

Die heilsame Kraft der Klänge

Mit Hilfe der Musik kann man auch mit hirngeschädigten Menschen in Kontakt treten, die in ihrer Wahrnehmung eingeschränkt sind. Auch Klänge haben eine heilende Wirkung. Diese Erkenntnisse macht sich die Musik- und Klangtherapie seit Jahren zu Nutze. Der Autor entwickelt und baut in seiner Klangwerkstatt therapeutische Saiteninstrumente, bietet Instrumentenbaukurse und klangtherapeutische Seminare sowie Einzelbehandlungen mit Körperinstrumenten an.

Musik ist ein Medium, das die meisten Menschen berührt und Gefühle, Bilder und Stimmungen transportiert. Sie wirkt direkt auf das limbische System und spricht beide Gehirnhälften an – erreicht also auch Menschen mit schweren Hirnschädigungen. Musik erregt Aufmerksamkeit und erhöht die Fähigkeit zur Wachheit von Menschen. Verschüttete Wahrnehmungs- und Erinnerungskanäle können so wieder gebahnt werden.

Klang ist ein therapeutisches Hilfsmittel, das traditionell seit Jahrhunderten von Medizinmännern und Schamanen wegen seiner heilenden Wirkung eingesetzt wird. Auch in der gegenwärtigen rezeptiven Musik- und

Klangtherapie werden seit vielen Jahren zunehmend auch eher un-

gewöhnliche Klanginstrumente eingesetzt, die nicht zum Musikmachen in diesem herkömmlichen Sinne dienen, sondern bei deren Spiel ein kontinuierlicher, dichter Klangteppich entsteht. Wenn wir Musikstücke, zum Beispiel Lieder hören, nehmen wir üblicherweise Melodie, Rhythmus, Klangfarbe und das musikalische Geschehen wahr. Hier hingegen werden bewusst solche Instrumente gewählt, deren Klänge aufgrund ihrer relativ gleich bleibenden oder scheinbar fehlenden Struktur und Klangfarbe das normale, kognitive Wachbewusstsein wenig ansprechen. Diese eignen sich besonders, den Zugang zu tieferen Bewusstseinschichten und zur Wahrnehmung des eigenen Körpers zu öffnen.

Neben Gong, Schamanentrommel, Rassel, Klangschale und Didgeridoo, ist hier vor allem das Monochord zu nennen. Dieses (ursprünglich bekannt durch Pythagoras, der an einem Einsaiter Zahlenverhältnisse in der Musik und im Kosmos untersuchte) ist ein Instrument mit vielen (z. B. 13 und mehr) Saiten, die alle auf einen Ton gestimmt sind. Diese Saiten werden mit den Fingern sanft berührt und gleichmäßig

angestrichen, was in besonderer Weise das Erleben von anhaltenden Schwingungen ermöglicht, die eine feine Klanghülle und einen Klangteppich von großer Leichtigkeit erzeugen. Durch die einzelne, jeweils im Augenblick angestrichene Saite, werden alle anderen Saiten zugleich in Schwingung versetzt: Dabei entsteht ein zunächst völlig reiner, schwebungsfreier Klang – eine vollkommene Konsonanz. Über diesen Klangteppich legt sich eine auf natürliche Weise und nach bestimmten Gesetzmäßigkeiten entstehende sphärisch anmutende Obertonmelodie. Der Klang des Monochords besteht eigentlich „nur“ aus einem oder zwei Tönen – aber in diesem einen Ton erschließt sich dem Hörenden der ganze musikalische Kosmos.

Die hierdurch eröffnete Erlebnissphäre ist die Qualität des „All-Eins-Seins“. Der Klang hat eine überaus wohlthuende, nährende Qualität, und erspricht auf einer sehr tiefen Ebene die menschliche Erinnerung und Sehnsucht nach symbiotischer Geborgenheit an. Er weckt dieses Urgefühl – wie natürlich auch alle frühen Defizite und Störungen, das menschliche Urvertrauen betreffend. Dass das Ohr des Fötus als erstes Organ fertig ausgebildet und damit besonders berührbar ist, spielt hier vielleicht auch eine Rolle. Behutsam eingesetzt, eröffnet sich im therapeutischen Rahmen die Chance, durch die reinigende Kraft des Klangs, Heilung zu befördern. Jener kann intensiv genossen werden, vielleicht aber auch dazu verhelfen,

autor



Bernhard Deutz

Diplom-Pädagoge und Künstlerischer Musikinstrumentenbauer mit Musiktherapeutischer Weiterbildung in Klanggeleiteter Trance



Wenn die Therapeutin mit dem Patienten zusammen die Saiten der mobilen Körpertambura spielt, verschafft sie ihm ein Erfolgserlebnis und damit einen Motivationsschub.

Schmerz zu durchleben und Blockaden zu überwinden.

Ähnlich dem beschriebenen Monochordklang, aber in sich geschlossener und unverfänglicher, ist der Klang der Tambura (vielleicht bekannt von der indischen Tanpura). Dieser aus zwei Tönen (Grundton/Quinte) zusammengesetzte Klang erscheint reichhaltiger, Halt gebender und erdender. Auf der energetischen Ebene erzeugt eine bestimmte Reihenfolge des Anstreichens der Saiten eine erhebende Wirkung, die gleichzeitig Basis, Geborgenheit und Sicherheit gibt. Nach eigenen Beobachtungen und Berichten vieler Therapeuten erzeugt der Tamburaklang bei vielen Menschen eine heitere Grundgestimmtheit.

Körperinstrumente für die therapeutische Arbeit

Rund um Monochord und Tambura sind im Laufe der letzten 20 Jahre in der Klangwerkstatt des Autors eine Vielzahl ungewöhnlicher Saiteninstrumente und Klangkörper für Musiktherapie und Heilbehandlungen entstanden – häufig auf Anregung und in Zusammenarbeit mit Musiktherapeuten: Es handelt sich hier um therapeutische Körperinstrumente – aus hochwertigen Tonhölzern gefertigte Klangkörper, auf denen ein Mensch sitzen oder liegen kann oder die man einem Menschen auf den Körper legt. Der Mensch wird in einer Art Klangmassage mit Saitenklängen „bespielt“. Hierbei wird Klang nicht nur über die Ohren, sondern durch Vibration und auf sanft einhüllende Weise ganzkörperlich erlebbar: Der bespielte Mensch badet geradezu in Klang. Klänge

wandern feinstofflich in alle Zellen und Gewebestrukturen, die Haut und die Knochen. Der menschliche Körper wird selbst zum Bestandteil des Klangkörpers und beginnt zu schwingen. Die Vibration und Resonanz des eigenen Körpers kann so überwältigend empfunden werden, „als ob alle Moleküle im Körper in Bewegung versetzt werden“. Dieses Klangerleben wirkt entkrampfend, harmonisierend und zentrierend und fördert auf eine sehr heilsame Weise die Tiefenentspannung.

Die beim Spiel entstehenden Vibrationen und Klänge sind sehr lebendig und vielfältig – anders als ein synthetisch erzeugter Klang wie zum Beispiel bei Wasserbetten mit Musik von CD. Die Behandlungssituation lebt von der Einzigartigkeit und Besonderheit des Augenblicks: Der „bespielte“ Mensch erfährt eine sehr intensive Zuwendung. Auch wenn die (Grund-) Töne des gespielten Instruments gleich bleiben, so verändert sich während des gleichmäßig fließenden Spiels unwillkürlich und permanent das Spektrum der dabei entstehenden Obertöne. Das Klagerleben wird durch das körperliche Fühlen gegenüber dem reinen Hören erheblich intensiviert.

Heilende Wirkung auf hirnerkrankte Menschen

Worin besteht nun nach bisherigen musiktherapeutischen Erfahrungen die heilende Wirkung dieser Körperinstrumente bei Menschen mit Hirnschäden?

klangstuhl

Der Klangstuhl entstand ursprünglich für die Arbeit mit mehrfach schwerstbehinderten Erwachsenen. Er ist so konstruiert, dass er eine aufrechte, aber dennoch bequeme Körperhaltung ermöglicht, die ebenso innere Achtsamkeit und Aufrichtung unterstützt und eine tiefgreifende Entspannung ohne völlige Regression fördert: Der Bespielte kann innerlich loslassen, aber zugleich Kraft und Erdung erfahren, den Boden unter den Füßen spüren. Für Menschen, die sich nicht selbst in einer aufrechten Sitzposition halten können, gibt es zusätzlich einen Becken- und einen Brustgurt. Auf dem Weltkongress 1996 in Hamburg wurde der Klangstuhl von der „World Federation of Musictherapy“ als bestes Instrument für die rezeptive Musiktherapie ausgezeichnet.

*Der Klangstuhl erlaubt der bespielten Person eine aufrechte Position, die ihm durch den Kontakt mit dem Boden Kraft erfahren lässt.
Foto: Stiftungsgemeinschaft St. Elisabeth-Stiftung Berlin*





Durch das Anstreichen der Tambura entsteht eine Vibration, die den Patienten einhüllt und stimuliert.

- Das Klangerleben wirkt entkrampfend, harmonisierend, beruhigend und zentrierend. Dies fördert die Tiefenentspannung.
- Spastiken können sich lösen, ein fehlender Muskeltonus kann sich aufbauen.

So berichtet die Musiktherapeutin Birgit van Beuningen von einer Dame, die im Rahmen eines Vortrags auf dem Klangstuhl Platz nahm: „Diese erzählte, dass sie vor 23 Jahren einen Schlaganfall erlitten hatte. Schon am Gangbild war deutlich erkennbar, dass

ihre rechte Körperseite gelähmt war. Ihre rechte Hand war stark nach innen verbogen, für alltägliche Bewegungen unbrauchbar. Ich begann, die Saiten des Klangstuhls zu spielen. Schon nach wenigen Sekunden stellte die Dame überrascht fest, dass sie ihre gelähmte Seite spüren konnte. Nach wenigen Minuten löste sich die Spastik in ihrer rechten Hand; sie legte ihren gelähmten Arm mit inzwischen normal geformter Hand auf der Lehne des Klangstuhls ab. Sie war sichtlich überrascht, da ihr dies wohl seit vielen Jahren nicht gelungen war.“

- Die Atmung wird vertieft und reguliert.
- Schmerzen können gelindert werden.
- „Abgespaltene“ Körperzonen oder Gliedmaßen können wieder gespürt werden. Das Klangerleben unterstützt insgesamt die Körperwahrnehmung.

- Der Klang lädt ein, die eigene Stimme als Ausdrucksmöglichkeit (wieder) zu entdecken, zu lautieren, zu summen oder zu singen – und darüber in Kontakt zu treten. Musiktherapeuten berichten von Wachkoma-Patienten, die beim Klang der Körpertambura erstmals anfangen zu lachen, zu brummen, Gefühle von Freude auszudrücken.

- Das Bespieltwerden erfüllt auf eine sehr sanfte und indirekte Weise das menschliche Grundbedürfnis nach Berührung.

Die Musiktherapeutin Schwester Ursula vom Aphasiezentrum Langförden, die mit einem Klangstuhl arbeitet, spricht bei behandelten Aphasie-Patienten insgesamt von „wiedergefundener Freude am Leben.“

Ein mobiles Instrument wie die Körpertambura lädt dazu ein, auch mit Bettlägerigen oder im Rollstuhl Sitzenden gemeinsam über die Saiten zu streichen und kleinste motorische Bewegungen mit den Fingern auszuprobieren: Es gibt hier nichts falsch zu machen und der Wohlklang verschafft Erfolgserlebnisse, fördert die Motivation, es weiter zu versuchen. Das Spiel der hier vorgestellten Instrumente ist auch für Menschen ohne größere musikalische Vorkenntnisse relativ leicht erlernbar, da hier nicht musikalische Virtuosität und Gestaltungsfähigkeit gefragt sind, sondern ein rein intuitives Spiel durch gleichmäßiges Anstreichen der Saiten mit den Fingerkuppen, wobei die Töne nicht verändert werden. Ein gutes Klanginstrument gibt auch dem Spieler viel Energie zurück.

Die Instrumente können also nicht nur von Musiktherapeuten, sondern auch von anderen Thera-

körpertambura

Die Körpertambura ist ein kleiner, sehr leichter, mobiler Resonanzkörper, der mit seiner körpergerecht gewölbten Oberfläche Menschen (auch Bettlägerigen) an verschiedenen Stellen auf den Körper aufgelegt werden kann: zum Beispiel auf den Rücken, die Brust oder den Beckenbereich.

Beim Anstreichen der 28 Saiten durch den behandelnden Spieler entsteht eine feine Vibration und ein zart einhüllender Klangraum mit einer angenehm entspannenden und zugleich stimulierenden Wirkung. Durch gezielte Auflage in bestimmten Körperregionen wird diesen intensiv Energie zugeführt, die Körperdurchlässigkeit und Atmung in diesem Bereich wird gefördert. Der Einsatz des Instruments kann hier ein Angebot zur Kontaktaufnahme mit dem eigenen Körper sein. Mehrere Therapeuten sprechen von dem großen Bedarf vieler Patienten nach körperlicher Entspannung, Berührung und Geborgenheit – und der zugleich großen Scheu davor. Das Instrument liegt wie eine schützende Hülle auf dem Körper. „Die massierende Wirkung des Instruments erfüllt viele Sehnsüchte, kann dabei vielleicht besser angenommen werden als eine unmittelbare Körpermassage“, so eine Musiktherapeutin.

Die Körpertambura entstand als Neuentwicklung erstmals für die Arbeit mit Wachkoma-Patienten. Sie wird mittlerweile zahlreich und mit äußerst positiven Rückmeldungen von Behandlern und Therapeuten aus unterschiedlichsten (nicht nur musiktherapeutischen) Bereichen eingesetzt, beispielsweise in der Arbeit mit schwerst behinderten Menschen, Wachkoma-Patienten oder in der Atem- und Entspannungsarbeit, von Psychotherapeuten. Häufig behandelt werden Menschen mit somatischen und psychosomatischen Störungen, zum Beispiel bei Schwierigkeiten mit der eigenen Körperwahrnehmung, vermindertem Körpergefühl bis Gefühllosigkeit. Forschungsprojekte zur Körpertambura laufen an der Universitäts-Frauenklinik Heidelberg in den Bereichen Onkologie und Risikoschwangerschaften.

klangliege

Die Klangliege (oder Liegemonochord) ist mit einer leicht gewölbten Liegefläche ausgestattet, die auch großen oder schwergewichtigen Menschen viel Raum gibt. Diese Liegefläche kann nach Bedarf mit Decken, Stützkissen, Knierolle und ähnlichem ausgestattet werden. Der Spieler sitzt neben der Liege und streicht über die unterhalb des Klangkörpers befindlichen Saiten. Das Klang- und Körpererleben ist ähnlich wie auf dem Klangstuhl, das Liegen erlaubt jedoch ein völliges inneres Loslassen und ist insofern regressiver.



Das Klangerlebnis auf der Klangliege erlaubt dem auf dem Instrument Liegenden ein inneres Loslassen.

peuten, Pflegern und eventuell auch Angehörigen eingesetzt werden, so sie offen dafür sind (wozu auch das Stimmen eines Instruments gehört!). Der Autor empfiehlt sehr, die Instrumente ausgiebig am eigenen Leibe zu erfahren und ihre Wirkungsweise kennenzulernen – insbesondere dann, wenn man Menschen behandeln will, die ihr Erleben nicht verbal kommunizieren können. Denn der Unterschied zwischen dem reinen Höreindruck und dem Fühlen der Klänge ist immens groß, und beim Einsatz all dieser Instrumente ist viel Behutsamkeit geboten!

Nicht zuletzt sind heilsame Klangerfahrungen, die – jenseits der Unterscheidung gesund/krank – ein menschliches Grundbedürfnis nach Aufgehobensein anrühren, auch eine Chance für die Helfer und Therapeuten selbst. So könnte in Institutionen vermehrt auch eine

Möglichkeit angeboten werden, auf welche die Musiktherapeutin Susanne Hausmann, die in ihrer Einrichtung auch Mitarbeiter auf dem Klangstuhl bespielt, hinweist: Hoch beanspruchte Pflegekräfte und überlastete Angehörige in den entspannenden Genuß der Klänge kommen zu lassen und so einen wichtigen Beitrag für die Seelenhygiene der Helfer selbst zu leisten.

Auf der homepage des Autors finden Sie zahlreiche Klangbeispiele, die einen Höreindruck der Instrumente geben. Weitere Literaturempfehlungen beim Autor.

kontakt

KLANGWERKSTATT
Bernhard Deutz
Christburger Straße 31
10405 Berlin
• 030/44056515
info@deutz-
klangwerkstatt.de
www.deutz-
klangwerkstatt.de

Wir übernehmen Verantwortung für das Gemeinwohl!

Lotto Stiftung Rheinland-Pfalz - Ferdinand-Sauerbruch-Straße 2 - 56073 Koblenz

 **LOTTO STIFTUNG**
RHEINLAND-PFALZ
- Ein starker Partner im Land -



Mitten im Leben. Mitten in Essen-Steele.

- Das Fachpflegezentrum für
- Menschen im Wachkoma
 - Menschen mit Langzeitbeatmung
- Unsere Stärke ist die mehr als 15-jährige Erfahrung in der Langzeitrehabilitation von Menschen in der Phase F
- tägl. Betreuung durch Anästhesisten
 - Physiotherapie, Musiktherapie, Ergotherapie

Kaiser-Otto-Residenz
E S S E N

Scheidtmanntor 11 • 45276 Essen-Steele
☎ 0201 / 5639-121 • www.kaiser-otto-residenz.de