

Die Heilwirkung der Musik

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **7 (1949-1950)**

Heft 2

PDF erstellt am: **29.04.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-968718>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Die Heilwirkung der Musik

Wie, soll wirklich die Musik den Kranken und Leidenden Heilung verschaffen können? Die Behauptung, dass dem so ist, auf ihre Richtigkeit hin zu prüfen, mag bestimmt interessant sein. Wer von uns hat noch nie beobachtet können, dass ihn die Musik aufzumuntern vermochte? Mit neuem Mut geht mancher wieder an sein Tagewerk, wenn er sich den Klängen beruhigender Musik anvertraut hat und selbst Schwermütige beginnen wieder aufzuleben und neue Pläne zu schmieden, weil Musik sie wiederum gestärkt und aufbaut hat.

Schon in früher Jugendzeit hatten wir Gelegenheit über die beruhigende Wirkung zu staunen, die die Harfenklänge des kindlichen Davids auf den unruhig bösartigen Geist von König Saul auszuwirken vermochten. Unwillkürlich wuchs in uns ein Vertrauen zur Musik, denn wir konnten den Eindruck ihrer besänftigenden Macht nicht mehr los werden.

Wir wussten wohl auch noch aus eigener Erfahrung, wie uns tägliches Singen anspornte, aufmunterte, erhellte und manch trübe Stimmung zu verdrängen vermochte, denn früher, als das Radio noch nicht freigebig seine Töne spendete, sang man eben täglich noch aus voller Herzenslust. Das weiss besonders noch die ältere Generation und seufzt vielleicht dabei betrübt: «Aus der Jugendzeit, aus der Jugendzeit singt ein Lied mir immerdar, ach, wie liegt so weit, was mein einst war.» Wenn heute auch viele Töne durch die Luft schwirren, das Lied, das früher noch allgemein durch den Alltag erklang, können sie wohl kaum ersetzen, denn es hatte dem Leben tatsächlich etwas Belebendes, Erfrischendes, Versöhnendes darzubieten.

Hat nicht sogar Napoleon die Wirkung und Macht, die der Musik inne wohnt, reichlich ausgenützt, denn er liess nicht vergebens seine Militärkapelle vor allen Kranken- und Invalidenhäusern spielen.

Jedermann aber ist es nichts Neues, dass die liebe, lebensbejahende Musik auch selbst zu Kriegszwecken verwendet wurde, zogen doch von jeher die Heere mit Musik in den Krieg, aufs Schlachtfeld, in den Tod. Schlau benutzten die Feldherren aller Zeiten die innewohnende Macht der Musik, um ihre Soldaten anzufeuern, aufzumuntern, aufzufrischen. Der Klang der Posaune, das Schlagen der Trommel, der Rhythmus der Trompete, sie alle vermochten die Uebermüdung, den Ueberdruß, den Todeswillen zu übertönen, denn neue Tatkraft durchpulste bei ihrem Klang die erschlafften Lebensgeister.

Ja, die Musik ist die Sprache, die deutlicher redet, die mehr bewirkt als alle Worte! Wenn es eine Sprache gibt, die von allen verstanden wird, so ist es die Musik, denn der Ausdruck der Töne vermag von einer bunten Menge, die vielleicht in völlig fremden Zungen redet, dennoch gleich empfunden werden. So kann die Musik binden und verneinen, wo Sprache und Gewohnheit weite Klüfte bilden. Sie vermag aber auch alles zum Ausdruck zu bringen. Gutes und Böses, Edles und Unedles, Erhebendes und Niederdrückendes, alles kann der Rhythmus der Töne von sich geben. — Das Kind greift mit Freude zum frohen Lied! Der Wanderer geniesst im Klang seines Gesanges die Schönheiten, die ihn umgeben! Der Künstler legt die tiefsten Erlebnisse, Freude und Leid, Wonne und Trauer, Dankbarkeit und Entsagung, kurz alles, in den Ausdruck der Töne, und wir erleben alles deutlicher mit, als wenn er uns ein buntes Farbenspiel auf die Leinwand geworfen, oder wenn die Hand den Meissel geführt und aus totem Stein Leben geformt hätte! Tage gold'nen Sonnenscheins vermögen die Töne edler Musik in uns wieder wach zu rufen, alles Niederdrückende weicht und neue Kraft strömt durch unser Blut. Freude zu bejahendem Wirken schwellt unsre Brust und kleinliche oder gar niedere Empfindungen müssen fliehen.

Das alles sind Tatsachen, die wir erleben, wenn edle Musik unser Ohr streift und unserm Herzen und Gemüt Nahrung bietet. Hat dies nun wirklich etwas mit einer Heilwirkung zu tun? Obwohl die Antwort nach dem Geäusserten ohne weiteres bejahend gegeben werden könnte,

möchten wir unsere Behauptung doch noch anderweitig begründen und nicht nur das Gefühlserleben Antwort geben lassen.

Sprechen wir der Musik Heilwirkung zu, so wird es vor allem gut sein, wenn wir uns klar sind, was überhaupt Heilung ist. Sie ist bestimmt ein Wohlklang für den Kranken, der sich nach Gesundung sehnt. Wie aber erreicht man sie? Durch Ueberwinden starker, negativ wirkender Kräfte durch stärkere, positive Faktoren. Heilen ist in der Tat ein Befreien von bedrückenden Umständen, ein Beseitigen und Besiegen von Hemmungen und Hindernissen. Heilen heisst auch die Körperschwingungen zurückführen zum normalen Rhythmus, der innigen Harmonie aller Kräfte der Psyche, der lebendigen Seele.

Der erste Moment des Heilprozesses ist das Wachrufen und Aktivwerdenlassen aller zur Verfügung stehenden Kräfte, eine Mobilisierung aller Streitmächte im Körperhaushalt. Diese sollen alsdann den Kampf gegen alles Disharmonische führen und es beseitigen, denn Gesundheit ist Harmonie aller physischen und geistigen Kräfte. Geist und Körper sind so innig verknüpft, wie ein Chauffeur mit seinem Wagen, und Störungen beim einen werden ohne weiteres als Hindernis des andern Teiles dastehen, denn jeder Teil ist in all seinen Funktionen mehr oder weniger vom andern abhängig.

Dem Wort des Dichters «Es ist der Geist, der sich den Körper baut», könnte man auch noch beifügen «und auch des Geistes Kraft, der ihn erhält». Der Geist ist die Direktion des Körpers. Der Geist erteilt die Befehle, die Handlungen auslösen, indem alle Meldungen durch Nervenstränge zu den Muskelfasern laufen, ausrichtend, wozu sie gesandt wurden. Ein gesunder Geist wird deutliche Befehle erteilen zum Wohle des Körpers und zum Kampfe rüsten, wenn die Notwendigkeit es erfordert. Ist es beim Sturme nicht nötig, dass der Kapitän mit entschiedener Stimme alle Mann an die Posten ruft, und dass beim Kampf jeder an seinem Platze gefunden wird?

Eine Krankheit ist ein Sturm, ein Kampf gegen Feinde von aussen und vor allem auch ein solcher gegen Feinde von innen, eine Revolution, eine Meuterei. Man hat schlechte, unbrauchbare Elemente hereingelassen, die sich nun bemerkbar machen und die ganze friedliche Organisation stören und zu vernichten drohen. Wenn eine solche Gefahr besteht, dann müssen alle Kräfte hervorgeholt werden, denn nur dann ist ein schneller, sicher Sieg möglich, und wenn die Feinde nicht schon in der Uebermacht vorhanden sind, ist ein Sieg auch gewiss. Es ist eine Kunst, die nur wenige Menschen gut verstehen, bei Krankheiten alle Kräfte hervorzuholen, die in uns schlummern und zur Verfügung stehen, und manche bekannte Männer haben jeweils versucht, dies durch eine Methodik zu erleichtern.

Die meisten Kranken sind hoffnungslos und nieder gedrückt und besitzen vielfach keinen geistigen Halt und keinen Ausblick aus ihrer Not. Gleichen aber nicht wir selbst oft auch solchen Kranken, wenn wir uns durch die Last der Verhältnisse niederdrücken lassen? Die Wolken, die unser Dasein umdüstern, scheinen uns oft jeden Kampfeswillen zu lähmen. Nicht einmal die Bemühung besorgter Freunde vermag den Knoten unsrer gedrückten Stimmung zu lösen. Welch ein Wunder daher, dass feine, beruhigende Töne, wenn sie an unser Ohr dringen, das Schwere, das auf Herz und Gemüt lastet, mählich zu heben vermögen! Nicht vergebens erzählen sie vom Erleben, vom Kampf, vom Ueberwinden und Siegen der Menschenseele. Die eignen Sorgen erscheinen klein und kleiner und der nagende Kummer schwindet dahin. Die darniederliegenden Kräfte werden wieder frei, so dass die frühere Schwingkraft mit neuem Mut ihr Haupt zu erheben vermag, um gegen die feindlichen Mächte anzustürmen. Unser ganzes Sein schwingt mit im vollen Rhythmus der Töne. Das Drückende liegt dahinten. Der Lebenskampf schreckt nicht mehr zurück, denn die Musik hat uns geholfen, die innewohnenden Kräfte hervorzurufen. Diese aber erleichtern den Kampf gegen das Negative, da sie jede Heilmethode durch ihre wackere Unterstützung fördern und so den Heilprozess beschleunigen.

Unsere Heilkräuter

PLANTAGO (Wegerich)

«Es ist schön bei uns im Bergtal, und ich möchte gar nirgends anders wohnen», so stellte der bescheidene Spitzwegerich mit seiner hübschen Blattrosette fest, indes sich seine unscheinbare Blüte auf hohem Stiel weit über das kleine Massliebchen erhob. «Ja, ich finde es auch schön, sehr schön sogar, denn wenn wir solch adligen Besuch erhalten, dann wird es wohl stimmen, dass unser Tal eines der schönsten ist.» Leise lispelte Massliebchen seine Meinung vor sich hin, indes es sich im Sonnenschein erfreute. «Ja meinst du mit dem Besuch etwa den stattlichen Hirschen, mit seinem wunderbaren Geweih, der vor kurzem das Tal hinauf kam, über den Bach setzte und plötzlich wieder verschwunden ist?» «Ja, eben, den meine ich, denn der muss einem doch auffallen, wenn man ihn mit unsern Rehen vergleicht, die fast täglich bei uns weilen. Wie bescheiden sind sie gegenüber dem stolzen, majestätischen Auftreten der königlichen Tiere des Waldes. Fast ergreift mich eine gewisse Furcht, wenn ich an sie denke. Ob es wohl auch den Rehen so ergeht, da zwischen den beiden keine Freundschaft besteht, ja, es scheint oft, als könnten sie sich gegenseitig gar nicht gut ertragen? Leicht schmiegte sich das Massliebchen etwas fester an den Boden an, als fürchte es, einmal von den stattlichen Tieren zertritten zu werden. Nicht so der Spitzwegerich, war er doch immerhin auch jemand, der von sich sprechen liess, denn wievielen hatte er nicht schon geholfen. Da war es seine Pflicht, recht viel Sonne in sich aufzunehmen und die würzigen Säfte aus dem Erdboden zu sammeln, denn die Grossmutter hatte manches Geschichtlein von der Wirksamkeit ihrer Sippe erzählt und es mochte nichts schaden, wenn man ein wenig davon plauderte. Das passte gut zusammen mit dem freundlichen Liedchen, das der Bach zufrieden murmelte. Er war ja schon zu Grossmutter's Zeit durch dieses Tal geeilt und gewiss war es ihm nichts Neues, dass die Aebtissin Hildegard, die gute Kräuterkennerin des Mittelalters, bereits den Spitzwegerichsaft gekannt hatte. So erzählte denn der Spitzwegerich dem Zittergras, dem Augentrost und dem Massliebchen, dem einsamen Tausendguldenkraut, wie auch dem Geissbart recht eindringlich, dass eben diese gute Kennerin der Pflanzenwelt etwas ganz besonderes vom Spitzwegerichsaft gewusst habe. Sie habe ihn nämlich vornehmen Frauen der damaligen Zeit empfohlen, um von angezauberter Liebe wieder frei werden zu können. Ob sie dies vielleicht gar aus eigener Erfahrung wusste, das war ihm allerdings nicht bekannt. Etwas höhnisch lachte hierauf der Geissbart, denn was hatte Zauberei mit der Wirksamkeit der Kräuter zu tun, bestimmt ebenso wenig, wie mit der wahren Liebe?

Gute Musik ist eine Uebertragung inneren Erlebens edler Menschen, und ein richtiges Verstehen, ein erhebendes Miterleben kann krankhafte Schwingungen der Seele in einen gesunden Rhythmus verwandeln, denn der gesunde Rhythmus des Lebens ist ein Wechsel der Spannung und Entspannung. Edle Musik vermag niedere Empfindungen zu verjagen und alle Kräfte bejahendem Wirken zuzuführen. Sie wirkt sowohl belehrend, erziehend, als auch heilend auf den Leidenden. Musik ist wie eine Medizin, die in uns schlummernde Kräfte hervorholen kann.

Es sollte mich also von Herzen freuen, wenn recht viele betagte Mütterlein und arbeitsmüde Männer, die ihr Leben tapfer gewirkt haben, durch diese Kur ihren Lebensabend recht sonnig und lange geniessen dürften.

Mitem; ändende Liebe zu allen, denen sonst ein trüber, düsterer Lebensabend beschieden wäre, hat mich bewegt, diese Kur auszuarbeiten, und da sie bei vielen, was ich auch vorausgesehen habe, eine so wunderbare Erleichterung erwirkt hat, begleite ich diese Zeilen mit dem innigsten Wunsche, recht viele möchten sich den Segen des darin Niedergelegten zu Gute kommen lassen.

Doch mochte es schon so sein bei den Menschen, denn was verstanden diese in ihrer Selbstsucht von Liebe? «Nur zu recht hast du,» jammerte nun der schöne Türkenbund, der sich nicht genug verstecken konnte, wenn die Menschen in die Einsamkeit des Tales eindringen, denn sein fremdländisches Kleid lockte alle an und jeder glaubte, das Recht zu besitzen, die seltene Blume mit nach Hause zu nehmen. «Ja, was willst du schon jammern,» beschwichtigte die Birke, die ihre leichten Äeste im Winde hin und her bewegte und gerne dem Gespräch der Kleinen unter sich zuhörte. «Dich nehmen sie wenigstens bis nach Hause mit und zeigen dich dort in ihren bunten Vasen einem jeden Besuch, denn deine seltene Schönheit bewundert jeder gerne, und es ergeht dir ebenso gut wie der hübschen Akelei, denn noch nie habe ich gesehen, dass ihr beide nur abgerupft worden wäret, um gleich wieder achtlos weggeworfen zu werden, wie dies schon so manchem kleinen Blumenkind geschehen ist.» «Ja, gelt du denkst an mich und den Augentrost und noch viele andere,» lispelte leise das bescheidene Massliebchen. «Ei, da hab ich es ja am besten, dass ich nicht so hübsch bin, wie ihr alle,» lachte befriedigt der Spitzwegerich. Aber ich begreife gar nicht, dass euch meine Geschichte nicht recht gefallen will. Ich höre gerne solche Erzählungen aus alten Zeiten und hab' auch meine Freude daran, dass ich dabei eine Rolle gespielt habe. Ob nun ein Zauber dabei war oder nicht, ob echte Liebe oder nur Leidenschaft, was ficht mich das im Grunde genommen an? Ich selbst hab' ja immer nur das Gute dabei gewollt und meine Säfte zum Wohle gespendet und das ist doch bestimmt echte Liebe. Wer unter euch will mir dies abstreiten? Oder ist es etwa nicht schön, dass ich auch den Armen und Aermsten helfen kann und darf? Erinnert ihr euch nicht mehr an die geplagte Wittfrau, die letztes Jahr im Walde drüben grosse Fichtenzapfen gesammelt hat. Ihre Kinder haben ihr dabei geholfen, doch wie schlecht sahen sie aus, bleich und unterernährt, so dass der alte Waldarbeiter aus Mitleid sein Brot und seine Suppe mit ihnen geteilt hat. Gegen den tiefsitzenden Husten hat er der bekümmerten Mutter empfohlen, die Kinder täglich 2—3 rohe Spitzwegerichblättchen kauen zu lassen. In ihrer Not hat sie es denn auch getan, und es ging nicht allzu lange, denn nach einiger Zeit schon war das gesamte Aussehen der Kinder um vieles besser. Die Mutter merkte sich dies, denn von nun an sammelte sie eifrig meine Blätter, um für den Winter Sirup daraus zu bereiten, den die Kinder dann mit Honig zusammen nur allzuerne geschleckt haben. Gut hat er ihnen getan, denn seither husten sie nicht mehr. Ich freue mich immer, so helfen zu können und finde, dass das mit echter Liebe etwas zu tun hat.» Fast herausfordernd schaute der Spitzwegerich in die Runde, denn er wollte zu gern eine Bestätigung seiner Ansicht aus aller Munde erhalten. Sie waren denn auch alle mit ihm einverstanden und sein Vetter, der Breitwegerich meldete sich sogar zum Wort, denn auch er konnte ein Liedlein singen vom Helfenwollen und Helfenkönnen. Dabei war er sich voll bewusst, sich nicht allzu sehr zu rühmen, denn es gab ja so manches Gräslein, das gerne dienlich wäre, aber es einfach nicht vermochte, weil es ihm nicht gegeben war. So fing denn Plantago major, wie der Breitwegerich auf lateinisch genannt wird, an zu erzählen: «Denkt euch meine Freude, kann ich doch den Menschen in schwerster Not behilflich sein, indem meine Blätter bei Schlangenbiss zerquetscht auf die Bisswunde gelegt, helfen und tüchtig gekaut, alle Befürchtungen betreffs böser Folgen vertreiben! Ich weiss, dass die Indianer von Nord-Amerika dieses Mittel mit Erfolg anwenden. Wir haben aber noch einen andern Verwandten, den die Sennen gut kennen, und den sie besonders dann lieben, wenn sie sich erkältet haben. Dort oben in den Bergen sind die kleinen Wegeriche zu Hause, die Ritzen, wie man sie nennt oder nach ihrem Standort ganz richtig, die Plantago alpina. Sie sind bedeutend kleiner als wir beiden, was sie aber nicht hindert, den Sennen zu helfen, wenn sie ihre Lunge oder Bronchien nicht in Ordnung haben. Roh gegessen, als Saft, Tee oder Sirup verwendet, hilft Alpenwegerich stets schnell und zuverlässig.