

Vom Schamanentum und Sufitum zur modernen angewandten Altorientalischen Musik- und Bewegungs Therapie

von Andrea Azize Güvenç (Erster Teil)

Das ganzheitliche Heilverfahren der Alt Orientalischen Musik- & Bewegungs Therapie, im Folgenden AOM genannt, hat sich über Jahrtausende im zentralasiatischen Orient, bei den Turkvölkern entwickelt.

Musik und Tanz stehen hier nicht für sich, sondern sind Teile langer Heilwege, die aufs Tiefste mit der Natur verbunden sind. Dabei werden Elemente und Ideen der schamanischen Praktiken Zentralasiens sowie des Sufitums angewendet und weiterentwickelt.

Während die orientalische Medizin sich in den letzten 200 Jahren westlich zu orientieren begann, wurde das alte Wissen in Sufi-Orden weiterhin praktiziert und somit erhalten. Als Sufismus wird die islamische Mystik bezeichnet, die die unmittelbare Erfahrung des Göttlichen sucht und ein transreligiöses Phänomen darstellt.

Die sufische Toleranz gestattete im Gegensatz zur religiösen Orthodoxie weiterhin einen Austausch mit schamanischen Elementen, sodass sich Bewegungen, Tänze und Gesänge bis in die heutige Zeit überlieferten und z. B. in der Türkei fortbestehen. Charakteristisch für einen Anhänger der Sufi-Bewegung ist seine Geisteshaltung: sein Kampf gegen die eigene Eitelkeit, Selbstgefälligkeit, Gier und Zorn. Die Entwicklung von Mitgefühl und Nächstenliebe steht im Vordergrund.

Die AOM wurde über Jahrhunderte in eigens dafür vorgesehenen Krankenhäusern, die Gesundheitshäuser (Sifahane) genannt wurden durchgeführt.

Die Medizin steckt in einem Wandel und in einer Neuorientierung

In Europa beobachten wir, dass die Ausbreitung der universitären Medizin zunehmend von dem Interesse und einer Suche an außereuropäischen Heilsystemen begleitet wird.

Neben Chemotherapien, Organtransplantationen, Gentechnik, und Hightech in der Medizin, entstand ein Interesse an traditionellen Heilsystemen, deren Wirkungen noch nicht alle mit modernen, wissenschaftlichen Erforschungen belegbar sind. Aber es ist überraschend wie viel von dem, was lange Zeiträume überliefert wurde, inzwi-

schen technisch messbar ist und die Wirksamkeiten abbildbar sind.

Dabei geht es nicht um das Eine oder das Andere, entweder oder. Sondern es geht um sinnvolle Ergänzungen und Weiterentwicklungen der Medizin und Psychologie durch traditionelle Methoden, die ihre Wirkungen über Jahrhunderte, manchmal gar Jahrtausende entfaltet und erprobt haben.

Es geht auch um den Wunsch nach tiefgreifender Heilung und einem besseren Verstehen von Krankheit und Gesundheit.

Prof. Dr. Mitchel W. Krucoff, von der Duke University Medical Center sagte einmal auf einem Kongress:

„Wenn wir unseren technischen Teil der Behandlung an einem Menschen erfüllt haben, wie es z.B. in der Notfallmedizin absolut vorrangig ist, und wenn alle überlebensnotwendigen Maßnahmen getroffen sind, die das Überleben des Patienten sichern oder wenn wir die höchste Dimension, präzise Standards an medizinischer Versorgung geleistet haben, dann braucht eben dieser Patient im Angesicht der Macht all seiner Gefühle wie Angst, Schmerz, Kampf, Sorgen, Missempfindungen, und der Frage nach dem Tod, Menschen, die mit ihm fühlen und die in der Lage sind das auszudrücken.

Unsere technisch medizinischen Möglichkeiten grenzen an Wunder. Aber gibt es da nicht mehr was wir tun können, als technische Dinge?“

Heilmethoden, die ihren Ansatz in traditionellen Kulturen haben, beeindrucken durch ihren ganzheitlichen Ansatz. Begriffe wie die Einheit von Körper, Geist und Seele tauchen auf. In den alten Kulturen Zentralasiens hatte die Gesunderhaltung einen sehr hohen Stellenwert, neben der Behandlung von Krankheiten.

In den alten Heiltraditionen des Ostens waren das Heilige und das Heilende nie voneinander getrennt.

Wir betrachten diese alten, traditionellen, heute noch wirksamen Methoden als ein unverzichtbares Menschheitserbe, welches häufig über Jahrhunderte mündlich überliefert wurde und verankert ist in der Geschichte und Kultur und dessen Wirksamkeit in Generationen erprobt wurde.

Doch blicken wir zunächst zurück in der Zeit und reisen in die Steppen Zentralasiens zu den Heiltraditionen der Turkvölker.

Im Leben der Nomaden gab es früher weder Fernseher noch Computer. Weder Telefone noch andere unnatürliche Geräuschquellen lenkten von der Stille ab. Hörbar waren nur die reinen Klänge und Töne der unbegreiflichen, beseelten Natur. Ursprünglich zogen die türkischen Nomaden umher und wohnten in kleinen Siedlungen oder oasenähnlichen Verbänden. Bei der nomadischen Lebensweise ist die ständige Suche nach Wasser und Nahrung für Mensch und Tier von größter Bedeutung. Die weiten Ebenen und Hügellandschaften Zentralasiens strecken sich über viele tausende Kilometer und bestehen aus Wüsten, Steppen, Wäldern und Grasland.

Die eher eintönige Lebensweise der Nomaden hat eine ganz spezifische Kultur hervorgebracht. War das Tagewerk getan, waren Tier und Mensch versorgt, widmete man sich der kunstvollen Verzierung der Jurten, Decken und anderer Gebrauchsgegenstände.

Wie geht es Menschen, die tagein, tagaus in dieser Stille leben? Woher kommt der unsichtbare Ton einer Muschel, des Windes, eines Horns, eines abgeschossenen Pfeiles, wenn nicht vom Göttlichen selbst oder aus der Geisterwelt?

So wurden der Musik vielerorts übernatürliche Kräfte zugesprochen, Kräfte, die Schamanen in Trance und Ekstase führen konnten.

In Zentralasien werden die Schamanen Baksı (ausgesprochen: baksey) genannt, was sich noch in dem türkischen Wort bakmak= Schauen in andere Welten, widerspiegelt. Eine andere Bezeichnung ist Kam.

Schamanen kennen die geistige Welt, die Welt der Geister und Seelen. Sie sind Spezialisten und ausgebildet im Glauben an die beseelte Welt und sie vertrauen in dieses Wissen. Menschliches Leiden und Krankheiten sind zeitlos. Schamanismus entstand weil der Mensch litt und Antworten auf seine Fragen, Krankheiten und Probleme suchte. Schamanismus entstand nicht aus philosophischen, intellektuellen oder theologischen Gedanken, sondern aus dem Raum der existentiellen Grundlagen von allem, dem Ursprünglichen. Es gab nur die unmittelbare Begegnung und die Kommunikation mit den unsichtbaren Welten, in denen die Schlüssel zur Heilung lagen.

In einem Gedicht des bekannten Sufimeisters Yunus Emre, finden wir noch anschaulich die Verknüpfung von Glaube, Wissen und dem Eingebunden Sein in das Heilige und Heilende.

Er schrieb vor 800 Jahren:

*Und ich fragte die gelbe Blume:
„Hast du Vater, hast du Mutter?“
Die gelbe Blume antwortete:
„Die Erde ist Vater und Mutter für mich.“*

*Und ich fragte die gelbe Blume:
„Hast du Bruder, hast du Schwester?“
Die gelbe Blume antwortete:
„Die Blätter sind Brüder und Schwestern für mich.“*

*Und ich fragte die gelbe Blume:
„Weißt du, wer ich bin?“
Die gelbe Blume antwortete:
„Bist du nicht Yunus?“*

Er spricht mit der Natur, wendet sich an die kleine Blume voller Vertrauen und Respekt und erhält Antwort von einem kleinen aber bedeutenden Wesen. Eine Antwort die verdeutlicht, dass die Elemente in unserer Natur ein waches und genaues Bewusstsein haben, wer und was ihnen begegnet.

Und jedem mag die Empfindung überlassen bleiben, die dieser Text auslöst.

Im Laufe der Jahrtausende wurden Wege entwickelt, hilfreiches Wissen bewahrt und von Generation zu Generation weitergegeben und ergänzt.

Eine der frühesten Meister im Sufitum ist Hoca Ahmet Yesevi (1103-1167). Er lebte in Turkistan. Es wird angenommen, dass er einer der ersten war, die sowohl vertraut waren mit Sufi Praktiken als auch mit schamanischen Methoden. Es wird ihm zugeschrieben, dass es gelang die Welten des Sufitums mit den schamanischen Welten in Einklang und Harmonie zu bringen.

Weil er die verborgenen Geheimnisse und die Macht der Liebe kannte, konnte er die Werte der alten Kultur bewahren und sie mit den neuen Prinzipien des Islams verbinden.

Die Baksı, die Schamanen der Turkvölker, lernten über tausende von Jahren geschickte Lösungen für Chaossituationen, Krisen und schwierige Lebenslagen zu finden. Meistens erlebten die Baksı Krankheiten am eigenen Körper. Die Bewältigung der Krisen ermächtigte und befähigte sie die Heilkraft zu erkennen, sie aus der „Anderswelt“ mitzubringen und am Patienten anzuwenden.

Baksı waren HeilerInnen, KünstlerInnen, MusikerInnen, Poeten, TänzerInnen, MalerInnen. Sie beobachteten höchst genau die Bewegungen der Pflanzen, Tiere, Steine und imitierten sie, ebenso wie die Klänge aus der Natur.

Jedes Teilchen der Schöpfung konnte zu einer Einladung werden auf eine Schamanenreise in die „Anderswelt“ zu gehen.

Rhythmen, Musik, Klänge, Worte, Farben, Bewegungen und Träume sind Übergangselemente, die eine wichtige Rolle in Heilungsprozessen spielen und die uns mit unserem Unbewussten oder Überbewussten verbinden können.

Musik und Heilung

Musik und Tanz begleiten den Menschen auf der ganzen Welt, wahrscheinlich seid es ihn gibt. Sie sind Teil des menschlichen Lebens.

Manche Musikforscher gehen davon aus, dass es eine Frühform von Klängen und Urlauten gab, mit der sich die Menschen untereinander verständigten, bevor sich die Sprache als weitaus differenziertere Form der Kommunikation entwickelte. Wie diese musikalische „Ursprache“ geklungen hat, wissen wir nicht. Wir können es höchstens erahnen wenn wir Menschen zuhören, die noch sehr ursprünglich in traditionellen Gesellschaften mit und in der Natur leben. In ihrem Leben spielen Klänge, Mimik, Gestik, Tänze und Rhythmen eine sehr große Rolle, auch für die Kommunikation untereinander, von der manchmal sogar das Überleben abhängt. Etwa wenn sich Jäger bei der Jagd durch Laute gegenseitig warnen.

Die Musik in Zentralasien und der Türkei ist unendlich in ihren Variationen und wird zu unterschiedlichsten Ereignissen gespielt.

Es heißt: „Von der Wiege bis zum Tod mit Musik.“

Die Grundlage ist das Mysterium des Klangs

Aus der Perspektive der orientalischen Medizin werden physische und psychische Krankheiten als eine Disharmonie betrachtet, die sich in der

Beeinträchtigung der Schwingung der betroffenen Organe, Nerven und Zellen ausdrückt. Mittels der Pulsdiagnostik wurden deshalb in der orientalischen Medizin seit Jahrhunderten, die Einflüsse von Tonarten auf Körper und Psyche diagnostiziert und dokumentiert.

- Die Mythen der Menschheit offenbaren ein Wissen über die Kraft von Klängen und Tönen.
- Die indische Philosophie erklärt, dass die gesamte Welt aus Nada, dem Schöpfungsklang, hervorgeht.
- Die Gesänge der Aborigines, der Ureinwohner Australiens, die als Songlines bezeichnet werden, verhalfen den Menschen zur Orientierung und inneren Ausrichtung. Mit ihnen lernten sie alles, was ein Aborigine über seine eigene Tradition, über das Land, in dem er lebte, und über die Begegnung mit anderen Menschen auf seinem Weg wissen musste.
- In der Bibel heißt es: „Gott sprach: es werde Licht! Und es ward Licht!“ (Altes Testament)
- „Wenn Allah spricht: Sei! Dann ist es!“ (Koran)
- Die Pythagoräer sprachen von einer »Musik der Sphären«, die durch die Schwingung der Planeten als himmlische Sinfonie erklingt.
- Johann Wolfgang von Goethe lässt im »Faust« einen der Erzengel sagen:

*„Die Sonne tönt nach alter Weise
In Brudersphären Wettgesang,
Und ihre vorgeschrieb'ne Reise
Vollendet sie mit Donnergang.
Ihr Anblick gibt den Engeln Stärke,
Wenn keiner sie ergründen mag;
Die unbegreiflich hohen Werke
Sind herrlich wie am ersten Tag.“*

- Moses hörte den göttlichen Klang am Berg.
- Christus hörte ihn.
- Mohammed hörte ihn in der Höhle Ghar-e Hira.
- Maria vernahm ihn durch einen Engel.
- Hildegard von Bingen lauschte ihm.
- Shiva hörte ihn in der Höhle im Himalaya.

Glückseligkeit durch inneren Klang?

Nicht nur Schamanen heilten durch die Jahrtausende mit Liedern und Rhythmen, auch Rabbiner, Lamas, Mönche, Brahmanen nutzten Klänge. Das unbegreifliche, was hinter allem wirkt, der Urgrund allen Seins, aus dem alles klingt. Dieser Klang ist die Quelle aller Offenbarungen der bekannten und unbekannten Meister und Meisterinnen. Sie alle waren Wanderer auf den mystischen Pfaden und brachten Licht und Erhellung in die Dunkelheit des Geistes.

„Das Mineral-, das Pflanzen-, das Tier- und das Menschenreich entsprechen Schwingungen. Die Schwingungen der einzelnen Ebenen unterscheiden sich voneinander durch Gewicht, Breite, Län-

ge, Farbe, Wirkung, Klang und Rhythmus.“ (Hz. Inayat Khan 5.7.1882 - 5.2.1927)

Klang ist Schwingung. Schwingung erzeugt Schwingung, so wie Bewegung -Bewegung verursacht.

Unsere Erde ist in den Rhythmus des Sonnensystems und der Milchstraße eingebunden. Wir leben in einem Raum voller Schwingungen. Sind darin aufgehoben und finden innerhalb der lebendigen Rhythmen unsere Orientierung. Einige Schwingungen sind für uns als Klang über das Gehör wahrnehmbar, andere als Licht und Farbe über die Augen, und wieder andere als Vibration, zum Beispiel über die Haut. Deshalb ist es nicht ungewöhnlich, dass Musik mit spezifischen Rhythmen und Melodien zur Gesunderhaltung und Heilung einen wichtigen, ergänzenden Beitrag leisten kann.



Makame und ihre Zuordnung zu den entsprechenden Elementen sowie eine Beschreibung der Wirkung auf bestimmte Organe und Körperteile. Abb. aus dem 150 Jahre alten Buch 'Türk Musikisi Ansiklopedisi' (Hasim Bey Mecmuası)

Makammusik/Tonarten

Makam ist ein arabisches Wort und bezeichnete ursprünglich vermutlich einen erhöhten Platz, auf dem die Sänger bei Hofe standen. In der orientalischen Musik steht Makam für ein Tonsystem, einen Melodientyp auf der Basis der „Siebentonleiter“, sowie eine bestimmte musikalische Stimmung. Da ein Ganztonschritt in der orientalischen Musik in 9 Tonschritte geteilt wird, bestehen ca. 500 verschiedene Tonarten. Mittels der Pulsdiagnostik, diagnostizierten die Hakime (Universalgelehrte ihrer Zeit, die auch Ärzte waren) in der orientalischen Medizin, seit Jahrhunderten, die Einflüsse von Tonarten auf Körper und Psyche und dokumentierten dies in Büchern. Während also die Musiker spielten wurde die unmittelbare Wirkung der Musik direkt am Puls, der Auskunft über die inneren Organe, Gefühle und Zustände des Patienten gab, gefühlt. In Zuordnungssystemen und Klassifikationen wurde das notiert und festgehalten. Man wusste wohin die Tonarten wirkten, welche Zustände sie auslösten und welche Kräfte sie besaßen. So konnten sie gezielt die Musik einsetzen.

Von El Farabi (870-950) stammen folgende Worte: „Der Körper ist krank, wenn die Seele geschwächt ist und er ist beeinträchtigt, wenn sie beeinträchtigt ist. Daher geschieht die Heilung des Körpers durch die Heilung der Seele, indem ihre Kräfte wieder hergestellt werden und ihre Substanz in die rechte Ordnung gebracht wird, mit Hilfe von Klängen, die dies bewirken können und dafür geeignet sind.“

Spiritualität und Heilung

Viele Sufis waren Poeten, Musiker, Komponisten, Sänger und Freunde der Bewegung und des Tanzes. Im Singen und im Tanz verehrten sie die Göttlichkeit, die Allah, Gott oder Jahve benannt wurde und fühlten sich ihr nah.

In Sufi Ritualen werden Rhythmen getrommelt, es werden spezielle Atemtechniken gelehrt, Körperbewegungen dazu ausgeführt und Mantrén rhythmisch rezitiert.

Objekte wie Trommeln, Musikinstrumente, Stöcke, Feuer und Wasser kommen sowohl in schamanischen als auch in Sufi Ritualen zum Einsatz.

Obwohl sich von außen betrachtet die schamanischen und sufischen Rituale ähnlich sehen und gegenseitig beeinflusst haben, gibt es doch Unterschiede in ihrer philosophischen Betrachtung.

Beide bieten sinnvolle Werte und kraftvolle Anleitungen zu einem Leben in der Gemeinschaft, in Harmonie und Gesundheit. In den heutigen modernen Therapieverfahren finden diese Erkenntnisse zunehmend Beachtung.

Dr. Rahmi Oruç Güvenç

Widmet seit mehr als 40 Jahren sein Leben der Erhaltung, Erforschung und Lehre der authentischen türkischen und zentralasiatischen Musik- und Bewegungstherapie.

Er wurde 1948 in Zentralanatolien geboren. Seine Familie war im frühen 19. Jahrhundert aus Zentralasien in die heutige Türkei eingewandert. Zuhause hörte er die Mutter häufig alte Lieder aus ihrer Heimat singen. Seine Brüder und Onkel spielten zentralasiatische Instrumente.

Im Alter von 12 Jahren hatte er einen kraftvollen Traum:

Ein großer, dunkel gekleideter Mann reichte dem kleinen Jungen eine Violine und sagte: „Spiel!“ „Aber ich kann gar nicht spielen“, antwortete Oruç im Traum. „Doch, du kannst!“ erwiderte der Mann. Und tatsächlich, als Oruç das Instrument in die Hand nahm, begann er zu spielen. Er war begeistert und fasziniert von den Klängen und hatte große Freude am Spielen.

Mit diesen Gefühlen wachte er am nächsten Morgen auf und erzählte den Traum seinem Vater. Der ging sofort los und besorgte eine Kindergeige für seinen Sohn, damit der seinen Traum realisieren konnte. Keinen Augenblick zweifelte der Vater an der Information in dem Traum seines Kindes. Zur selben Zeit traf Oruç seinen ersten Sufi Meister. Die folgenden Jahre studierte er das Violinen Spiel und lernte parallel einige andere zentralasiatische Instrumente zu spielen.

Er schloss seine Studien an der Universität in Istanbul in Philosophie mit einer wissenschaftlichen Arbeit über Celaleddin Mevlana Rumi ab. In klinischer Psychologie promovierte er zu dem Thema Alt Orientalische Musik Therapie.

1976 gründete er die internationale Gruppe Tümata, (Türk Müziği Arastırma ve Tanıtma Grubu = Türkische Musik in Forschung und Präsentation).

Seine häufigen Reisen führten ihn nach Zentralasien, USA und Europa, wo er seine Arbeit in Konzerten und internationalen Veranstaltungen präsentiert. In Seminaren und Musik Kursen gibt er sein Wissen an die StudentInnen weiter.

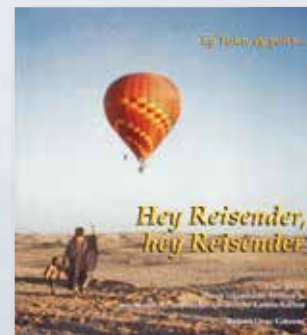
Heute wird diese traditionelle Musik in der modernen medizinischen und psychologischen Behandlung und Psychotherapie angewandt.



Dr. Rahmi Oruç Güvenç und Andrea Azize Güvenç

werden vom 19. bis 22. März 2015 in Hannover einen Lehrgang zur Selbsterfahrung und Kennenlernen geben.

Vom 20. Bis 26. September 2015 wird die DGAM einen internationalen Lehrgang in der Türkei mitgestalten.



Literatur:

„Hey Reisender, hey Reisender“

Buch & 2 CDs, Dr. Rahmi Oruç Güvenç

Zu bestellen per mail bei: azizeguvenc@yahoo.de

„Heilende Musik aus dem Orient“

Vom traditionellen Wissen der Schamanen und Sufis zur praktischen Anwendung altorientalischer Musiktherapie“ südwest Verlag

Buch & 1 CD

Oruç Güvenç & Andrea Azize Güvenç

Infos und Fragen bei: azizeguvenc@yahoo.de

