

Sehnsucht nach Harmonie & Ein-Klang

*Die Faszination der heilsamen Klänge
von Kerstin und Stefan Michel*



Vom Ur-Klang bis zur heutigen Musikmedizin – Klänge haben Menschen seit jeher seelisch tief berührt und Heilungsprozesse unterstützt. Auf den Spuren unserer Vorfahren wächst heute stetig das Interesse am Einsatz der klanglichen Schwingungen – neue Therapieformen entstehen.

Die Mythen vieler Völker bezeugen, dass es so etwas wie einen „Urklang“ gibt, aus dem alles entstand. Ob in der Südsee, in China, bei den Indianern Nordamerikas oder an anderen Plätzen dieser Erde: Dem Klang als dem Gesang des Göttlichen oder in der christlichen Tradition als dem Wort Gottes wird die Entstehung des Lebens und der Welt zugeschrieben. Klang und Schöpfung scheinen eins zu sein – in Indien mit der uns allen bekannten heiligen Silbe OM verbunden.

Magie der Klänge

Der Magie der Klänge folgten Menschen seit Anbeginn in Ritualen und schamanischen Traditionen. Schon sehr früh nutzten Menschen in Ägypten, China, Arabien, Indien, ja auf der ganzen Welt Klänge zur Unterstützung von Heilungsprozessen. Encheduanna z.B., Tochter des Königs Sargon von Akkad in der sumerisch-akkadischen Zeit vor ca. 4200 Jahren, komponierte und dichtete 42 Tem-

pelhymnen, mit denen sie Kranke heilen konnte. Die Musik mit ihrer magisch-mythischen Wirkung war fest in Heilrituale eingebunden. Auch in Griechenland, der Wiege westlicher Kultur, galt schon im 6. Jh. v. Chr. Klang und Musik als Wurzel und Maß aller Dinge. Pythagoras erkannte, dass Musik, Mensch und Kosmos analogen Gesetzen unterliegen, ja der Kosmos einer großen harmonischen Sinfonie gleicht. Pythagoras verwob Mathematik, Musik und Philosophie zu einer umfassenden Lehre. Er verglich die Ordnung der Welt, ihren Rhythmus und ihre Harmonie mit der göttlichen Liebe, die der Mensch mit seinem Verstand als übersinnliche Wirklichkeit erfassen kann. Pythagoras sang seinen Schülern beruhigende Melodien vor, basierend auf dem Wissen, dass Melodie und Rhythmus, welche kosmischen Gesetzen folgen, in der Lage sind, den Menschen in seiner Ganzheit zu harmonisieren. Die Suche nach harmonikalen Zusammenhängen führte den Astronom, Mathematiker und Mystiker Johannes Kepler fast 2000 Jahre später zu der Erkenntnis, dass selbst die Planeten in harmonischen Proportionen ihre Bahnen ziehen. Kepler sah sich darin bestätigt, dass der Aufbau der Welt harmonisch und damit musikalisch sei. Heute gibt es ganze Musik-CD-Reihen (z.B. von J.E Berendt), auf denen die kosmisch-klanglichen Schwingungen der Planetentöne zu hören sind. Der Kosmos als klingendes Ganzes beherrschte bis ins Mittelalter das Denken der Menschen und hatte Einfluss auf Handwerk, Architektur, bildende Kunst und Musik. An den Universitäten des Mittelalters war die Musik neben Medizin, Physik etc. überall Hauptfach als methodische Grundlage zur wissenschaftlichen Erkenntnis fundamentaler Naturgesetze.

Rückkehr der Klangzeit

Die Aufklärung der Neuzeit brachte es mit sich, dass die Welt nicht mehr als harmonisches Ganzes gesehen, sondern in viele kleine Teile zerlegt wurde. In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts flackerte das Interesse an den harmonikalen und musikmedizinischen Erkenntnissen der alten Kulturen in verschiedenen Disziplinen der Medizin, Physik und Psychotherapie jedoch wieder auf. An der Musikhochschule in Wien wurde der weltweit einzige Lehrstuhl für Harmonik gegründet, der sich auf die Spuren der alten Philosophen begibt, um alte Verbindungen wieder neu zu knüpfen. Die moderne Physik spricht in einer ähnlichen Sprache wie die alten Weisen von einem Tanz der Teilchen oder interpretiert die Welt als Schwingungsphänomen von Grundmustern, die überall wirken und zusammenhängen. Einige Musikwissenschaftler betrachten Körper und Geist als sichtbaren Ausdruck des kosmischen Klangs und als dessen Resonanzboden.

Auf medizinischer Ebene wird in den letzten Jahrzehnten die heilende und ordnende Kraft der Musik und der Klänge intensiv untersucht. Der Musikmediziner Dr. Ralph Spingte belegte durch groß angelegte Studien bei über 100.000 Patienten die angst- und schmerzlösende Kraft der Musik, so dass sie als Therapie in die klinische Medizin Einzug fand. Zu den erprobten Wirkungen zählen die Herabsetzung der Muskelspannung, Senkung von Herzfrequenz und Blutdruck, Reduzierung des Schmerzempfindens und des Stresshormonspiegels, Harmonisierung des Atemrhythmus, Stärkung des Vertrauens usw. In der Freiburger Universitätsklinik für Tumorbologie wurden Tumorzellkulturen akustischen Klängen ausgesetzt, worauf ein langsames Wachstum der Tumorzellen festgestellt wurde. In einer anderen Studie der Freiburger Klinik wurde die Klangmeditation mit Monochord, Klangschalen und Gongs als hocheffektives Entspannungsverfahren nachgewiesen, welches seelische Ausgeglichenheit und ein tiefes Ruherlebnis hervorruft. Abseits der schulmedizinischen, durch aufwendige Studiendesigns geprägten Erkenntnissuche haben sich in den letzten Jahrzehnten viele Pioniere mit den heilenden Schwingungen von Klängen befasst. In den USA z.B. ha-

ben sich Klangheilungspioniere in den achtziger Jahren zu einer Sound Healers Association zusammengeschlossen, koordiniert durch Jonathan Goldman, in der sich unterschiedlichste Fachdisziplinen – Musiker, Mediziner, Heiler, Physio-, Psycho- und Körpertherapeuten etc. – rege austauschen und neuartige Therapien durch Klangschwingungen entwickeln.

Klangschalentherapie

Eine Form des Sound Healing ist die Klangschalentherapie, auf die wir hier näher eingehen möchten. Alte tibetische Klangschalen mit ihrer ausgleichenden und harmonisierenden Wirkung auf unser ganzes menschliches Sein können von großem Einfluss auf unsere Möglichkeiten der Bewusstseinsweiterung, Transformation und Genesung sein. Über den ursprünglichen Verwendungszweck tibetischer Klangschalen ist nicht viel bekannt. Klar ist, dass eine Klangschale zur Ausstattung eines tibetischen Mönchs gehörte, ob nun als Bettelschale, Gebrauchsgegenstand, Ritualgefäß oder Musikinstrument. Unabhängig von ihrem ursprünglichen Einsatz wurde in verschiedenen westlichen Ländern die vielfältige therapeutische Wirkkraft der Klangschale entdeckt. Allein die akustischen Aspekte der Klangschalen sind äußerst spannend und für die Klangtherapie gut geeignet. In der Regel ertönen beim Anschlagen einer Klangschale mit einem Filzschlägel 3–6 einzelne Töne gleichzeitig. Neben dem Grundton kommen bei einer Klangschale sehr deutlich die darüber liegenden helleren Obertöne zum Vorschein. Der tiefste Ton (Grundton) bestimmt die Tonhöhe des Klangs und die höheren (Ober-) Töne sind für die Klangfarbe verantwortlich. Da die Obertöne bei Klangschalen oft ähnlich gut hörbar sind wie der Grundton, teilweise sogar lauter, entsteht eine besonders faszinierende Klangfarbe. Welche und wie viele Töne in einer Klangschale markant sind, ist bei jeder Schale unterschiedlich. Durch Unebenheiten in der Oberfläche enthalten einzelne Töne der Schale oft Schwebungen, die den Ton „wabern“ lassen. Schwebungen entstehen durch Überlagerung zwei dicht beieinander liegender Frequenzen. In der Klangtherapie unterscheiden wir darüber hinaus Klangschalen, die den Klang seitwärts abstrahlen, und solche, die ihren Klang nach unten abgeben. Bei letzteren ist eine deutliche Vibration beim Anschlagen der Schale am Boden spürbar, so dass diese Schalen auch sehr gut für den Einsatz auf dem Körper bei einer Klangmassage geeignet sind.

Körperklang – Resonanzen im Schwingungsfeld

Die Vibration einer klingenden Schale, die bei einer Klangschalenmassage über den Boden der Schale auf den Körper übertragen wird, ist so fein wie bei kaum einer anderen Massageart. Diese Klangvibrationen sind durch die Kleidung auf der Haut, im Muskelgewebe und im Knorpelsystem spürbar und sprechen zudem die subtileren körperlichen und feinstofflichen Energien an. Das Anreiben einer Klangschale auf dem Körper intensiviert die Klangerfahrung, da sich die Schwingungen kontinuierlich wie ein ins Wasser geworfener Stein im Körper ausbreiten. Ergänzend werden die Schalen im Raum bewegt und damit ein obertonreiches Klangfeld erzeugt, das in jedem individuell schwingt. Die Klangschalen werden für jede Behandlung individuell ausgesucht und nicht nach einem bestimmten System (z.B. nach Planeten-, Chakrentönen) starr zugeordnet, da jeder Körper unterschiedlich auf die verschiedenen Klangaspekte reagiert oder, besser gesagt, in Resonanz gerät. Die gleichen Klangschalen mögen sich auf unterschiedlichen Körpern jeweils anders anhören, entfalten eine unterschiedliche Klangfarbe. Manchmal scheint ein Mensch einen Klang geradezu zu „verschlucken“, die Klangschale verstummt dann kurz nach dem Anschlagen wieder. An einer anderen Körperstelle mag sich der Klang voll entfalten und lange schwingen. So läuft jede Klangbehandlung anders und individu-

ell abgestimmt ab. Unterschiedliche klangliche, körperliche und auch emotionale Resonanzen auf bestimmte Klangschalen können individuell unterschiedliche körperliche, energetische oder emotionale Ursachen haben. Achtsam für diese klanglichen und körperlichen Nuancen zu werden ist Bestandteil der Ausbildung in Klangmassage. Die Kraft der Klänge ermöglicht auch, dass tiefere emotionale Prozesse angesprochen werden. Hier liegt es in der Kompetenz des Klangtherapeuten, der Klangtherapeutin, diese Resonanzaspekte wahrzunehmen. Ebenso wie bestimmte Themen durch die Klangbehandlung aufgedeckt werden können, ist es möglich, über akustische Signale einen Ausgleich auf diesen Ebenen herzustellen. Manchmal erfordert das Erfahrene jedoch auch eine verbale therapeutische Aufarbeitung, damit Transformation und Heilung möglich werden. Der eigenen Lebensmelodie auf der Spur

Menschen haben sich seit Jahrtausenden mit der heilenden Kraft der Klänge, der Musik und Schwingungen auseinandergesetzt. Damals wie heute fühlen wir, dass unsere Seele berührt wird, in Schwingung gerät, sozusagen „Saiten“ in uns zum Klingen kommen, die uns unsere Spur zum Wahren, Eigentlichen und Wesentlichen aufnehmen lassen. Die Klangerfahrung lädt dazu ein, sich wieder in die Verbindung zu unseren Wurzelkräften und höheren, feineren Schwingungen unseres Selbst auszudehnen. Der bekannte Psychotherapeut Le Shan sprach davon, dass jeder Mensch eine eigene „Lebensmelodie“ hat. Durch die Klangtherapie besteht die Möglichkeit, wieder aufmerksam für die innere Melodie des eigenen Lebens zu werden und mit sich selbst in Kontakt und in Ein-Klang zu kommen.

Nähere Informationen zu Klangtherapie, Klangmassage sowie

- Ausbildung in Klangschalenmassage, Klangmeditation, achtsamkeitsbasierter Klang-Körpertherapie, Obertongesang mit Möglichkeit der Zertifizierung als GesundheitspraktikerIn BfG
- Beratung und Verkauf von Klanginstrumenten
- Einzelanwendungen Klangschalenmassage, Klangtherapie
- Klangmeditation

bei
Kerstin und Stefan Michel
Göhrshof 9, 30539 Hannover
Tel: 0511 / 45 99 01 47
Fax 0511 / 45 99 01 48
www.klangschalenmassage.de

