

**O-Ton Jürgen:**

Ich stimme gerade die Dombra, die für uns ganz klassisch im Hintergrund den Grundrhythmus macht. Wir spielen darauf einen sehr einfachen Rhythmus, einfach einen sechsstel Rhythmus, wir haben mit diesem sechsstel Rhythmus sehr gute Erfahrungen gemacht, um eine Atmosphäre des Grundvertrauens zu schaffen.

**Sprecherin:**

Jürgen Scheuerhorst hat eine Leidenschaft für exotische Instrumente. Er ist Musiktherapeut und arbeitet mit Klängen, die eine besondere Wirkung haben sollen.

**O-Ton Jürgen:**

Das Grundvertrauen bildet sich durch die Kontinuität. Wenn sie es zwei Minuten hören, wird es nicht viel machen, wenn sie es zwanzig Minuten hören, wird es etwas machen, wenn sie es vierzig Minuten hören, wird es ein Gefühl der Kontinuität schaffen, eine Sicherheit. Die schönen Klänge und Klangfarben schaffen etwas mehr als den Grundrhythmus, aber das ist ein anderes Thema.

**Sprecherin:**

"Musik ist die Nahrung der Seele", sagt ein türkisches Sprichwort. Vor allem Musik, die das Herz berührt. Sie hat uralte Wurzeln und wird in manchen Gebieten des Orients schon seit Jahrhunderten gespielt, nicht nur zur Unterhaltung.

**O-Ton Jürgen:**

Wir spielen auf einer Laute, die nennt man im Orient Ud, und wir spielen auf einer Laute, die nennt man in Zentralasien Dombra. Wir spielen auf einer Rohrflöte, wo der Name schon sagt, wo sie herkommt, das ist ein Schilfrohr, im Orient wird das Ney genannt und wir spielen auf einer Kniespießgeige, die nennt man Rebab.

### **Sprecher:**

Der Arzt Al-Farabi wurde von jungen Studenten angesprochen. Er sei sicherlich ein Meister seines Faches, doch so beeindruckend, wie es erzählt werde, könne sein Lautenspiel nicht sein. Al-Farabi lud sie ein, sich zwischen die Menge zu setzen, für die er noch am selben Abend spielen würde. So könnten sie sich selbst ein Urteil bilden. Zu gegebener Zeit nahm er sein Instrument, begab sich vor die Menge und spielte Stücke verschiedenster Art. Einmal versetzte er sie in Melancholie, ein anderes mal in Heiterkeit und bald mussten alle vor Traurigkeit weinen. Schließlich spielte er so ergreifend, dass sie einer nach dem anderen einschliefen. Farabi ließ sie in diesem Zustand, nahm sein Instrument und verließ den Raum.

### **O-Ton Jürgen:**

Als ich mit Dreißig angefangen habe, eine Zusatzausbildung als Musiktherapeut zu machen, da war ich noch sehr naiv und hatte die Vorstellung, es wäre toll, wenn ich einmal im Leben ein Instrument lernen würde. Mit den Jahren hab ich gelernt, als Musiktherapeut muss man nicht eins, sondern mehrere Instrumente spielen können. Das hat einfach mit den Qualitäten der verschiedenen Instrumente zu tun. Eine Rohrflöte, eine Flöte insgesamt auch ein Querflöte erzeugt eine andere Stimmung, als eine Laute. Und eine Trommel macht natürlich einen Rhythmus und keine Melodie. Das ist relativ einfach, aber trotzdem gibt es dieses Überlegen, was ist jetzt eigentlich für den Patienten richtig? Setzte ich Rhythmus stark ein, setzte ich mehr Melodie ein, setze ich schwebende Töne ein ohne Rhythmus oder spiele ich einen Rhythmus stringent durch?

### **Sprecherin:**

Dass Musik eine Wirkung auf die Psyche hat, ist in vielen Kulturen bekannt. Doch einige haben diese Wirkung schon seit frühester Zeit systematisch eingesetzt und verfeinert, vor allem die Schamanen Zentralasiens. Denn in ihrer Kultur waren die Natur, Musik und Tänze und der Glaube, dass man damit Heilen kann, grundlegend. Zentralasien wurde früher Türkistan oder Turkestan genannt - "Land der Türken", da hier vor allem türkische Stämme lebten, wie Uiguren, Tataren, Usbeken, Kirgisen und andere. Sie haben vor etwa tausend Jahren schon den Islam angenommen, in dem Musik und Tänze kaum eine Rolle spielen, aber ihr schamanisches Erbe haben sie zum Teil weiter geführt, wie z.B. im Sufismus oder auch im Alevitentum. Eine Frau hat sich auf die Spuren dieser Kultur begeben - Andrea Azize Güvenc.

### **O-Ton Azize:**

Also es gibt eine Geschichte, die steht in einem alten uigurischen Buch wo gesagt wird, als Allah die Seele geschaffen hat, sollte die Seele in den Körper hineinziehen, aber die Seele deren Heimat die Freiheit ist, wollte nicht in dieses Gefäß einziehen und dieses Zögern der Seele hat der Engel Gabriel beobachtet und kam mit einer Doppelrohrflöte, mit einer Koschaney zurück und spielte dann auf dieser Flöte und unter diesen Klängen, so wird erzählt, gewann die Seele Mut und Vertrauen und zog in den Körper ein und beseelte den Menschen und wusste, dass sie sich nun eine kurze Zeit in diesem körperlichen Gewandt verwirklichen können würde.

### **Sprecherin:**

Azize Güvenc ist gemeinsam mit ihrem Mann Oruc Güvenc in die Länder des alten Türkistan gereist, um die Ursprünge der Musiktherapie zu erkunden. Doktor Güvenc war Psychologe und Musikethnologe und arbeitete an der Universität in Istanbul, als er vor fast vierzig Jahren begann, die alte Therapiekultur zu erforschen. Er gründete auch das Ensemble TÛMATA, mit dem er die Musik wiederbelebte. In den 1980er Jahren knüpfte er Kontakte in Europa und brachte seine Lehre auch nach Deutschland. Sie wird hier "altorientalische Musiktherapie" genannt, was ein ungenauer Begriff ist. Und sie wird heute in vielen Schulen in Europa und Amerika gelehrt. Doktor Güvenc ist 2017 verstorben. Seine Frau Azize ist gebürtige Deutsche aus Essen und lebt in der Türkei, doch sie kommt auch nach Deutschland, um die Heilkunst hier weiter zu geben.

### **O-Ton Azize Güvenc:**

Wir haben da was in die Hand bekommen vom Oruc und ich habe in den letzten 26 Jahren, die ich ihn kannte oder mit ihm unterwegs war, ja gesehen was das mit Menschen macht in den unterschiedlichsten Ländern, ich war ja mit ihm in über 35 Ländern und hab gesehen, dass es was kulturell übergreifendes ist. Es kommt zwar aus einer Kultur, ist da gewachsen und entstanden, aber man kann das überall hinbringen.

### **O-Ton Jürgen Scheuerhorst:**

Im Rahmen der Werkstatt für Menschen mit einer Behinderung ist das eine musikalisch Heilpädagogische Förderung, vielleicht sollte ich erzählen, ich bin vom Grundberuf Pädagoge und mit dem Schwerpunkt Heilpädagogik und habe dann eine Zusatzausbildung als Musiktherapeut gemacht und im Rahmen der Werkstatt ist das eine heilpädagogische Förderung mit musikalischen Mitteln, die sich im Übrigen auf das ganze Sozialverhalten, das Wohlfühlen und die Linderung von Leiden auswirkt.

### **Sprecherin:**

Wie die Musik genau eingesetzt wird, ist individuell verschieden, je nach Bedürfnissen oder Wünschen der Klienten. Man muss dafür aber nicht krank sein, denn auch den Gesunden tun die Klänge gut, zum Beispiel, wenn man gestresst ist oder meditieren will.

Im anatolischen Sufismus sind die Musik, das Singen von Liedern und Tänze, auch Methoden, um sich spirituell weiterzuentwickeln.

### **O-Ton Jürgen:**

Wir unterscheiden in der altorientalischen Musiktherapie zwei unterschiedliche Musikarten. Das eine ist die pentatonische Musik Zentralasiens, der Türkmenen. Das Pentatonische ist etwas, das den Menschen weltweit sehr nahe ist und was fast alle Menschen mögen. Das andere ist die Musik des Orients, die klassische Makammusik. Die orientalische Musik kann man mögen, muss man nicht mögen, ist uns kulturfremd auf jeden Fall. In der Vermittlung oder in der Arbeit mit den Menschen, egal ob in einem kleinen Mitmachkonzert oder einem großen Konzert vor Tausenden von Menschen oder auch in der Einzeltherapie mit einem einzelnen kranken Menschen, ist es immer wichtig, die Musik in einen Kontext des Verstehens und Vertrauens einzubetten, wir erzählen, wo kommt die Musik eigentlich her, warum machen wir diese Bewegungen und wir haben sehr gute Erfahrungen im interkulturellen Dialog damit gemacht.

### **Sprecherin:**

Bei der rezeptiven Therapie geht es darum, die Musik zu hören und aufzunehmen, denn der Klang an sich soll wirken. Das liegt besonders an der Struktur der Musik, da die orientalische und die türkische Musik mikrotonal sind, anders als die westliche. Vereinfacht gesagt: Die westliche Musik teilt die Töne in Halbtonschritte. Orientalische Musik, wie die arabische, hat Vierteltöne und Makame. Ein Makam ist einem Modus ähnlich. Dieses Prinzip hat auch die türkische Musik, sie hat es weiterentwickelt und ganze neun Mikrotöne geschaffen, womit sie fast 600 Makame hat. Dadurch klingt sie sehr melodisch und hat eine große Klangvielfalt, die auch die Kulturen des Orients beeinflusst hat. Sie nutzt auch orientalische Instrumente, neben dem zentralasiatischen Erbe, der Pentatonik und dem alttürkischen Liedgut. Die Wirkung der Musik und Makame wurde schon vor Jahrhunderten beschrieben.

### **Sprecher:**

Die Makam Rast schenkt ein Gefühl der Freude

Die Makam Neva schenkt ein Gefühl der Erleichterung

Die Makam Buselik schenkt ein Gefühl der Kraft  
Die Makam Rehavi schenkt ein Gefühl der Unendlichkeit  
Die Makam Hüseyini schenkt Frieden und Entspannung

**Sprecherin:**

Diese und andere Makame werden in der Therapie nach Doktor Güvenc verwendet. Ein Bestandteil ist dabei auch Wasser. Es wird während der rezeptiven Therapie, in einem großen Kessel, zum Beispiel mit Kupferschalen geschöpft und so ein natürlicher Klang erzeugt.

**O-Ton Azize Güvenc:**

Da gibts am Anfang immer ne Ney-Improvisation, dann kommt der Wasserklang dazu, dann kommt der Rhythmus von der Dombra dazu, dann kommt die Rebab-Improvisation, die Kopuz-Improvisation und am Ende klingt es mit der Ney wieder aus. Das ist immer ein gleicher Ablauf, aber eben in den verschiedenen Tonarten. Es hat immer die gleiche Struktur.

**Sprecherin:**

Ein wichtiger Bestandteil der Therapie sind Tänze, wie hier bei der Arbeit mit Kindern in Österreich. Auch Jürgen Scheuerhorst arbeitet mit dieser Methode.

**O-Ton Jürgen Scheuerhorst:**

Die Haltung eines Menschen in einem Rollstuhl oder Bürostuhl ist so, dass die Wirbelsäule in sich zusammensackt. Daraus entstehen dann die Leiden der Zivilisation, die wir alle kennen, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Nackenverspannung, Schulterverspannung, es entstehen aber auch Darmerkrankungen, Darmverschlüsse etc., deshalb ist es sehr wichtig, bewusst und achtsam an der Haltung zu arbeiten, und sich so viel und effektiv wie möglich zu bewegen und da ist es sehr schön, dass die altorientalische Musiktherapie uns mit ihrem niederschweligen Repertoire einen Impuls für diese Arbeit gibt.

**O-Ton Azize Güvenc:**

Die Bewegungen kommen aus alten Sematänzen, die Lieder kommen aus Zentralasien und sind in der Regel pentatonisch. Und für mich, wenn ich diese Bektasi-Tänze sehe in der Türkei und viele davon haben wir ja auch gelernt, dann sehe ich, dass sich da die Verbundenheit, die der Mensch hatte, die Verbundenheit in die Natur und /ins Göttliche, dass sich das bis heute erhalten hat, denn da werden Figuren aus der Natur imitiert, um die Kräfte der Natur zu

aktivieren, da finden aber gleichzeitig auch die Anbindung durch die Gesänge an Gott oder Allah statt und man weiß, dass da ein großes Heilpotential drin ist.

### **Sprecherin:**

Bei der aktiven Therapie werden archetypische Bewegungen ausgeführt. Der "Baksi Tanz" wurde von Doktor Güvenc rekonstruiert. Baksi heißt auf alttürkisch "der Seher" oder Heiler und es gibt ihn in Zentralasien immer noch. Da die alten Türken Reitervölker waren, lebten sie über ein weites Gebiet verstreut. Sie gründeten z.B. im 8. Jh. das Reich der Uiguren oder später das Seldschukenreich im Iran und Anatolien. Dabei war Musik ihnen immer heilig. Es gab spirituelle Musiker – Aschiks - und Festivals, bei denen Musiker lange Epen vortrugen oder auch Musikkapellen an den Höfen. Im 10. Jh. wurde Khorasan zu einem kulturellen Zentrum. Es liegt heute im Grenzgebiet Turkmenistans, Afghanistans und des Iran. Hier trafen Türken die islamische Gelehrsamkeit der Perser und Araber und diese lernten die Kultur der Türken kennen. Es wurde musiziert und geforscht und es entstand eine Heiltradition, die später nur noch in Anatolien weitergeführt wurde, wo die Türken das Osmanische Reich gründeten. Doktor Güvenc hat vor einigen Jahren davon erzählt.

### **O-Ton Oruc Güvenc:**

Böylelikle bin seneden fazla bir gecmisi oldugunu bildigimiz ...

So können wir sehen, dass die mehr als tausend Jahre alte Musiktherapie entstanden ist aus der Khorasankultur und im Laufe der Zeit in Krankenhäusern institutionalisiert wurde. Die ältesten dieser Krankenhäuser entstanden zur Zeit der Uiguren und wurden dann bei den Seldschuken weiterentwickelt. Bis dann vor 900 Jahren Nureddin Zengi, der Sultan der Seldschuken in Damaskus ein besonders prachtvolles Krankenhaus errichten ließ. In Anatolien ist das älteste Krankenhaus etwa 700 Jahre alt. Dort gab es in Sivas, in Manisa, in Kayseri Krankenhäuser, auch in Istanbul und in Bursa, das berühmte Baruthane Krankenhaus. Das am besten erhaltene unter ihnen ist das Krankenhaus von Edirne, das jetzt weit über 500 Jahre alt ist. Auch hier wurden Anleitungen verfasst, in welcher Art die Musik zur Therapie anzuwenden sei - Hangi hastalıklara iyi geldi yönünde tasnifler yapilmistir.

### **Sprecher:**

Seine Majestät Sultan Beyazit II. haben in der Stiftungsurkunde für das Hospital von Edirne folgendes bestimmt: Neben schönen Dingen für das Auge, einem Rosengarten, diversen Wasserspielen, als da wäre ein großer Springbrunnen, ätherischen Düften und einer gesunden Ernährung sei als Heilmittel für die Kranken und als Genesung der Verwirrten Musik zu spielen. Zehn Musiker sollen angestellt werden. Sie kommen drei Mal in der Woche und spielen für die Bedürftigen. Nach der

Wissenschaft der Musik sind die Makame Neva, Rast, Dügah und Suzinak für diese Personen bestimmt. Nach dem Willen des allmächtigen Allah findet ein beträchtlicher Teil von ihnen durch die Töne Genesung. Seine Majestät Sultan Beyazit der II., im Jahre 1486 nach Christus.

### **O-Ton Jürgen Scheuerhorst:**

Besonders interessant war es für mich auch in die Türkei zu reisen, um dort Hospitäler aus der alten Zeit, also 12. - 13. Jh. zu sehen, dort gibt es zwei verschiedene Formen, eine ältere Form, die seldschukische und eine jüngere, die osmanischen Krankenhäuser. Diese Hospitalskomplexe muss man sagen, denn es gab dabei Bibliotheken und Moscheen, aber auch ärztliche Räume und auch Krankenräume waren für mich sehr beeindruckend und haben bleibende Eindrücke geschaffen ' und innen drin gibt es Brunnen, die sehr geheimnisvolle Formen hatten, in denen Wasser lief und Klänge erzeugte, so eine Art Wassermusik und es gab Klimaanlage, schon im 12. Jh., das fand ich sehr erstaunlich, besonders viel Spaß hat es mir gemacht, in einem renovierten und wiederhergestellten Hospital zu sitzen, im Garten zu sitzen, in der Sonne zu sitzen, mit Freunden und dort zu musizieren ' das hat mir sehr viel Freude gemacht und es wirkt sich immer noch aus und es ist schon Jahre her.

### **O-Ton Azize Güvenc:**

Vorstellen kann man sich das so, der Patient liegt, bei der rezeptiven Musiktherapie, der damalige Hakim oder Arzt, das waren ja Universalgelehrte waren, fühlten dann den Puls und man konnte glaube ich bis zu 27 Qualitäten wahrnehmen und der Puls ist ja immer Ausdruck des Zustandes der inneren Organe, man kann also am Puls den Herzschlag spüren, man kann am Puls die Magen oder Darm oder was auch immer Tätigkeit ablesen und während die Musiker spielten, fühlte der Hakim den Puls und man hat so feststellen können, aha zum Beispiel. die Tonart Hicaz beeinflusst das Herz und zwar bei dem Phlegmatiker anders, als bei dem Typ oder dem oder dem Typ und das unterscheidet dieses Medizinsystem von dem heutigen Medizinsystem. Also heute kommen vier Patienten mit Kopfschmerzen zum Arzt und / es kann sein dass die alle vier mit demselben Medikament nach Hause gehen. Damals war das so aufgrund der Pulsdiagnostik und natürlich auch Zungendiagnostik und Augendiagnostik usw., gab es für diese vier Kopfschmerzprobleme vier verschiedene Behandlungstechniken und eben auch ein musikalisches Makam.

### **Sprecherin:**

Musik und Medizin als therapeutische Einheit wurde im Osmanischen Reich vor allem an höfischen Schulen gelehrt, wo auch Musiker und Ärzte ausgebildet wurden. In den Hospitälern wurde die Be

handlung oft durch künstlerische Therapien ergänzt. Dazu zählten zum Beispiel Kalligrafie und Ebru, das Marmorieren auf Wasser, das in Europa als "türkisches Papier" bekannt wurde. Diese traditionellen Künste gibt es in der Türkei immer noch, aber die alten Krankenhäuser sind heute meist nur noch Museen. Sie hießen früher übrigens nicht Krankenhäuser, sondern Gesundheitshäuser - Schifahane. Das Schifahane von Edirne, erbaut 1484, wurde mit dem europäischen Museumspreis ausgezeichnet. Es enthielt unter anderem ein Badehaus und eine Abteilung für seelisch Kranke. Mehrmals in der Woche wurde für die Patienten Musik gespielt.

### **O-Ton Azize Güvenc:**

Was mich immer sehr beeindruckt hat in den Schifahane in der Türkei war, die Türen zu den Patientenzimmern sind immer so niedrig gebaut, dass sich jeder, der das Zimmer betritt beugen muss, verbeugen muss. Man geht in Verbeugung zu dem Patienten hin. Und es gab dieses Bewusstsein damals, auch bei den Ärzten: ich habe zwar gelernt, ich habe Techniken gelernt, ich habe Wissen, aber letztlich bin nicht ich es, der heilt, sondern es ist dieser all-eine Geist, oder Gott oder Allah der heilt und nicht ich selber. Also das Heilige und Heilende waren nie getrennt.

### **O-Ton Oruc Güvenc:**

Saydigim hastaneler en cok bilineni, bunun ötesinde de tabi küçük ... Die von mir erwähnten Krankenhäuser waren die bekanntesten Einrichtungen und wir wissen heute, dass es darüber hinaus viele kleine Initiativen gab, dass in den Wohnungen Therapiesitzungen gehalten wurden. Einer der sein Handwerk verstand, ein Künstler, war immer jemand der mitten unter dem Volk lebte und ein Künstler der so mit dem Volk zusammen war, hat bewusst oder unbewusst die Makamen, die Eigenschaften der Töne und die Wirkung, die darin lag verwendet, um die Menschen zufrieden zu machen, sie von Stress und Betrübnis zu befreien und ihnen hier und da auch Ermunterung zu schenken - Bu özellikleri kullanmistir.

### **Sprecherin:**

Die Wirkung dieser Musik beruht vor allem darauf, dass sie die Selbstheilungskräfte anregen soll, wie die Ärzte es früher beschrieben.

### **O-Ton Azize Güvenc:**

Aber im Unterschied zur westlichen Musiktherapie, die ja häufig damit arbeitet, dass Emotionen ausgelebt werden, dass negative Emotionen ausgedrückt werden, auf den Trommeln ausgeschlagen werden oder im Tanzen ausgeschüttelt oder wie auch immer, arbeitet die ori



entalische Musiktherapie eher mit dem Mittel der Schönheit und der Harmonie und deshalb mache ich das manchmal so, dass wenn ein Mensch nach der rezeptiven Musiktherapie wach wird, das sind ja 30 Minuten bis 45 Minuten, dann gibt es so eine Zeit der, ich nenne das Transition Time, wo man noch nicht ganz im Alltagsbewusstsein ist, aber auch noch nicht in diesem Trancezustand ist und das man dann das Erlebte zum Beispiel transformieren kann in ein Bild, in Worte oder in ein Lied oder was auch immer, das bestimmt derjenige selber, was aus ihm rausfließen will, um das Erlebte zu verankern.

### **O-Ton Jürgen Scheuerhorst:**

Wir haben auch viele in der Arbeit mit psychosomatischen Patienten, auch sehr viele reale Rückmeldungen von Menschen die eins zu eins sprechen können bekommen, wenn man das zusammenfasst / erinnert diese Musik die Menschen an etwas sehr Positives, das kann zum Beispiel ein Türkeurlaub sein, in dem die sich einfach wohlfühlt und entspannt haben, das kann aber auch ein Naturbild sein, ein Wasserlauf, oder eine Erfahrung von Weite, wie wenn man am Meer sitzt, das können aber auch positive Gefühle sein, die man mal mit seinem Partner mal erlebt hat, die wir Liebe nennen. Also eine Steigerung des Lebensgefühls, eine Lust auf Leben, etwas Vitalisierendes und das Zweite wäre eine tiefe Entspannung, die Heilung möglich macht. Sie wissen, wie negativ sich Stress auswirkt, wenn wir in einen ruhigen und friedvollen Zustand gelangen, dann tut uns das gut oder kann im Sinne von Rebalancing auch Gesundheit wieder möglich machen.

### **Sprecherin:**

Manche Menschen empfinden das aber nicht so, zumindest nicht am Anfang. So ging es auch Leonie Dortschy, der Frau von Jürgen Scheuerhorst.

### **O-Ton Leonie Dortschy:**

Jürgen hat ja dann angefangen den Kurs zu machen, zuhause geübt, ich hab das immer gehört, am Anfang habe ich immer gedacht, der spielt da falsch, weil ich die Töne, diese Halbtonschritte nur kannte und nicht diese Neunteltonschritte, und immer war ich geneigt, ihn zu verbessern und erst nach und nach, als ich die Musik genauer kennengelernt habe, habe ich gehört, dass das schon richtig ist, dass das eben einfach nur andere Tonabschnitte sind und hab dann auch mich da eingehört, und so kam das dann eben, dass ich da mit eingestiegen bin dann etwas mit Verzögerung sozusagen.

### **O-Ton Leonie Dortschy:**

Ich hab dann Oruc Güvenc das erste Mal mit seinen Musikern in Spanien gehört und das war schon sehr eindrücklich, also da kann ich mich daran erinnern, dass einen das sehr berührt hat die Musik und ab dem Moment war ich davon sehr angetan und hab dann auch begonnen, die Musik zu lernen. Gerade die zentralasiatische Musik, die Lieder, die sind ja einerseits sehr eingängig, die sind nicht schwierig von der Melodie oder nicht so sehr sehr kompliziert und fühlen sich somit einerseits schon auch ein bisschen fern an, also man merkt es ist schon ein anderer Kulturkreis, aber es ist andererseits auch ganz schnell ganz vertraut und in dieser Vertrautheit findet man dann schon auch was wieder, was einen auch wirklich auf so einer Gefühlsebene dann packt.

### **O-Ton Azize Güvenc:**

Wir gehen davon aus, und das ging die alte Medizin auch, dass in jedem Menschen ein Regenerationspotential ist, und an diese Selbstheilungskräfte kommt man aber im Alltagsleben nicht heran. weil man beschäftigt ist, wenn man aber in einen tiefen Entspannungszustand geht, das kennt man ja auch aus der Hypnose, dann kommt man in eigene innere Bereiche, wo solche Bilder lagern, wo man sich dieses Heilpotentials bewusstwerden kann, also wo das ins Bewusstsein rückt, in Form von Bildern, in Form von Träumen, von Gefühlen von Farben, da gibt's viele unterschiedliche Möglichkeiten und das die Musik dazu ein Schlüssel sein kann.

### **O-Ton Leonie:**

Ich kann mich erinnern, dass ich irgendwann mal bei einem Konzert so ein bisschen neben mir stand und dachte, boah Leonie dass hättest Du nie gedacht, dass du irgendwann mal in einem usbekischen Kostüm einen Baumwolltanz vollführst und solche Instrumente spielt, also wo ich den Eindruck habe, da bin ich auf einen Weg gekommen, der Seiten von mir entwickelt hat, die nicht entwickelt worden wären, wenn ich damit nicht in Berührung gekommen wäre irgendwie und das war so ein überraschendes Erlebnis irgendwann mal gewesen, dass ich dachte, das bin ich auch, was ich da so tue, aber es ist irgendwie unerwartet auch, dass das so passiert ist, auf jeden Fall schön, ja.

### **Sprecher:**

Wenn der Körper krank ist, wird auch die Seele krank und wenn die Seele krank ist, wird der Körper krank, das eine geht nicht ohne das andere. Doch es gibt Klänge, die geeignet sind, die Harmonie wiederherzustellen.