peter Hess®-Therapieklingschalen, Gongs und weiterer Instrumente luden das Publikum – bestehend aus etwa 230 Athleten und Trainern unterschiedlichster Herkunftsländer – zur Tiefenentspannung ein. Durch Mund-zu-Mund-Propaganda sprach sich unser Angebot schnell unter den Gästen herum, und viele wollten daran teilnehmen. Leider waren nicht genug Plätze für

alle Interessenten vorhanden, doch diejenigen, die die Gelegenheit hatten, das Angebot zu nutzen, waren von der Erfahrung begeistert. Mit Ausnahme von vier Teilnehmern war die Klangmeditation für die Mehrheit eine neue Erfahrung. Es war eine Freude zu beobachten, wie sich die Sportler der Entspannung hingaben. Ihr Ausdruck, ihre Haltung und ihre Umgangsart veränderten sich völlig nach der Klangerfahrung. Alle waren begeistert und wollten gern noch in der Entspannung verweilen. Der große Erfolg hat nicht nur all unsere Erwartungen bei Weitem übertroffen, sondern auch die der Organisatoren und Sponsoren!

Wir konnten spüren, welch extremem Stress all diese Sportler ausgesetzt waren. Sie waren immer bis zum Maximum gefordert, um sich selbst zu übertreffen. Wir konnten erahnen, was sie in diesen Tagen durchmachen und leisten mussten, um ihre Ziele zu erreichen: der Druck, die Anforderungen, die Anspannung, das stundenlange Training, Erwartungen und auch Illusionen ... Die Klangmeditation war für sie ein willkommener Gegenpol dazu. Einheitlich wurde uns rückgemeldet, dass sie genau dies brauchten, ein Angebot, das ihnen ermöglichte, den Geist zur Ruhe zu bringen, den Körper tief zu entspannen und so in ein geistiges Gleichgewicht und in Harmonie zu finden. Nach der Klangmeditation fühlten sie sich leichter und ruhiger, aber zugleich auch gestärkt.

An zwölf Tagen besuchten 260 Personen die täglich angebotenen Klangmeditationen.



Unser Fokus war es, ihre Aufmerksamkeit, Zielstrebigkeit und Konzentration zu verbessern und darüber hinaus das Selbstvertrauen zu stärken – in diesem so wichtigen Moment im Leben der Athleten.

Einige kannten die Methode schon aus ihren Heimatländern, wie die Niederlande, Österreich, Ungarn und Deutschland. Diejenigen, welche die Methode nicht kannten, waren erfreut zu erfahren, dass es auch in ihren Heimatländern Klangtherapeuten gibt, und sie äußerten sofort, dass sie Klangtherapeuten aufsuchen würden, wenn sie wieder zu Hause wären, um diese Erfahrung zu wiederholen.

Unter unseren Gästen waren auch einige bekannte Sportler – auch Medaillenträger. Zwei Medaillengewinner hatten kurz vor ihren Wettkämpfen an der Klangmeditation teilgenommen. Es war ihnen wichtig, sich danach bei uns zu bedanken und uns zu versichern, dass der Unterschied in ihren Leistungen von der Klangarbeit beeinflusst war und dass sie die Erfahrungen wiederholen wollten. Das hat uns natürlich unglaublich gefreut!

Auch andere Gäste gaben uns solch positive Rückmeldungen:

- *Unglaublich! Fantastisch!*
- *Wundervolle Erfahrung!*
- *Die beste Erfahrung meines Lebens!*
- *Ich habe noch nie so etwas vorher erlebt!*
- *Sehr entspannend ...*
- *Ich liebe es!*
- *Muss ich aufstehen?*
- *Ich will nicht aufwachen ...*
- *Kann ich den ganzen Tag oder für immer hierbleiben?*
- *Sie müssen mit mir nach Hause gehen und in meinem Zimmer bleiben!*
- *Ich brauche das jeden Tag!*
- *Sie sollten im Olympiadorf sein!*

Es war uns eine Ehre, die Sportler unterstützen zu dürfen. Wir konnten in diesen Tagen so unglaublich viele Eindrücke sammeln, aber am meisten erinnern wir uns an:

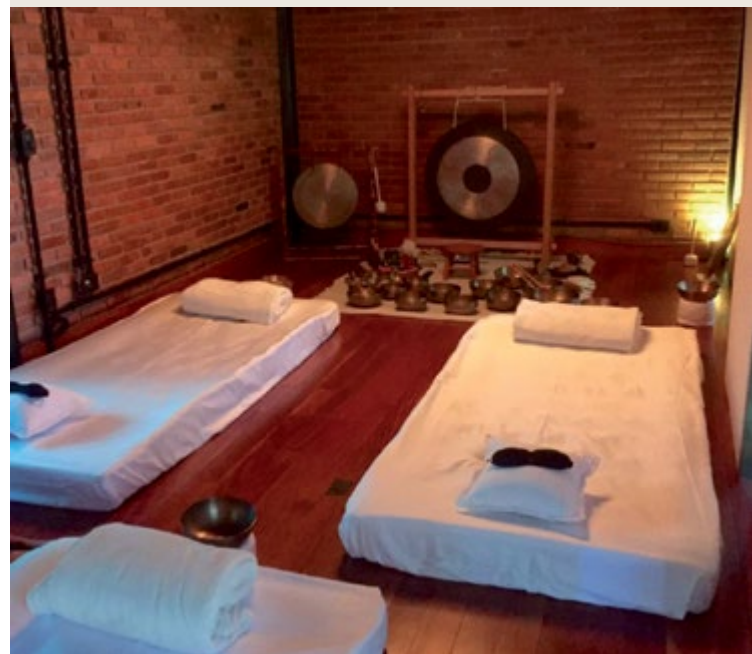
- den großen ukrainischen Sportler, der entspannte, tief einschlief und schnarchte;
- die vielen Athleten, die nicht einmal mit den höheren Klängen aufwachten;
- die Amerikanerin, die sehr skeptisch aussah, als sie den Raum betrat und die Begrüßungsklänge an ihrem Rücken in der Gesundheitsaura erhielt; ihr staunender und lächelnder Gesichtsausdruck am Ende der Sitzung;
- die großen und starken amerikanischen Sportler, die alle voller Disposition und Energie ankamen und kaum von den Futons aufstanden;



Willkommene Entspannung während der Wettkämpfe.



Das Team der PHA Brasilien war stolz, die Olympioniken und Mitarbeiter durch die Klänge unterstützen zu dürfen.





Glückliche Medaillengewinner: die brasilianischen Athleten Rosane Budag und Filipe Wu.

- die Nigerianer, die sprachlos und dankbar unsere Hand schüttelten, mit einem ungläubigen Ausdruck im Gesicht aufgrund dessen, was sie gerade erfahren hatten. Sie empfahlen die Klangmeditation ihren zwei Kollegen, welche unser Klangangebot bewundernd gefilmt hatten. Die Sitzung durfte nur ganze zehn Minuten dauern, weil die Trainerin schon draußen wartete. Dennoch wollten sie die Klänge nicht versäumen;
- die Dankbarkeit vieler Athleten, dass sie so viel gute Energie erhalten hatten;
- den Ausdruck der Dankbarkeit und Zuneigung des brasilianischen Siegers im Sportschießen (Silbermedaille) und seiner Frau; als sie für eine neue Sitzung zurückkamen, berichteten sie, dass sie bereits über die Vorteile der Peter Hess®-Klangmassage geforscht hatten (sie waren begeistert und wollten sofort Klangschalen kaufen!);
- die wunderbaren Gesichtsausdrücke der portugiesischen und brasilianischen Sportlerinnen, als ob sie ein besonderes Geschenk erhalten hätten;
- die Schwierigkeit zu entspannen eines Mitglieds des IOC; nur ganz am Ende konnte er sich hingeben. Als er aufwachte, war er sehr beeindruckt;
- ein anderes IOC-Mitglied, das uns mit seiner Familie besuchte, aber an der Sitzung nicht teilnehmen konnte. Er war sehr interessiert, unsere Arbeit kennenzulernen und stellte viele Fragen;
- einen Amerikaner, der gerade in Rio angekommen war, müde aber so unruhig, dass er nicht entspannen konnte;
- den Vertreter des Sponsorunternehmens, der so tief entspannte und schnarchte, dass es gute fünf Minuten dauerte, bis er aufwachte;
- den Brasilianer, der an der Klangmeditation teilnahm, nachdem er an einem Wettkampf teilgenommen und die erwartete Medaille verloren hatte; er schaffte es nicht zu entspannen; am Ende erzählte er uns, dass die Bilder von dem Wettkampf immer wieder in seinem Kopf abliefen; er konnte die Fehler, die er gemacht hatte, erkennen;
- den Steuermann der niederländischen Ruder-Mannschaft, Goldmedaillengewinner, der kam, um uns nach dem Sieg zu danken, und er brachte sein Team mit, um an einer Sitzung teilzunehmen;
- die drei Mitarbeiter des Fernsehsenders NBC, die sehr neugierig und skeptisch in den Raum traten und am Ende interessiert viele Fragen gestellt haben;
- den indirekten Nutzen im Leben der Menschen, die in den Raum der Klangmeditation kamen;
- den Ausdruck der Dankbarkeit der an dem Ereignis beteiligten Personen; sie alle berichteten, dass sich das Angebot der Klangmeditation als der große Unterschied des Projektes erwies und ganz besonders zum Erfolg dieses Hauses beigetragen hat.

Wir selbst haben mit dieser Erfahrung sehr viel gelernt und fühlen, dass wir sowohl beruflich wie auch persönlich gewachsen sind. Wir konnten beobachten, dass die Klangmethode ein wichtiger Weg sein kann – auch in der Einzelarbeit –, um diesem Publikum, das unter so starkem Stress

und so enormer Belastung lebt und eine Entspannung so dringend benötigt, Unterstützung anbieten zu können. Nach dieser so positiven Erfahrung sehen wir die Möglichkeit, dem Brasilianischen Olympischen Komitee ein Arbeitsprojekt mit den Peter Hess®-Klangmethoden vorzustellen. Wir glauben, dass dies auch ein Weg für Peter Hess® Akademien anderer Länder sein kann. Warum sollten sie es nicht versuchen?

Es war eine einzigartige und wunderbare Erfahrung, die uns sehr bereichert hat und wir freuen uns, diese mit anderen zu teilen!

Regina Santos, Daniel Mas und Daniel Willmer

Kontakt

Academia Peter Hess Brasil

E-Mail: contato@academiapeterhess.com.br

www.academiapeterhess.com.br



Die Olympischen Spiele 2016 – ein unvergessliches Erlebnis für Regina Santos (mitte), Daniel Mas (links) und Daniel Willmer (rechts).

Die 20-minütigen Klangmeditationen führten viele Teilnehmer rasch in eine tiefe und erholsame Entspannung.

