Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 65 (1994)
Heft: 3

Buchbesprechung: Buchbesprechungen der Verlage
Autor: [s.n.]

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

BUCHBESPRECHUNGEN DER VERLAGE

Dr. med. Hans-Peter Dreifuss

100 Notfallsituationen und lebensrettende Massnahmen

Wenn es gilt, den Wettlauf mit dem Tod zu gewinnen, eigenes oder fremdes Leben zu retten

Jeder glaubt, «mir passiert so etwas nie» – und doch geschieht es so leicht, dass wir mit einem Notfall konfrontiert werden. Das Wissen, wie man sich und andern helfen kann, ist oft lebensrettend.

Das unglaublich reichhaltige Notfallbuch des erfahrenen Allgemeinpraktikers Dr. med. Hans-Peter Dreifuss «100 Notfallsituationen und lebensrettende Massnahmen» gibt realistische Hinweise auf richtiges Verhalten. Es eignet sich als schnell verfügbares Nachschlagwerk sowol für Laien als auch für Ärzte und medizinisches Fachpersonal, ist doch der Inhalt weder zu wissenschaftlich noch zu sehr vereinfachend.

Viele authentische Aufnahmen von Notfällen aller Art lassen den Atem stocken. Sie wollen nicht schocken, sondern an den Anblick von Verletzungen gewöhnen, damit man nicht in Panik gerät, wo Eingreifen vonnöten ist. Naturgemäss nehmen Verkehrsunfälle mit Auto, Motorrad, Moped und Velo den breitesten Raum ein, wobei auch die Tücken der Helikopterrettung zum Zuge kommen. Das Spektrum reicht von den elementaren Regeln der Lebensrettung, wie Lagerung und Beatmung, bis zu Risiken bei Reisen in lebensgefährliche Gebiete, die von Normaltouristen oft unterschätzt werden. In diesem Sinne ist es auch ein sehr brauchbares «Abenteuerbuch». Aber auch Alltagsprobleme, die schnell zu Lebensgefährdungen führen können, werden ausgeleuchtet. So wird zum Beispiel der Zusammenhang von Übergewicht und Herzinfarkt aufgezeigt und durch Spezialtips für das Abnehmen ergänzt.

Darüber hinaus wird überall auf Vorbeugung grosser Wert gelegt und aufklärend gewirkt, auch in bezug auf HIV/Aids und Drogen.

Das Buch ist in Zusammenarbeit mit vielen Spezialisten und Fachorganisationen entstanden; die Erfahrung des Autors und das vermittelte Wissen umfasst praktisch jede Notfallsituation, vom Insektenstich bis zum Herzanfall, vom Nasenbluten bis zum schweren Arbeitsunfall. Ein Schlusskapitel bringt über 200 Sprüche, Witze und heitere Lebensweisheiten und will das ernste Thema etwas auflockern. Es ist ein Buch, aus dem jedermann lernen kann.

296 Seiten, viele Fotos und Illustrationen. Fr. 25.–. 1994, Fachverlag AG, Zürich.

Bücher in grossem Druck

Grossdruck hilft allen, die trotz Brille ein grösseres Schriftbild wünschen oder brauchen. Der Deutsche Caritasverband hat aus dem Angebot der Verlage in seiner jährlichen Liste wieder etwa 130 Bücher ausgewählt, zum Selberlesen ebenso wie zum Verschenken: überwiegend Erzählendes und Heiteres, ausserdem Bücher zur Besinnung und Sachbücher. Auch Hinweise auf Literatur-Cassetten und Hörbüchereien sind zu finden.

Die kostenlose Liste «Eine Auswahl Grossdruckbücher 1994» ist zu beziehen durch den Deutschen Caritasverband, Caritas-Korrespondenz, Postfach 4 20, D-79004 Freiburg i.Br.

Regina Dobeneck

Gebundenes Malen mit geistig behinderten Kindern

Dieses Buch wendet sich an alle, die mit geistig behinderten Kindern malen wollen und bietet Erziehern wie Eltern Anregungen und Erfahrungen aus der Schulpraxis an. Von den vielfältigen Möglichkeiten, die das bildnerische Gestalten bietet, soll hier der Bereich des «gebundenen Malens» dargestellt werden, verstanden als Hinführen und Anleiten zu gegenstandsbezogenen Themen und Erlebnisdarstellungen.

Weil sich in der Schulpraxis selten Gelegenheit bietet, mit jedem Kind einzeln zu malen, werden im Buch ausschliesslich Arbeiten vorgestellt, die in Gruppen von 5 bis 10 Kindern im Rahmen des Zeichenunterrichts entstanden.

«Gebundenes Malen» hilft dem geistig behinderten Kind bei der Auseinandersetzung mit der Umwelt. Es führt zur Differenzierung der Wahrnehmung und der Ausdrucksmöglichkeiten und fördert kreative Fähigkeiten.

Das Buch (A4 quer, rund hundert Seiten) bietet etwa 100 farbige Beispiele in verschiedener Grösse, alle in bester Farbqualität. Reichhaltige Anregungen bieten zugleich einen «Sehgenuss».

Ernst Reinhardt Verlag, München, Basel.

Verena Kast

Vater-Töchter, Mutter-Söhne

Wege zur eigenen Identität aus Vater- und Mutterkomplexen

Spannend zeigt dieses Buch, wie wichtig die Auseinandersetzung mit unseren Eltern und die Ablösung von ihnen ist. Denn unsere Erlebnisse mit ihnen bestimmen wesentlich unsere Möglichkeiten im Leben als Mann oder Frau.

Auf die leibliche Geburt folgt während der Adoleszenz eine seelische: Das Ich löst sich aus der Mutter- und Vaterbindung, eine individuelle Identität bildet sich heraus. Da die Ablösung von Vater oder Mutter nicht immer vollständig gelingt, spricht die Tiefenpsychologie von Mutter- und Vaterkomplexen, die sich hemmend auf die Lebensgestaltung und auf Beziehungen auswirken. Neben negativen gibt es auch bei Männern und Frauen auch ursprünglich positive Mutter- und Vaterkomplexe, die sich im Leben des Erwachsenen allerdings negativ auswirken können. Bisher werden insbeson-

dere Mutterkomplexe immer nur als negativ gewertet. Kast zeigt aber, dass Männer und Frauen mit ursprünglich positivem Mutterkomplex eine sehr positive Haltung gegenüber dem Leben haben: Sie können geniessen, sind kreativ und im Gegensatz zu Menschen, die vom Vaterkomplex geprägt sind, entwickeln sie nicht das für die Gegenwart typische Leistungs-Ich, das meint, sein Dasein verdienen zu müssen. Verena Kast beleuchtet hier insbesondere auch die einseitig patriarchal geprägte Psychologie zu diesem Thema.

Kreuz Verlag, zirka 280 Seiten mit Sachregister, Hardcover mit Schutzumschlag, sFR. 41.–, ISBN 3-7831-1319-9.

Leseprobe:

Alle Menschen haben Komplexe –, Jung erwähnt allerdings, dass es eher umgekehrt ist, dass die Komplexe uns haben; zumindest hört die Willensfreiheit dort auf, wo das Komplexgebiet beginnt, oder anders gesagt, je mehr Emotionen in unseren Komplexen gebunden sind, um so geringer ist unsere Willensfreiheit, wenn diese Komplexe anspringen. Komplexe sind Lebensprobleme, die auch Ausdruck von zentralen Lebensthemen sind. Sie machen unsere psychische Disposition aus.

Im Zusammenhang mit den persönlichen Mutter- und Vaterkomplexen ist die Notwendigkeit der altersgemässen Ablösung wesentlich. Viele Probleme, persönliche und solche im privaten Beziehungsbereich, aber auch im politischen Bereich, hängen damit zusammen, dass die notwendigen Ablösungen nicht geleistet sind. Damit ist nicht gemeint, dass wir uns ganz und gar von den Elternkomplexen ablösen könnten, aber es ist möglich, sich jeweils mit den Aspekten auseinanderzusetzen, die uns als «immer gleiche Schwierigkeiten» im Leben begegnen. Besonders zu beachten ist auch, wie sehr wir oft mit dem Mutter- und Vaterpart unserer Komplexe identifiziert sind, ohne es zu «wissen». Sind wir zu wenig abgelöst, dann leben wir unser Leben unter den immer gleichen Befürchtungen und mit den immer sich gleichenden Erwartungen, die irgendwie an der Realität vorbeigehen; eventuell bauen wir riesige Kompensationsstrukturen auf, in die wir viel Zeit unseres Lebens investieren und die uns letztlich doch unbefriedigt lassen. Möglicherweise haben wir sogar diffuse Schuldgefühle dabei, zu Recht, weil wir nicht wir selbst sind, weil wir nicht – in einem kontinuierlichen Prozess der Entwicklung – immer mehr wir selbst werden, sondern unter dem «Schutz» unserer Komplexe die bleiben, die wir nicht wirklich sind. Sich selbst zu verpassen im Leben, ist wohl eine grosse Schuld – unser Unbewusstes reagiert in der Regel darauf. So besehen, könnte man den ganzen Lebensprozess, wie Fromm das vorschlägt, als einen Geburtsprozess verstehen, jede Stufe des Lebens ist als vorläufig zu betrachten, letztlich mit dem Ziel «geboren zu werden, bevor man stirbt».

Diese Bereitschaft, immer wieder neu geboren zu werden, wäre die Bereitschaft, immer wieder die Gewohnheiten, die sich aus den vertrauten Komplexprägungen ergeben, in Frage zu stellen; es bedeutet aber auch, Sicherheiten aufzugeben. Es braucht dazu Mut, sich von anderen Menschen zu unterscheiden, Mut, sich immer wieder zu trennen und sich neu wieder einzulassen. Die Ablösungsthematik ist bei Mutter- und Vaterkomplexen gleichermassen eine Trennungsproblematik, bei der man unterschiedliche Lebensräume hinter sich lässt, oder sie zumindest nur in veränderter Form mit sich nimmt. Es geht um Landnahme im «unbekannten Land», und bei dieser Landnahme kann man sich nur auf die eigenen Gefühle, das eigene Denken, das eigene Träumen verlassen und auf die eigene Fähigkeit, immer wieder neu in Beziehungen zu Mitmenschen einzutreten. Oft ist dazu auch ein Entschluss nötig: Sich einfach auch einmal auf die eigenen Gefühle zu verlassen, auf das eigene Denken, auch wenn nicht ausgemacht ist, dass sie nun wirklich stimmen – stimmiger für uns selbst als das Denken und die Gefühle der anderen Menschen für uns werden sie allemal sein.

Das Ziel des Ablöseprozesses wäre es, dergestalt im Leben zu stehen, dass uns zwar unsere Komplexprägung durchaus anzumerken ist, dass wir aber gelernt haben, unsere eigenen Sätze – anstelle der Mutter- und Vatersätze-, unsere eigenen Gefühle angesichts einer bestimmten Situation zu spüren, anstelle der Gefühle, die aus den Komplexen resultieren. Die können wir daran erkennen, dass sie sich schon immer so fatal geglichen haben und sich immer noch gleichen. Zu lernen ist vor allem, dass wir ernsthaft, zumindest gelegentlich, wirklich «Ich» sagen und es auch meinen, statt in einem «man» untergehen, das so deutlich Ausdruck des kollektiven Aspekts der Komplexe ist.

Dann wird es uns auch möglich sein, in unserem Gegenüber ein Du zu sehen, zu dem wir uns in Beziehung setzen können, dessen Reichtum wir auf uns wirken lassen können, weil wir nicht einfach Aspekte unserer Komplexe projizieren und sie dort befriedigt sehen oder unsere üblen Erwartungen bestätigt haben wollen.

Haerlin unterscheidet das Teilhabe-Ich vom Leistungs-Ich, und er sieht die Problematik und das Unglück von uns heutigen Menschen darin, dass wir so sehr auf das Leistungs-Ich setzen und so wenig auf das Teilhabe-Ich. Das teilhabende Ich hat ein Grundgefühl der Daseinsberechtigung und dadurch auch das Recht, an allem in der Welt teilzuhaben, aber sich auch als ein Teil von allem zu verstehen. Dabei ist die Welt sehr gross, sie kann für dieses Ich durchaus ins Transpersonale erweitert werden. Das Teilhabe-Ich wäre also ein Ich, das sich überwiegend vom ursprünglich positiven Mutterkomplex getragen weiss und sich deshalb auch dem Leben überlassen kann. Das Ich nun, das sich für schlecht hält, empfindet keine Daseinsberechtigung. «Ist das Sein nicht gut, muss die Leistung gut sein.» So entsteht aus dem Gefühl heraus, kein gutes Ich zu sein, kein gutes Selbst zu sein, ein Mensch, der durch das Erbringen einer Leistung immer wieder beweisen muss, dass er oder sie doch eine Daseinsberechtigung hat. Die Leistung erfolgt dann nicht aus Freude an einer Aktivität, sondern sie muss erfolgen aus einem inneren Zwang, und sie muss auch sichtbar sein, messbar, vergleichbar mit den Leistungen von anderen Menschen.

Haerlin diagnostiziert mit anderen Worten unsere Welt als vaterkomplexige Welt, in der eine grundsätzliche Ungeborgenheit vorherrscht, die aus der Entwertung der mutterkomplexigen Welt erfolgt mit der immer wieder geforderten Ablösung nur aus dieser Welt. Die vaterkomplexige Welt ist es, die zu unseren Leistungs- und Überforderungsstrategien führt, kein volles Menschsein zulässt und auf der Beziehungsebene, aber auch in unserem Verhältnis zu uns selbst und zu unserer Welt, zu sehr problematischem Verhalten führt.

Es besteht eine kollektive Sehnsucht nach der Welt des positiven Mutterkomplexes, nach der Welt der Teilhabe, nach «Anima». Diese Sehnsucht ist besonders unter den Frauen sehr deutlich. Diese Welt wird immer noch entwertet, «gefährlich, bedrohlich, verschlingend, chaotisch», genannt – und was der Metaphern der Angst mehr sein mögen, die damit in Zusammenhang gebracht werden. Der Vaterkomplexwelt wird dann im Gegenzug etwa Befreiung, Ordnung, Klarheit attestiert.

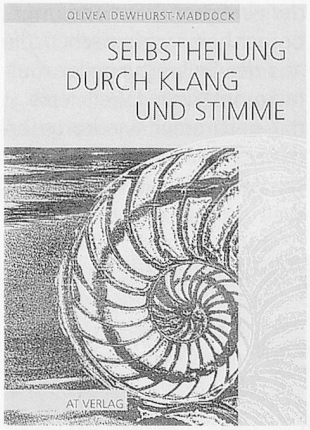
Von diesen Zuschreibungen, die einmal die herrschenden Herrschaftssysteme festschreiben, zum anderen aber auch ganze Lebensbereiche, die für das Wohlergehen der Menschen wichtig sind, verschliessen, müssen wir wegkommen.

Olivia Dewhurst-Maddock

Selbstheilung durch Klang und Stimme

Das ganze Universum befindet sich im Zustand der Schwingung. Jeder Klang, jeder Gegenstand und auch der menschliche Körper besitzen ihre eigene natürliche Schwingungsfrequenz.

«Selbstheilung durch Klang und Stimme» ist eine reich illustrierte praktische Einführung in die Grundlagen der Klangtherapie. Sie zeigt, wie Klang körperliche und seelische Blockaden lösen und dadurch Entspannung, Ausgeglichenheit und Harmonie wiederherstellen kann.



Ausgehend vom Klang, seinen physikalischen Eigenschaften, seiner Erzeugung und dem Vorgang des Hörens, zeigt das Buch, wie Klänge auf uns wirken und gezielt zur Heilung eingesetzt werden können. Es hilft, sich der Merkmale und Qualitäten der eigenen Stimme bewusst zu werden, sie zu formen und zu beeinflussen. Zahlreiche Übungen leiten zur unmittelbaren praktischen Umsetzung an. Techniken wie Chanting und Obertonsingen eröffnen Wege zu tieferen Schichten des Bewusstseins und können als Mittel zur Meditation verwendet werden.

AT Verlag,
Gesundheit/Lebenshilfe,
128 Seiten, zirka 50 farbige Abbildungen,
Format 18,0 x 25,0 cm,
Broschur, Fr. 29.80,
ISBN 3-85502-473-1.

Leseprobe:

Einleitung

Klang entsteht aus der Schwingungsbewegung von Teilchen und Objekten. Die Schwingungen, die den Klang erzeugen, stehen für eine Energie, die überall in der Natur vorkommt. Wir finden sie nicht nur in uns selbst und in unserer Welt, sondern weit darüber hinaus im Reich der Monde, der Sterne und des Universums. Aufgrund der Begrenzung unserer menschlichen Physiologie können unsere Ohren nur einen winzigen Bruchteil dieses riesigen Schwingungsspektrums erfassen. Der Klang ist eine universelle unsichtbare Kraft, die auf vielen Ebenen – physisch, emotional und spirituell – tiefgreifende Veränderungen bewirken kann. Dieses Buch erklärt, wie Sie die Kraft des Klanges in Ihrer Stimme und in den Tönen der Umwelt lenken und sich zunutze machen können, indem Sie diese in Ihrem Körper und Geist widerklingen lassen, um so selbst zu gesunden und zu heilen.

Musik ist eine besondere Art des Klangs. Sie verwöhnt nicht nur unser Ohr. Die Muster ihrer Schwingungsbewegungen beruhen auf einem System von Rhythmen, Beziehungen, Verhältnissen und Harmonien, die überall in der natürlichen und in der vom Menschen geschaffenen Welt vorkommen – von den Bewegungen der Planeten um die Sonne über das Wachstum der Zellen und Pflanzen, von den heiligen Zahlen und Ordnungssystemen der alten Kulturen und Religionen bis zur Kunst, Architektur und Mathematik. Musik ist eine universelle menschliche Sprache. Sie ist Teil von Einweihungs- und Übergangsriten, sie ist ein Führer durch die Labyrinthe des sich erweiternden Bewusstseins, ein Weg zu innerstem Heilen und spiritueller Erfüllung.

Durch die Jahrhunderte hindurch haben die Menschen Klänge, ganz besonders musikalische Töne, auch zum Heilen verwendet. Die Ursprünge des Heilens mit Klang und Musik können bis in vorgeschichtliche Zeiten zurückverfolgt werden und darüber hinaus in die Bereiche des Mythos, der Religion und der in der Seele eingeprägten Erinnerungen.

Das Altertum

Im alten Ägypten war die Hieroglyphe für Musik dieselbe wie die für Freude und Wohlbefinden. In der vedischen Religion des alten Indiens und der Philosophie der Schule des Pythagoras im klassischen Griechenland galten alle physischen Formen als Manifestation der Musik. Wie wir noch sehen werden, finden die Verhältnisse der musikalischen Töne zueinander ihre Entsprechung in den Proportionen natürlicher und architektonischer Formen. Diese alten Lehren besagten, dass Leben und Gesundheit auf einem ausgewogenen Spiel von Verhältnismässigkeiten und harmonischen Beziehungen von Körper und Geist, Gesellschaft und Natur beruhen. Dieselben Verhältnismöglichkeiten und Harmonien manifestierten sich in Klang und Musik. Richtig angewendet, konnten Klänge Heilung bewirken, indem sie das harmonische Gleichgewicht von Körper und Seele wieder herstellten. Zu den Heilmethoden der alten Zeit gehörte daher oftmals rhythmisches Singen und sogenanntes Chanten von bestimmten ausgewählten heiligen Melodiefolgen. (Beim Chanten handelt es sich um eine Art vokalisierte Meditation, ein rhymthmisches Wiederholen von tranceartig wirkenden Gesängen.)

In den alten Kulturen galt die irdische Musik als Widerhall oder Resonanz der kosmischen Musik, die beide den gleichen göttlichen Gesetzen gehorchen. Wenn die weltlichen Klänge die göttlichen Gesetzmässigkeiten widerspiegelten, dann hatten sie auch die Kraft, Schmerzen und Leid zu lindern und Gesundheit und Heilung zu fördern. Kosmologie und Musiktheorie entwickelten sich nach vergleichbaren Grundsätzen, die auch die Formgebung von Musikinstrumenten, die Komposition und Aufführung und die innere Haltung des Zuhörens bestimmten. Die Menschheit könnte, richtig eingestimmt, auf der Suche nach universeller Harmonie im Einklang mit den Sternen singen.

Achtung vor der Musik

Die Macht der Musik, unmittelbar das Gefühl anzusprechen, ist nicht nur ein vielbeschworenes poetisches Bild, sie ist auch der Kern jeder Aufführung. Musik kann die logischen und analytischen Filter des Verstandes umgehen und einen direkten Zugang zu tiefliegenden Gefühlen und Lei-

SCHWEIZERISCHE HEILPÄDAGOGISCHE GESELLSCHAFT SHG / ASA

BEHINDERUNG UND FAMILIE

Zusammenarbeit zwischen Fachleuten und Eltern im heilpädagogischen Arbeitsfeld

Im Rahmen des von der UNO proklamierten Internationalen Jahres der Familie möchte die SHG/ASA einen Beitrag zum Thema leisten.

Ein wichtiges Anliegen unseres Fachverbandes ist die Zusammenarbeit zwischen Fachleuten und Eltern im heilpädagogischen Arbeitsfeld.

Fachleute und Eltern haben verschiedene Rollen. Zusammenarbeit und Abgrenzung sind die Voraussetzungen für ein fruchtbares Zusammenwirken in einer ganzheitlichen Sicht.

FACHTAGUNG

Freitag, 10. Juni,
und Samstag, 11. Juni 1994,
Hotel Bern,
Zeughausgasse 9, 3011 Bern

Veranstalterin:
Schweizerische Heilpädagogische Gesellschaft SHG/ASA,
Brunnmattstrasse 38,
Postfach, 3000 Bern 14,
Tel. 031 382 26 29,
Fax 031 382 45 21.

denschaften herstellen, die in Erinnerung und Vorstellungskraft ihren Ursprung haben; und das wirkt sich wiederum auf den Körper aus.

Körperliche Reaktionen können auch auf andere Weise ausgelöst werden. Energien, einschliesslich der Klangenergie, sind moralisch neutral, das heisst, sie können zum Guten oder Schlechten verwendet werden. Klang hat Macht. Wird diese missbraucht, kann sie irritieren, verwirren, verletzen und sogar töten. Achtung vor dem Leben und ein Sinn für moralische Verantwortung sind massgebend für die angemessene Anwendung von Klangenergien. Dieses Verantwortungsbewusstsein wurde bei Schülern der klassischen Philosophie im alten Griechenland und Rom vorausgesetzt, wenn es darum ging, heilende Musik gezielt so auszuwählen, dass sie Gesundheit, Reinheit und einem festen Charakter dienten.

Die Heilkräfte des Klanges

Heilende Mantras (dies sind als wirkungskräftig geltende religiöse Sprüche oder Formeln), Gesänge und Anrufungen, haben sehr alte, im dunkeln liegende Ursprünge. Das Wissen um die Macht, die Rhythmus, Klang und Worte haben, hat Jahrhunderte des Materialismus überdauert und bleibt ein lebendiges Erbe für die Zukunft.

Ägyptische Papyri medizinischen Inhalts belegen schon für die Zeit vor 2600 Jahren die Heilung von Unfruchtbarkeit, von rheumatischen Schmerzen und Insektenstichen durch Beschwörungen. 324 v.Chr. soll die Musik einer Lyra Alexander den Grossen wieder zu klarem Verstand gebracht haben. Das Alte Testament berichtet, dass David seine Harfe spielte und so König Saul von «dem bösen Geist», der ihn plagte, erlöste. Die Essener verwendeten zum Heilen heilige Worte, und in der hellenistischen Kultur diente Flötenspiel der Linderung der Schmerzen von Hexenschuss und Gicht.

Das Wissen um die Wirkung von Klängen, Rhythmen und Gesängen war ein wichtiger Bestandteil der Heilkräfte der Schamanen, der Medizinmänner, der heilkundigen Frauen und der druidischen Priesterärzte der keltischen Kultur. Das Thema der Musik als Sinnbild für göttliche Ordnung und Wohlgestalt durchzieht die mystische Literatur des Judentums, des Islams, des Christentums und der Gnostik.

Heilung in der Renaissance

Die grossen Gelehrten des Mittelalters und der Renaissancezeit erkannten die zentrale Bedeutung der Musik für das Verständnis des Universums und der Menschheit. Unter diesen vielseitig gebildeten Menschen waren auch Heiler und Ärzte. Während der Regierungszeit Elisabeth I. heilte der Mediziner Thomas Campian Depression und ähnliche Beschwerden mit Hilfe seiner Lieder.

Grosse Komponisten deckten die Verbindungen zwischen Klang, Musik und Gesundheit auf. Georg Friedrich Händel soll gesagt haben, dass er sein Publikum mit seinen Kompositionen nicht unterhalten wolle, sondern er wünsche, seine Zuhörer «besser zu machen». Farinelli, einer der berühmtesten Opernsänger des 18. Jahrhunderts, heilte Spaniens König Philipp V. von einer chronischen Krankheit, indem er wiederholt die Lieblingsarie des Königs sang. Martinus, ein anderer Sänger jener Zeit, beschrieb, wie seine Darbietungen bei seinen Zuhörern hohes Fieber zu senken vermochten. Er vertrat die Meinung, dass die Vorzüge der Musik, vom Sänger mittels der Luft übertragen, in den Körper des Patienten gelangen und dort natürliche Lebenskraft und Wohlbefinden wiederherstellen können.

Messung von Klangwirkungen

Die wissenschaftliche Forschung des 19. Jahrhunderts untersuchte die physiologischen Auswirkungen der Musik, indem sie ihre Wirkung auf Atmung, Herzschlag, Kreislauf und Blutdruck mass. Auf der Grundlage dieser Forschungen konnten ausgesuchte Musikstücke erfolgreich zur Linderung gewisser Beschwerden eingesetzt werden. Mehr und mehr gewannen Klang und Musik Beachtung und Anerkennung als wertvolle therapeutische Hilfsmittel, besonders in den Bereichen der geistigen und seelischen Gesundheit und der Verhaltenstherapie.

Wissenschaftliche Studien haben bestätigt, dass die Resonanz die Grundlage der Heilung durch Klang und Musik ist. Das akustische Prinzip der Resonanz (im ersten Kapitel ausführlicher erklärt) gilt nicht nur für Musikinstrumente, sondern auch für den menschlichen Körper. Wenn Schallwellen in den Körper gelangen, kommt es zu entsprechenden Schwingungen der lebenden Zellen, welche den Zustand der Gesundheit wiederherstellen und verstärken helfen. Der hohe Wassergehalt des Körpergewebes hilft den Schall zu übertragen. Gesamthaft kommt die Wirkung einer tiefen Massage auf molekularer Ebene gleich.

Der Mensch lässt sich mit einem sehr komplexen, einzigartigen, feingestimmten Musikinstrument vergleichen. Jedes Atom, jedes Molekül, jede Zelle, jedes Gewebe und Organ des Körpers gibt ständig die Frequenzen des körperlichen, emotionalen, mentalen und spirituellen Lebens wieder. Die menschliche Stimme ist ein wichtiger Anhaltspunkt für die Gesundheit auf all diesen Ebenen. Sie stellt das Bindeglied dar zwischen dem Individuum und dem wundersamen Schwingungsnetz des gesamten Kosmos.

Eine ganzheitliche Vision

Kein wissenschaftlicher oder spiritueller Fortschritt verläuft sanft und ununterbrochen. Irrtümer und Enttäuschungen sind unvermeidbar. Sowohl ein elitärer Anspruch als auch eine Verwässerung aus kommerziellen Gründen laufen der Entwicklung hin zu einer ganzheitlichen Sicht der Musik zuwider. Der mystische Fluss des heiligen Klanges ist jedoch stets da, er fliesst unsichtbar und erscheint immer da, wo zeitlose Weisheit gewürdigt wird. Die Herausforderung besteht darin, auf unseren eigenen unmittelbaren Erfahrungen aufzubauen und einen Sinn im Leben neu zu entdecken. Von anderen vorgeschriebene Weisheit genügt nicht. Erkenntnisse aus zweiter Hand lassen uns unbefriedigt. Das Ziel ist eine umfassende ganzheitliche Vision, in der die Gipfel spirituellen Erlebens sich mit dem Staub und dem Trubel des Alltags verbinden. Klang und Musik können diese Vision zur Wirklichkeit werden lassen. Dieses Buch eröffnet einen Weg, um auf persönlicher und universaler Ebene Harmonie herzustellen. ■

Oftmals ist eine andere Sichtweise hilfreich . . .

- Praxisberatungen
- Projektbegleitungen
- «Klausurtage» für Kader
- interne Fortbildungen
- Supervisionen
- gemeinsame Entwicklung von Zukunftsleitbildern

Hans-Rudolf Winkelmann
Hürstringstrasse 11
8046 Zürich

Telefon 01 371 69 29