

musik-kinesiologie

zurück zu (noch) mehr spaß an der musik (1)

Von Günther Scherb

Es war mal wieder eines dieser Probespiele. Ich dachte, gut vorbereitet zu sein und endlich die Chance zu haben, die Stelle zu bekommen. Doch leider war nach der zweiten Runde schon wieder Schluss. Komisch, dachte ich, so schlecht hatte ich doch gar nicht gespielt. Allerdings wurde mir auf Nachfragen gesagt, dass »nichts überkam«. Nach unzähligen Probespielen war das der Punkt, an dem ich beschloss, mein Instrument an den Nagel zu hängen und etwas ganz anderes zu machen. »Wenn es schon so weit ist, dass ich nicht mehr höre, dass ich nicht gut spiele, sollte ich mich vielleicht einem anderen Gebiet zuwenden, was mir vielleicht auch Spaß machen könnte.« Wäre da nicht eine Kinesiologin in diesem Orchester gewesen, die mir den Rat gab, mal eine »Balance« zu machen. Gut, sagte ich mir, warum sollte ich nicht auch noch diesen Strohhalm ergreifen. Aufhören kann ich dann ja immer noch. Und zufälligerweise hatte sie zwei Tage später einen Termin frei, weil ein anderer abgesagt hatte.

Das war mein Weg zurück zur Musik. Denn nach dieser »Balance« (was das ist, dazu später) blieb ich bei der Musik und meinem Instrument und spielte drei Wochen später bei einem anderen Probespiel so, wie ich es noch nie vorher getan hatte. Ich war begeistert. Der Spaß am Musizieren war wieder da und die Neugierde, noch mehr beim Spielen in die Musik einzutauchen und ohne Hindernisse das ausdrücken zu können, was ich wollte.

Durch dieses Erlebnis begann ich die Ausbildung zum Musik-Kinesiologen und machte weitere Kurse anderer Richtungen der Kinesiologie. Seit drei Jahren bin ich nun Musik-Kinesiologie-Instruktor und biete die Ausbildungskurse zum Musik-Kinesiologie-Practitioner an.

Was ist Kinesiologie?

Begründer der Kinesiologie ist der Arzt und Chiropraktiker George Goodheart. Er stellte in den 60er-Jahren fest, dass bei organischen Erkrankungen entsprechende Muskeln ebenfalls nicht in Ordnung sind. Je nachdem wie sich der Muskel beim Testen verhielt, konnte er Rückschlüsse auf das dazugehörige Organ ziehen. Er war sich gewiss, dass es einen feinstofflichen, intelligenten Energiefluss zwischen Organ und Muskel geben musste und dass die Muskeln eine Art körpereigenes Biofeedbacksystem darstellten. Er beschäftigte sich mit der Lehre der Akupunktur und fand im Meridiansystem, das sich mit der energetischen Vernetzung aller Teile eines Körpers beschäftigt, seine Erfahrungen bestätigt. Das war die Geburtsstunde der Kinesiologie, und ihre Grundlage bildete das Muskeltesten. Die Muskeln wurden zum Monitor für den energetischen Gesamtzustand eines Körpers.

Die Kinesiologie wurde vom Psychologen und Psychotherapeuten Dr. John Diamond weiterentwickelt, der sich vor allem mit den emotionalen und psychischen Bereichen beschäftigte. Jede Emotion ist mit dem ganzen



Die Bilder wurden beim Hören eines Stücks von Giora Feidman von zwei Kursteilnehmern unabhängig voneinander gemalt. Das war eine Übung, gehörte Musik in Bilder umzusetzen und dabei zu erleben, dass der Zugang zu verschiedenen Musikarten unterschiedlich leicht bzw. schwer fällt. Intuitiv wurden die Emotionen, die das Musikstück hervorrief, durch übereinstimmende Farbeindrücke und Formen umgesetzt.



Körper verbunden und spielt sich nicht nur im Kopf ab. Sie wirkt also bewusst und unbewusst auf unseren Körper. Solche Emotionen können sich manifestieren und so den Menschen formen und durch verschiedene Charakterzüge prägen. Ein verkrampter Muskel kann auf eine entsprechende überspannte Emotion hindeuten.

Wie kam es zur Musik-Kinesiologie?

Der Lautenist Harald Knauss und die Sängerin Rosina Sonnenschmidt begründeten vor gut zwölf Jahren die Musik-Kinesiologie. Sie erkannten die immensen Möglichkeiten, die in der Kinesiologie liegen, um Probleme von Musikern anzugehen. Dabei

waren es folgende Punkte, die sie an der Musik-Kinesiologie besonders ansprechen:

Die individuelle Ausrichtung

Das Vorgehen in der Musik-Kinesiologie wird vollkommen auf den Klienten abgestimmt. Es gibt hier keine allgemeinen Vorgehensweisen. Genauso kreativ wie der Musiker arbeitet, wird in der Musik-Kinesiologie mit dem Klienten gearbeitet. Das stellt sicher, dass man das Problem oder die Blockade des Klienten individuell angeht.

Der Klient behält seine absolute Wahlfreiheit

Während der ganzen Arbeit in einer Balance (kinesiologische Sitzung) ist der Klient stets in der Lage, selbst zu entscheiden, was er für sich und sein musikalisches Schaffen erreichen will. Er bekommt nichts vorgeschrieben oder diktiert.

Der Klient erarbeitet seine Lösung, worin die Musik-Kinesiologie ihn unterstützt

Ein wertvoller Aspekt in der Musik-Kinesiologie ist die Tatsache, dass der Klient selbst die Lösung für sein Problem erreicht. Dabei wird er vom Kinesiologen lediglich begleitet, ohne beeinflusst zu werden. Der Hintergrund ist folgender: Jeder einzelne Musiker hat auch seine eigenen, individuellen Probleme und die dazugehörigen Auslöser. Nehmen wir an, das Thema heiße »Lampenfieber«. Wie man weiß, kann die Reaktion dazu bei jedem etwas anders aussehen. So bekommt der eine kalte Hände, der andere einen trockenen Mund und wieder ein anderer kann sich nicht konzentrieren oder wird abgelenkt. Bei diesen Beispielen sind die Unterschiede in der Auswirkung des Lampenfiebers sehr deutlich, folglich ist anzunehmen, dass die Ursachen auch unterschiedlicher Natur sind. Nehmen wir aber zwei Künstler, die beide kalte Hände

bekommen wenn sie anfangen wollen zu spielen. Dann heißt das nicht, dass auch die Ursache die gleiche ist. Und so läuft eine Balance bei beiden auch nicht genau gleich ab.

Der Klient übernimmt die bewusste Verantwortung für sein Leben

Der Klient ist für sein Leben und das, was er tut, selbst verantwortlich. So auch in der musikkinesiologischen Balance. Es wird ihm nicht vorgeschrieben, wie er sich zu verhalten hat, was er machen oder unterlassen soll. Jeder Mensch unterscheidet sich vom anderen und gestaltet sein Leben so, wie er es für richtig hält. Das soll auch während und nach einer Balance nicht anders sein.

Die Musik-Kinesiologie ist eine absolut kreative, also künstlerische Methode

Man geht bei der musikkinesiologischen Arbeit einen sehr kreativen Weg, um zur Lösung des Problems zu gelangen. Man verwendet neben Emotionen und Verhaltensmustern auch Farben, Mudras sowie Symbole und arbeitet mit ihnen künstlerisch und fantasievoll.


Die Musik-Kinesiologie hilft, die eigenen Potenziale zu entdecken

Durch die Öffnung der Grenzen und die Beseitigung der Blockaden bekommt der Musiker wieder die Möglichkeit, seine eigene Leistungsfähigkeit voll auszuschöpfen und auf allen Ebenen künstlerisch tätig zu sein.

Die Musik-Kinesiologie ist eine ganzheitliche Methode und vermeidet daher grundsätzlich Analysen, Diagnosen, Wertungen

Jeder, der zu einem Musik-Kinesiologen kommt, wird als ganzer Mensch betrachtet. Es ist egal, welches Problem ihn beschäftigt, die Arbeit oder das Ergebnis wird an keinem Punkt gewertet oder analysiert. Auch stellt der Musik-

15,- 2



**Blasmusik nach Herzenslust
– 25 Jahre**
Neue Böhmisches Blasmusik
Dirigent: Roland Kohler

Bestell-Nr. 12506

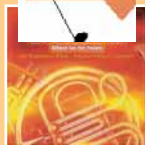
18,- 2



**Time for Crime –
Samba, Rock, Swing**
Polizeimusikkorps
Baden-Württemberg
Dirigent: Toni Scholl

Bestell-Nr. BCD7348

20,40 2



**Bravura! Album for the
Young**
The Washington Winds
Dirigent: Edward Petersen

Bestell-Nr. WFR333


17,50 2



Dvořák – Slavonic Dances
Czech Army Central Band
Dirigent: Vladimír Válek

Bestell-Nr. T8509

17,90 2



Emotionen – Emotions
Polizeimusikkorps
Baden-Württemberg
Dirigent: Toni Scholl

Bestell-Nr. MVSRO24

15,95 2



Jazz meets Band
Polizei-Orchester Hamburg
Dirigentin: Kristine Kresge

Bestell-Nr. EWO9035-3

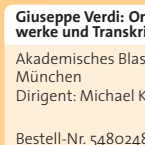
17,95 2



Grüße aus Berlin
Polizei-Orchester Berlin
Dirigent: Peter Feigel

Bestell-Nr. WWW500.080

12,80 2



**Giuseppe Verdi: Original-
werke und Transkriptionen**
Akademisches Blasorchester
München
Dirigent: Michael Kummer

Bestell-Nr. 5480248

Kinesiologie keine Diagnosen, dies ist nur etwa einem Arzt erlaubt.

Für welche Bereiche kann man die Musik-Kinesiologie anwenden?

Hilfe bei Problemen von Musikern und Künstlern

Wie erwähnt, bildet das Bearbeiten von Themen, mit denen Musiker, Künstler und kreative Menschen konfrontiert sind, die Grundlage der Musik-Kinesiologie: Das kann das allseits bekannte Lampenfieber sein, das beim Musizieren stört, aber auch Probleme zum Beispiel mit der Atmung. Nicht selten klagen Musiker über Luftstau oder große Anstrengung beim Spielen. Tonarten, Notenwerte oder die richtige Intonation von Intervallen sind weitere Elemente aus der Musik, die mit Stress besetzt sein können. Ebenso kann man durch die Musik-Kinesiologie seine Kreativität steigern, Verspannungen lösen, sich auf Wettbewerbe oder Konzerte vorbereiten, seine Ausstrahlung auf der Bühne oder das Verhältnis der Musiker untereinander im Orchester oder Ensemble verbessern oder mit Kritik adäquat umgehen lernen. Das sind nur einige Gebiete, die in der Musik-Kinesiologie behandelt werden. Die kinesiologischen Methoden helfen dabei, sich selbst und seine Potenziale zu entdecken, Musiker und Musik auf neue Art zu verbinden und zu einer Ganzheit zu führen.

Musik-Kinesiologie, eine neue Therapieform, die die Heilung unterstützt

Ein zweiter Bereich der Musik-Kinesiologie könnte die Verbindung von Elementen der Musik in Verbindung mit Kinesiologie im therapeutischen Bereich darstellen. Welches Instrument kann heilsam wirken, welcher Dreiklang, welches Musikstück...? Hier bekommt die Musik-Kinesiologie eine Richtung

hin zum Musiktherapeutischen, die vielleicht einmal ein eigenständiger Berufszweig werden kann. Dabei wird gerade die harmonisierende und heilende Kraft der Klassik große Bedeutung für die Zukunft bekommen.

Ein musikalischer Weg zur Spiritualität

Spiritualität bedeutet »Geist« und stellt eine immaterielle Kraft dar, durch die man Kontakt zum inneren Wesen der Musik bekommt. Die Musik-Kinesiologie möchte die Verbindung zwischen Spiritualität, Musik und Musiker neu knüpfen. Klassische Musiker, die sich mit Spiritualität beschäftigen, stehen heute oftmals alleine da und werden von ihren Kollegen als Außenseiter betrachtet.

Leider wird ein Musiker, der sich zu diesem Thema äußert, von seinen Kollegen häufig schräg angeschaut, als ob er von einem anderen Stern käme und den Boden unter den Füßen verloren hätte. Ich wurde Zeuge einer Diskussion von Musiklehrern, in der es darum ging, dass nur ausgebildete und erfahrene Musiker den wahren Gehalt von Musik verstehen könnten. Kinder und Jugendliche wären aufgrund der fehlenden Vorbildung nicht in der Lage, die Musik so wie ihre studierten Lehrer zu begreifen. Sicher fehlt dem nicht so erfahrenen Musiker das Verständnis von Form und Aufbau eines Musikwerks, ist das aber ausschließliche Voraussetzung für das »Verständnis von Musik«? Sollte man sich hier nicht fragen, was das beinhaltet, das »Verständnis«? Ein Diskussionsstoff, der, würde man ihn hier eingehender behandeln, den Rahmen sprengen würde. Doch dass diese Seite der Musik nichts Neues darstellt, kann man aus Äußerungen vieler großer Komponisten entnehmen, die spirituell orientiert waren und sich auch darüber äußerten. So sagte Ludwig van Beet-

hoven: »Ja, von oben muss es kommen, das, was das Herz treffen soll, sonst sind's nur Noten – Körper ohne Geist!« Oder Richard Strauss: »Während die Ideen auf mich einströmten – die Motive, Themen, Grundmelodien, das harmonische Gewand, die Instrumentation – kurz, die gesamte Musik, Takt für Takt, war mir, als diktieren mir zwei gänzlich verschiedene Wesenheiten... Ich war mir jedoch der Hilfe einer anderen als einer irdischen Kraft bewusst, die auf meine bestimmten Vorstellungen einging.« Und auch Johannes Brahms bemerkte über seine Kompositionen: »Ich muss mich im Zustand der Halbtrance befinden, um solche Ergebnisse zu erzielen, ein Zustand, in welchem das bewusste Denken vorübergehend herrenlos ist und das Unterbewusstsein herrscht.«

Die Musik-Kinesiologie möchte einen Impuls geben, klassische Musik und Spiritualität zu verknüpfen. Nur daraus kann eine Erneuerung dieser Musik erwachsen, die sie auch überlebensfähig macht.

Auch Methoden zur Konfliktlösung, Gruppenarbeit, Umgang mit Stress und Verspannung oder Atemlehre, die entscheidend für die Entwicklung des Bewusstseins sind, werden in der Regel völlig übergangen. In der Schule sind künstlerische Fächer wieder ein Lernstoff, der an Leistung gekoppelt ist. Auch hier sollte man diesem Aspekt mehr Platz einräumen.

**aben Sie auch
Erfahrungen mit
Musik-Kinesiologie?
Oder wollen Sie alles
darüber wissen?
Dann diskutieren Sie mit
uns! Im Internet unter
www.blasmusik.de**