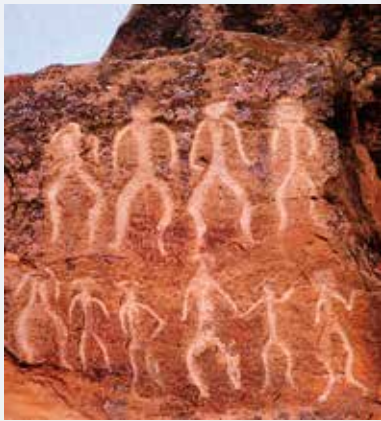


Sinnlichkeit - Altorientalische Musik- und Bewegungs Therapie

von Andrea Azize Güvenç (Zweiter Teil)

Die Musiktherapie-Tradition ist in der Musik- Medizingeschichte Zentralasiens und des Vorderen Orients eine außergewöhnliche Erscheinung. Hinter ihr stehen eigene Krankheits- beziehungsweise Gesundheitslehren und Diagnose-Systeme aus dem Schamanentum, der Orientalischen Medizin und der Humoralpathologie, wie sie unter anderem von Ibn Sina (Avicienna) geprägt wurde. Neben der Verwendung von Schamanenmusik kommen Elemente der zentralasiatischen und anatolischen Musik dazu, ebenso wie die Makam-Musik (Tonarten), und damit auch eine Verbindung zur islamisch-mystischen Musik.



Felszeichnung in Azerbaijan, Gobustan, ca. 14.000 Jahre alt.



Stilisierte Figuren, gefunden in Osttürkistan, geschätzt auf 475 vor Chr. -220 nach Christus.

Der uighurische Maler Ghazi Ahmet dokumentiert in seinen Bildern den Reichtum, die Lebensfreude und die Bedeutung der reichen Musik- und Tanzkultur seines Volkes mit einer ca. 5000-jährigen Geschichte.

Dr. Oruç Güvenç trug die verschiedenen Musikformen der Turkvölker aus den ältesten Epochen

zusammen. Dazu reiste er in die Gegenden des alten Horasans, wo sich über tausende von Jahren die Musiktherapie entwickelte:

Türkmenistan, Uighur, Kasachstan, Uzbekistan, Tadschikistan, Iran, Afghanistan, Altai, Tataristan, Azerbaijan, Mongolei.

Schamanentänze, zentralasiatische Lieder und klassisch türkische Musik, sowie Praktiken, Ideen und Elemente des Sufitums, flossen zusammen und wurden zu einem anwendbaren Heilverfahren.

Zweifelloos wurden die alten Formen der AOM durch ihn wiederbelebt und in der neuen Form ins Bewusstsein der gegenwärtigen Heilkulturen gerückt.

Überblick der verschiedenen Formen der AOM:

1 Rezeptive AOM

- Pentatonische Melodien
- Klassische türkische Musik (Makammusik)
- Sufimusik
- Imaginationsmusik
- Improvisationen

2 Aktive AOM

- Baksı Tanz
- Archetypische Bewegungen
- Zentralasiatische Tänze & Bewegungen

3 Sufimusik

- Sufitänze
- Sufimeditationen
- Atemtechniken

Mit Elementen, Klangformen und Kompositionen aus diesen unterschiedlichen Musikbereichen gestaltet der Therapeut seine Beziehung zum Patienten.

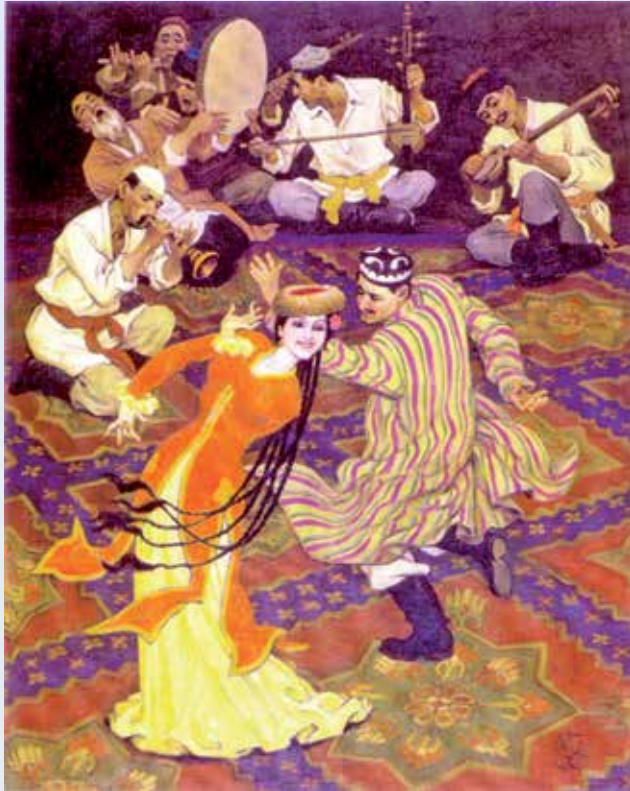
Man fragte sich, was physiologisch im Menschen geschehe, wenn die Einwirkungen der verschiedenen Makame auf den Organismus treffen? Was ergreift und berührt im Erleben der Musik?

Welche spirituelle Wirklichkeit enthält die Musik?

„Alte osmanische und arabische Quellen geben uns Hinweise darauf, welche Kombinationen von Makamen bei welchen körperlichen und seelischen Konstellationen sie ihre bestmögliche Wirkung entfalten. Allerdings orientieren sie sich an den medizinischen Vorstellungen ihrer Zeit und erfordern einen sehr spezifischen Blick auf den Patienten, seinen Körper und seine Seele.“

Michael Bachmeier-Ek i, arabisch-türkische makamtherapie, Band 1, Elixiere Verlag, 2014

Es gibt astrologisch-medizinische Zuordnungen, und ein weiteres wichtiges Einteilungskriterium der Makame (Tonarten) sind die Planeten und Tierkreiszeichen.



Ghazi Ahmet:
Frau Mann

Beschreibung: wirkt auf die Knochen, das Gehirn und das Fettgewebe, wenn sie sich in einem Kältezustand befinden. Wirkt auf den Kopfbereich, Gesicht und Augen. Hilft bei Lähmungen (z.B. nach Schlaganfällen, Cerebralparesen) und bei autistischen Erscheinungsbildern. Verringert das Schlafbedürfnis. Senkt die Pulsfrequenz. Bringt bei Kindern die innere Feuchtigkeit in Balance. Wurde bei Geisteskrankheiten angewandt. Schenkt Ruhe, Freude, inneres Gleichgewicht und innere Stille.

In der AOM wurde über Jahrhunderte geforscht, welche die Wirkungen der Musik sind. Den Haki-men (Universalgelehrte) war bewusst, dass Musik nicht nur gehört, sondern erlebt wird und sowohl Mensch, als auch Musik eingebunden sind ins universale Geschehen der kosmischen Vorgänge.

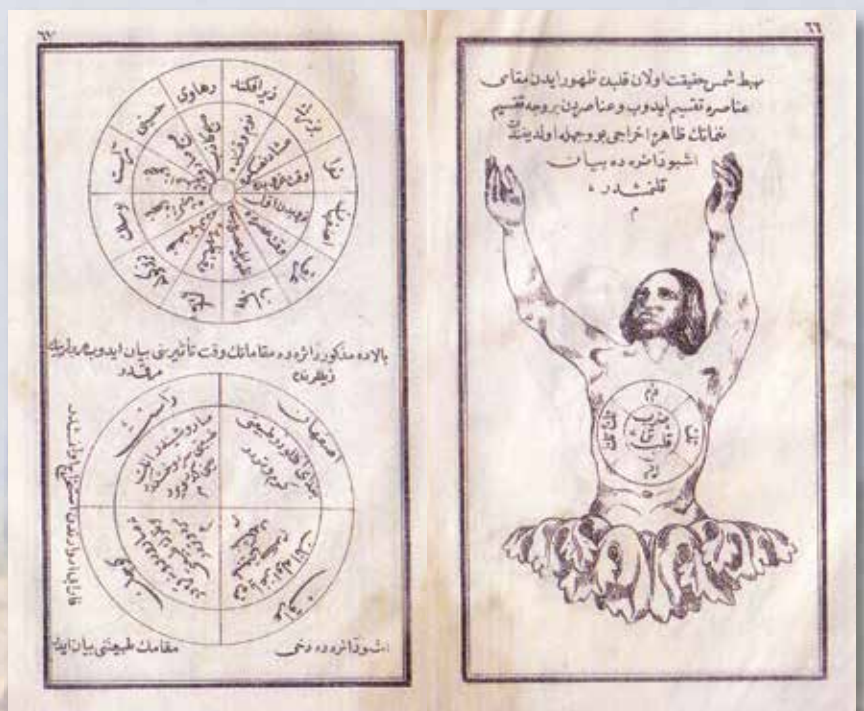
Musik kann Auslöser unterschiedlichster Gefühle sein, und kaum ein Mensch wird auf Musik verzichten wollen. Musik ist ein Urbedürfnis des Menschen.

In dem 250 Jahre alten Buch, Mecmuasi, von Hasim Bey wurden die Zuordnungen in Bild und Schrift dargestellt. Hier das Beispiel wie die Makame den Körperregionen zugeordnet sind.

Beispiel: Makam Rast

Astrologie	Mars
Sternzeichen	Widder & Steinbock
Element	Feuer
Charakter	trocken & heiß
Beste Wirkzeit	Nachts und vor Sonnenaufgang
Wirksamster Tag	Dienstags tagsüber
Geschlecht	maskulin
Körpersäfte	gelbe Galle und gelber Schweiß

Musik und Musiktherapie haben natürlicherweise mit dem Ohr, dem Hören und Zuhören, dem Lauschen und den damit verbundenen Empfindungen zu tun. Das Hören gehört zu den Sinnestätigkeiten eines Menschen. Ein Sinn, der weit mehr umfasst als nur die Vorgänge im Ohr und Gehirn. Es ist der ganze Mensch, der hört.



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 Mecmuasi)

In der AOM wird davon ausgegangen, dass es der Klang selbst ist, der heilt. Der Klang selbst, die Melodie, die Improvisationen haben heilsame Wirkung.

Der große Mystiker Mevlana schreibt: „Die Melodien entstehen aus den Bewegungen des Himmels.“

Körper, Geist und Seele werden gleichermaßen berührt. Da der Mensch mit seinen eigenen, individuellen Wesenszügen und Emotionen unterschiedlich auf Musik reagiert, ist es die Aufgabe des Therapeuten, die Musik zu finden, die für den Patienten geeignet ist. Makame zum Beispiel haben, wie der Mensch selbst, sehr unterschiedliche Charaktere. Manche sind reich in ihrem Klangspektrum, andere beschränken sich auf nur wenige Töne. Manche setzen sich gar aus verschiedenen Tonarten zusammen und bilden dadurch eine völlig neue Klangstruktur.

Anders als in der westlichen Musik, besteht ein Ganztonschritt in der orientalischen Musik aus neun Zwischentönen (Koma). Dadurch entstehen über 500 Tonarten mit unterschiedlichen Klangcharakteren. Aus der alten Literatur wissen wir, dass bis vor 150 Jahren dreißig der Makame in der Musiktherapie verwendet wurden.

Was immer ein Mensch hört und was ihn bewegt, ist ein Schallergebnis, hervorgebracht durch Bewegung. Unsere gesamte Welt besteht aus Bewegung, die Töne verursachen. Das menschliche Ohr nimmt limitiert Frequenzen wahr, in einem

Bereich von ca. 18 -20.000 Hertz. Hunde und andere Tiere können weit mehr Frequenzen wahrnehmen, wie z.B. bestimmte Fledermausarten (10-45 kHz).

Der Weg des Klanges

Der Ton kommt von außen und geht nach innen. Im Gegensatz zum Auge, welches den Menschen in die Welt hinaus führt, führt das Ohr die Welt des Klanges in den Menschen hinein.

Musik streichelt das Herz, berührt die Seele, ist Seelennahrung.

Das menschliche Ohr beginnt mit dem sichtbaren Teil der Ohrmuschel. Sie ist anatomisch so angeordnet, dass sie einem Trichter gleich nach seitlich und vorn ausgerichtet ist. Nicht nach hinten, nach oben oder unten.

Die menschlichen Augen sind schwerpunktmäßig nach vorn ausgerichtet und können sich nur begrenzt in andere Richtungen bewegen. Zur Erweiterung des Blickfeldes muss der ganze Kopf gedreht werden.

Warum hört das Ohr nicht nach hinten? Aus der Perspektive der AOM hat das Hören eine Verbindung zum Augenblick. Normalerweise hören wir nicht in die Vergangenheit und nicht in die Zukunft, außer vielleicht in einem Traum, in der Meditation oder Menschen mit besonderen Begabungen. Im Moment hören wir bewusst das Jetzt und nicht das Gewesene.

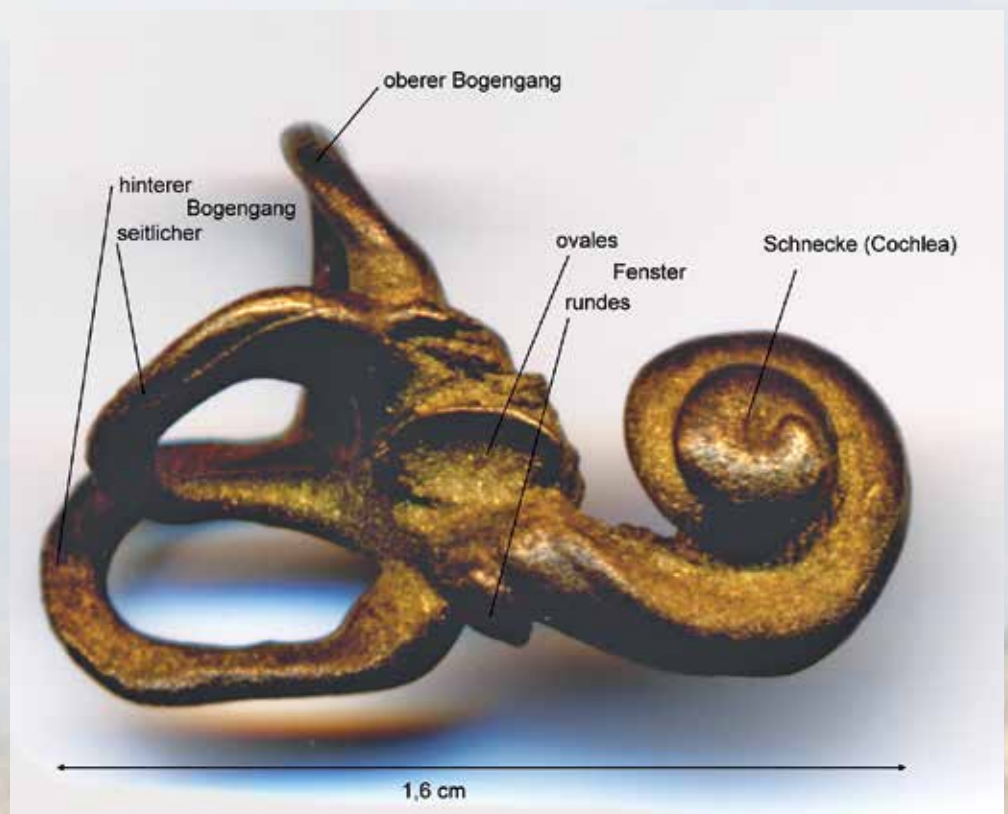
Hören verschafft uns eine besondere Beziehung zur augenblicklichen Präsenz. In der Therapie ist das ein wesentlicher Aspekt.

Eine andere Sicht auf das Ohr

Das Ohr bietet noch andere interessante Aspekte.

Bevor Klangwellen weitergeleitet werden, durchreisen sie verschiedene Auffaltungen und Vertiefungen der Ohrmuschel. Das ist ein natürliches Filtersystem für den eintreffenden Schall. Die Schallwellen treffen auf die Reliefkanten der Ohrmuschel und die Frequenzen werden verschie-

Menschliches Labyrinth
(Ausguss)
Urheber: Welleschik
wikipedia.org





den gedämpft und bewegen sich spiralförmig in Richtung Gehörgang. Dadurch wird der Klang zu einem eigenen Rhythmus geformt. Der schwankende Luftdruck wird sozusagen modelliert und in eine neue Form gebracht.

In dieser Form betritt er nach und nach den Gehörgang und trifft auf das Trommelfell. Dieses ist gut durchblutet und die eintreffenden Frequenzen bringen das Blut in Schwingung. Das Trommelfell ist mit dem Hammer verwachsen ist, dem ersten der drei kleinen Gehörknöchelchen in der Mittelohrhöhle. Sie sind mittels echter Gelenke verbunden und werden durch den Ton direkt bewegt.

Die Aussage ‚Ich bin ganz Ohr‘ bekommt eine neue Perspektive.

Am Ende sei noch erwähnt, dass das Labyrinth des Innenohres sich mit den Bogengängen des Gleichgewichtsorgans zu einem Organ vereinigt. Auch hier bewegen Frequenzen wieder Knochen, Flüssigkeiten und Gewebe, bevor sie überhaupt das ZNS erreichen. Wir erleben Musik durch ihre Bewegungsimpulse und spüren ihren Einfluss auf unsere Stimmungen.

Die meisten kennen das Gefühl von Gänsehaut beim Hören bestimmter Musikstücke oder wenn plötzlich die Tränen bei einer bestimmte Melodie laufen. Hormonausschüttungen sind dafür ein Grund.

So können wir in der Musiktherapie auf physiologischer, wie emotional-geistig-spirituelle Ebene für ein gutes Gleichgewicht spielen.



Dr. Rahmi Oruç Güvenç und Andrea Azize Güvenç

werden vom 20. bis 22. März 2015 in Hannover einen Lehrgang zur Selbsterfahrung und Kennenlernen der AOM geben.

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

Für Klangbeispiele „oruc güvenç“ in Suchmaschine eingeben. Bei Youtube nachschauen oder bei <http://www.tumata-finden.de>



Literatur:

„Hey Reisender, hey Reisender“

Buch & 2 CDs, Dr. Rahmi Oruç Güvenç

Zu bestellen 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

