

## **Bewusstseinsveränderung durch Musik: traditioneller Schamanismus und Neoschamanismus**

Das ethnologische Studium des weit verbreiteten Schamanismus (in Abgrenzung vom Medizinmann!) hat dazu geführt, dass man die bewusstseinsverändernde Wirkung von Musik wissenschaftlich Ernst nahm und nicht allein den „Techno-Freaks“ überließ.

(a) Zum Schamanismus: wie ist er definiert? wie grenzt man ihn gegenüber anderen „Naturheilverfahren“ ab? wie und wo wird er heute praktiziert? wie wird er erforscht? wie erklärt man die Wirkungsweisen? welche allgemeinen Methoden gibt es? welche kulturellen Voraussetzungen müssen erfüllt sein, damit der Schamanismus „funktioniert“? Welche Rolle spielt die Musik(wirkung)?

(b) Zur Übertragung in andere Kulturen: lassen sich Erkenntniss zum Schamanismus auf „westliche Kulturen“ übertragen? wo liegen mögliche Anwendungsgebiete? welche „Systeme“ und Techniken wurden dabei entwickelt?

Zu (a)

*Es gibt viel Überblicksliteratur, u.a.*

- Piers Vitebsky: Schamanismus. Verlag Taschen GmbH Köln 2001. (Weltweiter Schamanismus.)
- Alfred Scholz: Schamannen. Ekstase und Jenseitsymbolik. Dumont, Köln 1988. (Überwiegend Schamanismus des Polargürtels.)
- Jan Van Alpen (Hg.): Schamanismus in Tuva. Museum für Völkerkunde Wien 1998. [Am Tresen des Bremer Überseemuseums billig zu erwerben.] Darin Peter T. Fust: Die Wurzeln des Schamanismus in Asien und Amerika.

*Eine Sammlung von Tonbeispielen in:*

- Pat Moffitt Cook: Shaman, Jhankri & Néle. Music of Healers of Indigenous Cultures. Ellipsis Arts 1997.

Zu (a) und (b)

- Alexandra Rosenbohm (Hg.): Schamannen zwischen Mythos und Moderne. Militzke Verlag, Leipzig 1999. Darin Teil I „Schamanismus in Sibirien“, Teil II „Schamanismus in anderen Kulturen“ und Teil III „Schamanismus in postindustriellen Gesellschaften“.
- Wolfgang Martin Stroh: Handbuch New Age Musik. ConBrio, Regensburg 1994. Kapitel 5 „Die schamanische Dimension der New Age Musik“ und ergänzend Kapitel 9 „Die transkulturelle Dimension der New Age Musik“.

Zu (b)

*Das Standardwerk des westlichen „Neo-Schamanismus“ ist*

- Michael Harner: Der Weg des Schamanen. Ein praktischer Führer zu innerer Heilkraft. Rowohlt, Reinbek 1999.

*Auf diesem „Weg“ beruht das Lehrsystem der Foundation for Shamanic Studies. Die Foundation hat den europäischen Sitz in Wien, geleitet von Paul Uccusic. Zu diesem „System“ kann ich ein kleines praktisches Beispiel einer schamanischen Reise mit den Kursteilnehmer/innen durchführen. Das Referat soll den theoretischen Hintergrund liefern.*

*Eine wichtige Anwendung ist die tranceinduzierende Musiktherapie, die in einem anderen Referat abgehandelt wird.*

- Tonius Timmermann: Musik und Heilung - in den alten Kulturen und in der modernen Musiktherapie. In: Musiktherapeutische Umschau 20/1999, S. 123-145.

## Bewusstseinsveränderung durch Musik: Tranceinduzierende Musiktherapie

*Das komplette System der tranceinduzierenden Musiktherapie ist inzwischen in einer Aufsatzsammlung zusammengefasst:*

Wolfgang Strobel: Reader Musiktherapie. Klanggeleitete Trance, musiktherapeutische Fallsupervision und andere Beiträge. Reichert-Verlag, Wiesbaden 1999. *Darin:*

- Die klanggeleitete Trance in der Psychotherapie (1988), S. 99-142. [Dies ist der Grundlagen-Artikel, in dem das Gesamtsystem dargestellt und begründet wird. Ferner werden alle verwendeten Instrumente durchgesprochen.]

*Ich würde vorschlagen, das australische Didgeridoo als Beispiel zu nehmen, weil Strobel hierüber eine genauere Untersuchung angestellt hat darüber, ob und wie die Wirkungsweise bei den Aborigines mit den Wirkungen, die er in Deutschland beobachtet hat, übereinstimmt:*

- Das Didjeridu und seine Rolle in der Musiktherapie (1992), S. 143-161.

*Die Tranceinduktion spielt auch bei anderen psychotherapeutischen Verfahren eine Rolle. Hier Beispiele:*

- Peter Hess: Musikpsychotherapie mit archaischen Klangkörpern. In: Musiktherapeutische Umschau 20/1999, S. 77-92.
- Peter Haerlin: Klang und Trance im psychoanalytischen Setting. In: Musiktherapeutische Umschau 14/1993, S. 219-233.
- Wolfgang Bossinger und Peter Hess: Musik und außergewöhnliche Bewußtseinszustände. In: Musiktherapeutische Umschau 14/1993, S. 239-254.
- Tonius Timmermann: Musik und Heilung - in den alten Kulturen und in der modernen Musiktherapie. In: Musiktherapeutische Umschau 20/1999, S. 123-145.

*Uns Musiker/innen steht vielleicht das TaKeTiNa von Reinhardt Flatischler näher als die Musiktherapie. Hier wird mit „gesunden“ Menschen mit dem Ziel musikalischer Selbsterfahrung rhythmisch gearbeitet. (Zu TaKeTiNa gibt es Literatur im Handapparat.) Ich habe das TaKeTiNa-System der Strobel-Methode gegenübergestellt, was zugleich nochmals eine Zusammenfassung der Jung'schen Archetypentheorie ist, die der Tranceinduktion zugrunde liegt:*

- Wolfgang Martin Stroh: Zur psychoanalytischen Theorie der Weltmusik. In: Beiträge zur Populärmusikforschung 19/20, hg. von Helmut Rösing. Coda-Verlag, Karben 1997, S. 128-151.

## Bewusstseinsveränderung durch Musik: vorgeburtliches Musikhören

Das Thema „**vorgeburtliches Musikhören**“ spielt vor allem in der Regressionstherapie eine Rolle, wo durch spezielle Verfahren eine akustische Rückführung eines Menschen in das vorgeburtliche Stadium bewirkt und therapeutisch nutzbar gemacht wird. Aus diesem Grund habe ich es unter die große Kategorie „Bewusstseinsveränderung“ eingeordnet.

Ferner spielt das vorgeburtliche Hören eine Rolle bei der Frage, ob und gegebenenfalls wie Mütter und andere mit dem Embryo interagierende Personen auf die musikalische und allgemein-psychische Entwicklung des Menschen Einfluss nehmen können.

*Ein guter Überblick ohne allzu viel Spekulation:*

- Manfred Spitzer: Musik im Kopf. Schattauer, Stuttgart 2002. Kapitel 6 „Musik vor und nach der Geburt“.

Literatur:

- Tomatis, Alfred: Der Klang des Lebens. Vorgeburtliche Kommunikation - die Anfänge der seelischen Entwicklung. Rowohlt, Reinbek 1987.
- Tomatis, Alfred: Klangwelt Mutterleib. Die Anfänge der Kommunikation zwischen Mutter und Kind. dtv, München 1999.

*Tomatis ist der „Klassiker“ für vorgeburtliches Hören. Es gibt mehrere Arten von Tomatis-Therapien, eine davon ist die oben erwähnte Regressionstherapie. Im Internet kann man unter Tomatis-Therapie ausführliche Darstellungen der Methode und Anwendungsmöglichkeiten der Regressionsmethode finden, sehr ausführlich ausgehend von <http://www.a-p-p.ch/index.html> (dort vor allem zu Ablauf/Horchtraining) oder <http://www.tomatis-group.com/allemand/frame.htm>, eine „Widerlegung“ unter [www.neuropaediatric.com/aerzte/Stellungnahme/Tomatis\\_lang.pdf](http://www.neuropaediatric.com/aerzte/Stellungnahme/Tomatis_lang.pdf)*

*Achtung: unter Tomatistherapie läuft noch ein zweites Verfahren, das ebenfalls Tomatis erfunden hat: eine Art Rückkopplung von Ohr und Stimme durch spezielle Geräte zwecks Behebung von Problemen mit der Stimme („Tomatis-Hörkur“) bis hin zur Tinnitusbekämpfung. (Zum Beispiel im Internet [www.tomatiszentrum.de](http://www.tomatiszentrum.de).)*

*Ein Beispiel aus einer Fülle von Ratgebern für Väter und Mütter:*

- Verny, Thomas und Kelly, John: Das Seelenleben des Ungeborenen. Rogner & Bernhard/Zweitausendeins, Frankfurt/Main 1981.

Weiterführende Literatur durchaus übers Internet (google: „vorgeburtliches Hören“, auch „tomatis regression“ eingeben).

## Musik und Gewalt/Musik und Aggression

Grundfragen: wann kann welche Art von musikalischer Tätigkeit aggressive Handlungen hervorrufen, fördern, behindern etc.? Diese Grundfrage ist hier „handlungstheoretisch“ formuliert, weil sie das präzisiert, was oft pauschal bezeichnet wird mit „Kann Musik Gewalt fördern oder verhindern?“. Bei dieser Formulierung würde von vornherein Falsches suggeriert: erstens, dass „die Musik“ etwas kann und zweitens dass „die Gewalt“ als Musikwirkung auftritt. Bei der Verknüpfung von „die Gewalt“ zu den „gewaltsamen Handlungen“ spielt eine Rolle, ob es das Persönlichkeitsmerkmal „Aggressivität“ gibt (oder ob es nur einzelne aggressive Handlungen gibt)... Dass sicherlich nicht „die Musik“ etwas bewirkt, sondern allenfalls ganz bestimmte Musik, leuchtet ein. Doch auch ein- und dieselbe Musik bewirkt „an sich“ nichts, sondern nur in bestimmten Verwendungssituationen. Daher sollte „die Musik“ durch „bestimmte musikalische Tätigkeiten“ (wie stilles Hören, wildes Tanzen, illegales Donwloaden und Austausch, auf Instrumenten Spielen, Grölen und Singen, besonderes Konzerterleben, intensives Gruppenerleben) ersetzt werden...

*Neben viel populärwissenschaftlicher Literatur gibt es auch empirische Untersuchungen:*

- Carsten Stöver: Die Welt zertrümmern? Eine empirische Untersuchung zum Zusammenhang von Musikkonsum und aggressivem Verhalten. Examensarbeit, Oldenburg 1999. Download unter [www.uni-oldenburg.de/musik-for/forschungsbericht](http://www.uni-oldenburg.de/musik-for/forschungsbericht) und dann Link „Musik und Aggressivität“. Die vollständige Arbeit kann von Stroh ausgeliehen werden.

*Im Seminar könnte es genügen, einige Teile der Untersuchung von Carsten Stöver vorzustellen und mit den Seminarteilnehmer/innen (mit anderer Musik) zu erproben. Die Frage der „Messung von Aggressivität“ spielt eine zentrale Rolle. Die andere Frage ist, wie man „Musikvorlieben“ und „Umgangsweisen mit Musik“ empirisch feststellen kann.*

*Ergänzende Einzelartikel:*

- Gunter Kreutz und Gabriele Litta: Musikpräferenzen und aggressive Einstellungen in einer vierten Grundschulklasse. In: Jahrbuch der Deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie, Band 17, 2004
- Helga de la Motte-Haber: Böse Menschen haben keine Lieder. Musik und Aggression. Ein Vortragsmanuskript ca. 1993. [Kann von Stroh ausgeliehen werden.]

*Es gibt zu diesem Themen mehrere Thesenpapiere aus früheren Uni-Seminaren, u.a.*

Wolfgang Leuschner: Rock'n'Kill. Die mörderische Macht der Nazimusik. Aus: Psychologie heute 3/1994, S. 52-57.

Wolfgang Martin Stroh:

- Thesen zur Einschätzung von Rechtsrockkonzerten
- Ein Schema zu den unterschiedlichen Theorie über Entstehung von Aggression
- Analyse der Tanzszene aus dem Film „Die Halbstarke“

*Im Umfeld der Thematik gibt es Literatur zur Frage von Rechtsrockmusik, von „Musik und Rassismus“, zum Problem des Verbotes von Musik usw. Ein breites Spektrum von Fragen ist angesprochen in: <http://www.db-thueringen.de/servlets/DerivateServlet/Derivate-1317/liell.html>.*

*In der musikpädagogischen Literatur kursieren viele Materialien, allerdings wird hier selten musikpsychologisch argumentiert... z.B.*

- Matthias Kruse (Hg.): Von Oi bis Türkü. Klettverlag, Stuttgart 2004. (Mit CD - aber sehr knapp.)
- Johannes Bähr und Dorothee Gübler: Rockmusik und Rechtsradikalismus. Landesbildstelle Hessen, Frankfurt 1993. [Von Stroh ausleihbar.]
- Erika Funk-Hennings und Johannes Jäger: Rassismus Musik und Gewalt. LIT-Verlag, Münster 1995.

*Zusammenfassende Literaturübersicht:* Claudia Bullerjahn: Musik und Aggression. Ein Forschungsüberblick. In: Musik und Unterricht 36/1996, S. 40-44.

## **Funktionale Musik und deren Wirkung**

- Musik am Arbeitsplatz
- Musik im Kaufhaus
- Musik im Wartezimmer des Arztes
- Musik beim Autofahren

Usw.

Zu jedem Komplex gibt es Vertriebsfirmen mit entsprechenden Ankündigungen und zum Teil auch kostenlosen Hörproben. Zugang über das Internet gut möglich, z.B. „muzak“. In dem „Handbuch der Musikpsychologie“ von Helga de la Motte-Haber gibt es ein Kapitel „Musik im Hintergrund“, das breit informiert und Literatur bietet. (Möglichst die Neuauflage 2002 verwenden!)

*Einige ausgewählte Aufsätze aus dem Forschungssektor mit umfangreichen Literaturangaben, die meist gezielt weiter führen:*

- Klaus-Ernst Behne: Zu einer Theorie der Wirkungslosigkeit von (Hintergrund-)Musik. In: Jahrbuch der Deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie, Band 14, 1999.
- Günther Rötter und Catrin Plößner: Über die Wirkung von Kaufhausmusik. In: Jahrbuch der Deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie, Band 11, 1994.
- Helga de la Motte-Haber und Günther Rötter: Musikhören beim Autofahren. Peter Lang Verlag, Frankfurt 1990.
- Claudia Bullerjahn u.a.: Musik in der Werbung: Kultur- oder Manipulationsfaktor? In: Musik und Unterricht, 29/1994, S. 9-15.

*Einige einschlägige Artikel mit weiteren Literaturhinweisen auch in*

Herbert Bruhn u.a.: Musikpsychologie. Ein Handbuch. Rowohlt, Reinbek 2002.

## **Suggestopädie und „Musik in der Medizin“**

1.

Suggestopädie = eine **Lernmethode** (vor allem für Fremdsprachen), bei der Musik gezielt eingesetzt wird, um durch (1) Entspannung und (2) ein am Sprachklang orientiertes und (3) ganzheitliches Lernen z ermöglichen.

Material: mehrere Lehrbücher in der Bibliothek, auch Cassetten, ferne allgemeine Darstellungen, z.B.

Birgit Bröhm-Offermann: Suggestopädie. Sanftes Lernen. AOL, Lichtenau 1989

Gunhild Hinkelmann u.a.: Leichter Lernen. PLS-Verlag, Bremen 1989

Joachim Wester: Super Learning. Englisch-Verlag, Wiesbaden 1989

Wolfgang Stark: Superlearning. Heyne, München 1991

2.

Eine Variante von Suggestopädie ist die **Subliminal-Methode**, die als „subliminals“ („geheime Botschaften“) in der Rockmusik eine Rolle gespielt hat. U.a.:

Eldon Taylor: Die Subliminal-Methode. Goldmann, München 1990

Heint Buddemeier und Jürgen Strube: Die unhörbare Suggestion. [zu Subliminalcassetten und Rockmusik] Urachhaus, Stuttgart 1990

Helmut Rösing: Heavy Metal... Geheime Botschaften an das Unbewußte? In: Parlando 1, Mainz 1991.

Zusammenfassender Überblick über 1. und 2. in: Wolfgang Martin Stroh: Handbuch New Age Musik. ConBrio, Regensburg 1994, Kapitel 8.

3.

**„Musik in der Medizin“** war ein Forschungsprojekt, bei dem zunächst Musikhören als Möglichkeit, die Narkose-Dosis bei Operationen zu mindern, eingesetzt wurde. Inzwischen sind die Anwendungsbereiche ausgedehnt. (Allerdings muss diese Art des Musikeinsatzes vom therapeutischen genau abgegrenzt werden!)

Ralph Spintge und Roland Doh: **Musik-Medizin**. Fischer Verlag, Stuttgart 1992.

Von Spintge gibt es weitere Bücher und Artikel. Zu diesem Thema auch immer wieder Aufsätze in der Zeitschrift „Musiktherapeutische Umschau“! Im Internet gibt das Institut für Musik-Medizin an der Musikhochschule Hannover viel Hintergrundinformation. Nachuntersuchungen mit wissenschaftlichem Anspruch:

Diana Karow und Günther Rötter: Eine Studie zur analgetischen Wirkung von Musik. In: Jahrbuch der Deutschen Gesellschaft für Musikpsychologie, Band 16, 2002

## Lärm-Wirkungsforschung: Referat zu **Tinnitus**

Das Referat sollte ca. 30 Minuten dauern und in einer Doppelstunde stattfinden, in der ein Überblick über die psychologische Lärmforschung gegeben wird.

- Definitionen, Abgrenzung gegen andere Art der Gehörschädigung
- Ursachen und Ausprägungen des Tinnitus
- Strategien zur Bewältigung bzw. Heilung
- Selbsthilfeorganisationen etc.

Langer, Gerald und Wallhäuser-Franke, Elisabeth: Klingeln im Kopf. In: Gehirn & Geist 1/2003, S. 54-61.

Zittlau, Jörg: [Das individuelle Selbsthilfeprogramm bei] Tinnitus und Hörsturz. Südwest-Verlag, München 1999.

Hellweg, Christian u.a.: Tinnitus Retraining Therapie (TRT). Ariston-Verlag, Kreuzlingen 1998.

(Es könne auch andere, ähnliche Bücher verwendet werden. In der Bibliothek gibt es auch medizinische Literatur.)

Eden, Frithjov: Fallstudien zum Tinnitus bei Musikern. Examensarbeit Oldenburg 2002. (Von Stroh ausleihbar).

American Tinnitus Association: Sounds of Tinnitus. Portland o.J.. MC mit typischen Tinnitus-Gräuschen. (Von Stroh ausleihbar.)

Zur den nationalen und internationalen Tinnitusgesellschaften: Recherchen im Internet!