

# Termin – Übersicht und Kursbeschreibungen

## Erlebnisabend: Heilen mit Zeichen und Alpha-Synapsen-Programmierung

Die Schwingungen von geometrischen Zeichen, Symbolen oder Strichcodes werden schon seit altersher zu Heilzwecken eingesetzt und finden auch heute bei verschiedenen Gesundheitsstörungen ihre Anwendung. Mit der Bio-Energetischen Informationsmedizin können Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln, Allergien, sowie traumatische Erlebnisse und Stressfaktoren, aufgelöst werden.

Alpha-Synapsen-Programmierung, die genial einfache „Hilf-Dir-selbst-Methode“, mit der wir uns glückliche und erfolgreiche Möglichkeiten in allen Bereichen unseres Lebens erschaffen, egal wo der Schuh drückt.

**Wann?** Donnerstag, 24. Januar 19.30 - 21.00 Uhr  
**Wo?** Praxis, Oberemattstr. 44a, Pratteln  
**Kosten?** 25.--

## Workshop: Alpha-Synapsen easy

Glück, Erfolg und Gesundheit beginnen im Gehirn. Haben Sie Lust eine neue und genial einfache „Hilf-Dir-selbst-Methode“ kennenzulernen, mit der Sie Blockaden hinter sich lassen, Stolpersteine aus dem Weg räumen und Ihr Leben mit eigenen Werten, Talenten und Freude füllen können? Sie lernen, wie Sie auf einfache Art Ihre Synapsen im Hirn „umprogrammieren“ und so Ihr Potential für mentale, körperliche und seelische Gesundheit voll ausschöpfen können.

**Wann?** Samstag, 9. Februar 14.00 - 17.30 Uhr  
**Wo?** Praxis, Oberemattstr. 44a, Pratteln  
**Kosten?** 240.--, begrenzte Teilnehmerzahl  
 inkl. Script, ohne Alpha-Scheibe, ohne Buch  
 Alpha-Scheibe und Buch können im Kurs gekauft werden.

## Workshop: Alpha-Synapsen easy Refresher

Sie haben vor einiger Zeit den Alpha Workshop besucht und Ihre Alpha Scheibe liegt brach? Sie wissen nicht mehr genau wie die Scheibe handhaben? Hier können Sie Ihr Wissen auffrischen, Ihre Fragen stellen und Unsicherheiten beseitigen. Sie bekommen zusätzliche Unterlagen und wertvolle Tipps und lernen verschiedene Möglichkeiten, Ihre Themen zu bearbeiten. Und es macht auch Spass, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und von anderen zu lernen.

Es besteht auch die Möglichkeit, die Sternbilderscheibe und weitere Flowcharts im Kurs zu beziehen.

**Wann?** Samstag, 9. Februar 9.30 - 12.00 Uhr  
**Wo?** Praxis, Oberemattstr. 44a, Pratteln  
**Kosten?** 80.--, begrenzte Teilnehmerzahl  
 inkl. Dokumentation

## Klangabende: Entspannung für den Körper, Ruhe für den Geist, Flügel für die Seele.

Stehen Sie unter Stress und können abends schlecht abschalten? Gehören Verspannungen schon fast zu Ihrem Alltag? Möchten Sie Ihre Batterien wieder aufladen und emotional, mental und körperlich ins Gleichgewicht kommen? Die Klänge der tibet. Klangschalen führen uns auf der Körper- und der Seelenebene in eine tiefe Entspannung, blockierte Energien kommen wieder ins Fließen und die Selbstheilungskräfte werden angeregt.

Keine Vorkenntnisse nötig, Einstieg jederzeit möglich, die Abende bauen nicht aufeinander auf und können auch einzeln besucht werden.

**Wann?** Mittwoch 19.30 – ca. 20.45 Uhr  
 9.1./23.1./6.2./20.2./6.3./20.3./3.4./15.5./29.5./  
 12.6./26.6.  
**Wo?** Mehrzweckraum, Hauptstr. 50, Pratteln  
**Kosten?** Abo: 28.--/ Abend  
 Einzeln: 30.--/Abend  
**Mitbringen:** bequeme Kleidung, warme Socken, Decke

## Räuchern- ein altes Ritual neu entdeckt

Möchten Sie ein kraftvolles Ritual für mehr Vitalität und Erfolg einsetzen und mit der klärenden und heilenden Wirkung des Räucherns aus Ihrem Zuhause einen persönlichen Kraftort schaffen? Sie lernen ein 5-Elemente-Räucherritual kennen, erleben den Ablauf einer Hausräucherung nach Feng Shui und erfahren viel über die Kraft und Wirkung des Räucherns

**Wann?** Samstag, 23. März 10.00 - ca.17.00 Uhr  
**Wo?** Praxis, Oberemattstr. 44a, Pratteln  
**Kosten?** 250.--, begrenzte Teilnehmerzahl

*Nur 1x im Jahr!*

## Das Ritual der Hausräucherung bei Ihnen zuhause

Möchten Sie vitale, frische Energie in Ihrem Haus oder Arbeitsplatz verankern, schon lange Vergangenes abschliessen, Energien und Informationen von früheren Bewohnern löschen, die Umsetzung Ihrer Feng Shui Massnahmen verstärken, Ihre Vitalität steigern, neue Ziele und Visionen finden?

Gerne unterstütze und begleite ich Sie dabei mit einem persönlichen Räucherritual bei Ihnen zuhause Eine Feng Shui Räucherzeremonie ist ein sehr kraftvolles Ritual, das uns auf allen Ebenen anspricht. In Form von Symbolen verankern wir mit den 5 Elementen Feuer, Erde, Metall, Wasser und Holz neue, vitale Energie, welche die Bewohner ganz persönlich mitgestalten können.

**Nähere Infos auf meiner Website oder rufen Sie einfach an.**

## Blütenporträt

### Honeysuckle-Geissblatt



### «Ich geniesse mein Leben im Hier und Jetzt»

*Das Geissblatt gehört zu den Kletterpflanzen und bevorzugt sonnige Standorte. Der süssliche Duft und die zarten, etwas verschnörkelten Blüten geben ihm etwas Nostalgisches. Wie alle Kletterpflanzen ist auch Honeysuckle auf eine Kletterhilfe (Mauer, Gerüst, Baumstamm) angewiesen, die sie im Laufe der Zeit überwuchert und so von der Außenwelt abschottet. Für eine unbelebte Kletterhilfe ist das kein Problem, doch ein lebendiger Organismus wird dadurch im Laufe der Jahre immer mehr vom Lebensfluss abgeschnitten. Das bedeutet, dass das „Gerüst“ seine Vitalität verliert und nicht mehr mitbekommt, was rundherum geschieht.*

*Die Aufmerksamkeit für die Umgebung ist nicht nur im Pflanzenreich, sondern auch bei den Menschen sehr wichtig. Es geht um die Fähigkeit, am Puls der Zeit zu leben, jede notwendige Veränderung zu erkennen und innerlich und äusserlich zu durchleben um dadurch zu reifen. Dazu gehören unausweichliche Entwicklungsschritte wie Pubertät, Erwachsenwerden, berufliche Wechsel, Wohnungswechsel, Menopause, Abschiede jeder Art. Jede Veränderung kann vorübergehend Traurigkeit aufkommen lassen, aber der Ausblick auf neue Möglichkeiten gibt auch die Kraft loszulassen. Honeysuckle bringt uns aus der Vergangenheit zurück in die Gegenwart. Es lässt uns die Vergangenheit so annehmen, wie sie war und das Gute daran bewahren. Vergangene Erfahrungen werden realistisch als das erkannt, was sie sind. Das Leben in der Gegenwart wird gefestigt und das Vertrauen in die Zukunft gestärkt. So bleibt die Lebenskraft erhalten und führt zu einem erfüllten Leben im Hier und Jetzt.*

## Ich melde mich für folgende(n) Kurs(e) an:

Kurs/Datum:.....

Kurs/Datum:.....

Name/Vorname:.....

Adresse:.....

Tel.:..... e-Mail:.....

# Seelen Harmonie

Zeitschrift für einen ganzheitlichen Zugang zu Gesundheit und Lebensfreude

## Editorial



Ursula Imhof freut sich, Sie mit Ihrem Angebot ein Stück weit auf Ihrem Weg begleiten zu dürfen.

**G**ehen Sie auch gerne in den Wald? Wissen Sie, warum wir uns dort so wohl fühlen? In der Schule haben wir gelernt, dass die Bäume das CO<sub>2</sub> aus der Luft aufnehmen und es mit Hilfe von Photosynthese in Sauerstoff verwandeln. Aber es geht weit darüber hinaus. Wir sind den Bäumen ähnlicher als wir glauben. Nur 0,5% des Materials aus dem der Baum besteht kommt aus der Erde, 99,5% kommen aus der Luft, sind Kohlenstoff und Wasserstoff. Auch unser Körper besteht aus Kohlenstoff und Wasserstoff - einziger Unterschied: Die Anordnung der Spurenelemente. Diese 0,5% sind das Ordnungssystem, das uns Menschen vom Baum unterscheidet! Wir kommen aus dem gleichen Ursprung wie sie. So gleich ist das Leben in seinen Grundstrukturen aufgebaut. Doch im Unterschied zu uns haben die Bäume die Gesetze des Lebens verstanden. Im Wald beginnt das Leben mit einem Wettbewerb, aber nur kurz. Sobald die Existenz gesichert ist, gibt es keine Konkurrenz mehr, nur noch ein Miteinander. Sie haben begriffen, dass wir die Herausforderungen des Lebens nur schaffen, wenn wir zusammenarbeiten. Der Wald lehrt uns wie das Leben funktioniert, wir müssen nur wieder lernen, hinzuhören. Herzlichst *Ursula Imhof*

## Energietankstelle Holz

### Wer auf Vollholz setzt ist nicht auf dem Holzweg

**Es gibt keinen anderen Baustoff mit einer besseren Wärmedämmung als Vollholz. Auch die Medizin erkennt heute, wie positiv und gestärkt der Körper reagiert, wenn er von vollem, reinem Holz umgeben ist.**

**Ob zuhause oder bei der Arbeit, in der Schule oder im Kindergarten, im Altersheim, oder Krankenhaus, ob alt oder jung, krank oder gesund – den grossen Teil unseres Lebens verbringen wir heute innerhalb von 4 Wänden. Wir täten deshalb gut daran, dem Baustoff dieser Hüllen etwas mehr Beachtung zu schenken.**

Einer, der die Kraft des Baustoffes Holz schon vor Jahren erkannt hat, ist Erwin Thoma. Der 56-jährige österreichische Förster und Unternehmer baut Vollholzhäuser, die gesund, energiesparend, sicher und wiederverwendbar sind. Weil er dafür Mondholz verwendet, wird er von vielen als

Esoteriker belächelt. Doch mittlerweile kümmert ihn das nicht mehr – der Erfolg und die Wissenschaft geben ihm Recht. Mondholz ist keine moderne Entdeckung – Im Gegenteil. In Japan gibt es jahrtausende alte Mondholztempel, die immer noch stehen. Auch in den Kulturen der Inka und der Maya ist es nachgewiesen worden. Die Überlieferungen sind uralte, doch ohne wissenschaftlichen Beweis blieben sie ein Mythos.

Aufgrund von gesundheitlichen Problemen in der Familie tauschte Thoma nach einem Umzug alle Spanplatten im neuen Haus gegen unbehandeltes, reines Holz aus. Trotz anfänglicher Skepsis befolgte er den Rat seines

Grossvaters, dafür Holz zu verwenden „das im richtigen Zeichen geschlagen wurde.“ – und die Probleme verschwanden. Er begann weitere Experimente zu machen, verglich etwa den Wurm- und Pilzbefall von Mondholz und gewöhnlichem Holz, und fand so einen natürlichen Baustoff, den man nicht mit Chemie schützen muss, denn Wurm und Pilz machten es sich nur im normalen Holz bequem und blieben dem Mondholz fern.

### Ohne Chemie und Technik

Massivholz ist auch in der Wärmedämmung einer gleich dicken Wand aus Mineralwolle, Span- und Gipsplatten oder einer Wand aus Ziegelsteinen bei Weitem überlegen. Auch die Abschirmung hochfrequenter Strahlung hat Thoma geprüft, ein Thema, das bei der heutigen Strahlungsdichte der Mobilfunknetze hochaktuell ist.

Und wieder zeigte die vernetzte Struktur des Baustoffs Holz völlig unerwartete Bestleistungen, und liess Beton, Ziegelstein, Fertigteile und Holzrahmenbauten weit hinter sich. Der einzige Baustoff, der in die Nähe der Holzbauten kam, war Lehm. Sogar ein längeres Leben „im Holz“ lässt sich heute wissenschaftlich nachweisen. Dr. Maximilian Moser von der Medizinischen Universität in Graz hat mit seinen Messtechniken nachgewiesen, dass ein Mensch, der

in einem Vollholzbett schläft, 3600 Pulsschläge weniger in einer Nacht, längere, erholsame Tiefschlafphasen, ein stärkeres vegetatives Immunsystem und ein vitaleres vegetatives Nervensystem hat. Und diese Wirkung setzt nicht erst nach einigen Jahren ein, sondern unmittelbar. Ein weiterer Versuch mit einer Schulklasse aus Oesterreich zeigt: Ein Schuljahr lang wurden die Kinder einer Klasse, welche in einem Massivholzklassenzimmer unterrichtet wurden, verglichen mit den Kindern, welche in einem „Normbau“ zur Schule gingen.

### Holz verlängert unser Leben

Der Unterschied an Herzschlägen betrug hier sogar 8000 Schläge pro Tag! Das Massivholz erspart den Kindern also 2 Stunden Herzarbeit pro Tag! Und das in einer Zeit, in der Kinder ohnehin schwer zur Ruhe kommen. Zusätzlich zu den gemessenen medizinischen Daten zeigten die Kinder auch eine Verbesserung im subjektiven Befinden. Auf welchem Weg, mit welchen Wellen, Schwingungen und Informationen das Holz seine Kräfte zu uns Menschen bringt, liegt noch im Dunkeln. Diese Verbindung zwischen Baum und Mensch weiter zu ergründen, wird die Aufgabe kommender Forscher sein.



Wer umgeben von reinem Holz schläft, erspart sich in einer Nacht die Arbeit des Herzens von einer Stunde. Kurz: Holz verlängert unser Leben. Und welches Geschenk könnte wertvoller sein, als die Gesundheit, guter Schlaf und ein langes Leben? (Bild: Lunaris Mondholzbett mit 14cm dickem Kraftboden, [www.mondholzbett.ch](http://www.mondholzbett.ch))

### In dieser Ausgabe finden Sie:

**Seite 2** Bewusstsein schafft Frieden. Ein Tag mit Christina von Dreien

**Seite 3** Musik als Medizin. Können Klänge heilen? Wie Sie die Kraft zum Erreichen Ihrer Ziele verstärken

**Seite 4** Terminübersicht und Kurse. Blütenporträt: Honeysuckle

**Im Universum ist nichts kompliziert, es sind die Menschen, die es kompliziert machen.**

*Christina von Dreien*

Bewusstsein schafft Frieden

## Ein Tag mit Christina von Dreien

Christina von Dreien, eine 17-jährige junge Frau, vielen bekannt durch die Bücher „Zwillinge als Licht geboren“ und „Die Vision des Guten“ hat mittlerweile Ihre Schulzeit beendet und stellt Ihr Dasein ganz in den Dienst der Menschen, um sie bei Ihrem Wandel des Bewusstseins hin zu einer friedvollen Welt zu unterstützen. Ihre Seminare füllen ganze Konzertsäle und ziehen die Zuhörer von der ersten Minute an in den Bann. Lesen Sie hier den Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin.

Samstag, 8. Dezember 2018, Tonhalle St. Gallen. Der Saal ist mit geschätzten 500 Plätzen restlos ausverkauft. Erwartungsvolles Stimmengewirr erfüllt den Raum. Punkt 10 Uhr betritt Christina, eine feingliedrige, schlanke, 17-jährige junge Frau die Bühne, und innerhalb von Sekunden herrscht absolute, fast gespenstische Stille.

Emmanuel, ein Mitarbeiter Ihres Teams, begrüsst die Anwesenden, stellt Christina vor und gibt ein paar allgemeine Informationen zum Ablauf des Seminars. Danach hat Christina das Wort. Mit leiser, sanfter Stimme, spricht sie ins Mikrofon, zurückhaltend, fast etwas scheu, als ob es ihr peinlich wäre im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu stehen, aber mit einer unglaublichen Herzenskraft, die alle Anwesenden berührt und in den Bann zieht.

Christina's Wunsch ist es, mit Ihren Seminaren neue Mosaiksteinchen in unser Weltbild einzusetzen. Sie betont auch mehrmals, dass es um die Botschaft geht, nicht um den Botschafter, also sie als Person. „Die Zeit der Lehrer ist vorbei. Wir können alle voneinander lernen. Macht die Dinge, weil sie für Euch stimmen, nicht weil ich sie sage. Lauft niemandem blind hinterher, auch mir nicht.“

**„Friede ist kein plötzlicher Zustand, der einfach so entsteht, Friede ist eine Entscheidung.“**

Der Friede auf der Welt ist Ihr ein grosses Anliegen. Sie spricht auch davon, dass wir in Mitteleuropa in der Verantwortung stehen, weil wir die Möglichkeit zur spirituellen Entwicklung

haben. Diese ist nur möglich, weil die Basis einer sicheren Lebensgrundlage vorhanden ist.

**„Die Basis für eine bessere Welt ist das Bewusstsein“**

Deshalb sind wir ein Leuchtturm in die Zukunft für andere Länder. Wahre Entwicklungshilfe kann nur stattfinden, wenn wir unsere Entwicklung hinter uns haben. Das Wissen ist bereits vorhanden. Die Technologie, die wir kennen, ist nur ein Bruchteil von der, die wirklich existiert. Es gibt Menschen, die Technologien haben, von denen wir nichts wissen. Die Basis dafür, dass die Welt besser wird, ist das Bewusstsein. Tage wie heute wären vor 100 Jahren nicht möglich gewesen.

**„Die Menschen waren 10'000 Jahre in einer Vollnarkose“**

Da hätten sich vielleicht 5 oder 10 Leute zusammengefunden. Christina beschreibt es so: „Wir Menschen waren 10'000 Jahre lang in einer Vollnarkose, getrennt vom Göttlichen. Doch diese Trennung gab es nie, das ist eine Illusion, die wir nur noch nicht verstanden haben. Jetzt befinden wir uns im „Alzheimer-Zustand“. Doch im Gegensatz zum medizinischen Alzheimer, vergessen wir nicht immer mehr, sondern erwachen immer mehr.“ In diesem Zusammenhang erwähnt sie auch, dass Alzheimer heilbar ist, es schon immer war. Das Wissen dazu ist vorhanden. Es gibt nichts auf der Welt, das nicht heilbar ist. Es kommt nur auf die Perspektive an.

Sie betont auch immer wieder, was für eine Kraft in den Menschen, in uns sein muss, wenn



Wenn Christina vor einem vollbesetzten Saal spricht, scheint die Stille beinahe mit den Händen greifbar. Ihr tiefes Wissen gibt sie mit sanfter Stimme, mit frischer Jugendlichkeit und immer auch einer Prise Humor weiter. Ihr bewegender Vortrag geht allen Anwesenden unter die Haut, trifft ins Herz und vermag die Seele zu berühren – man spürt einfach, dass sie verkörpert, wovon sie spricht.

wir in nur 100 Jahren eine solche Entwicklung durchgemacht haben. Alles hängt nur von unserem Denken ab.

**„Wir brauchen ein anderes Denken, damit wir woanders hinkommen.“**

Christina möchte in Ihren Seminaren nicht nur Informationen vermitteln, sondern auch Freude und Spass am Leben.

Uns Schweizern steht dabei oft unsere Mentalität im Wege, sagt sie. Wir sind zu ernst, zu viel im Kopf. Freude und Spass steht nicht nur den Kindern zu. Deshalb fordert sie uns auf aufzustehen und zur Musik, die eingespielt wird zu tanzen, und zwar nicht wie in der Schule „rechter Fuss, linker Fuss...“ sondern jeder so, wie er will. Innert kürzester Zeit füllen sich die Bühne und die Gänge zwischen den Stuhlreihen mit Menschen, welche Robbie Williams Lied „I love my life“ mitsingen, tanzen und klatschen und die Energie im Raum steigt gleich nochmals an. Ein weiteres wichtiges Anliegen

sind ihr die Schule und die Kinder. Im heutigen Schulsystem werden die Kinder nicht aufs wirkliche Leben vorbereitet, sondern bekommen lediglich ein Raster vermittelt, was geht und was nicht. Aber wahre Bildung lässt dem Menschen seine Entfaltungsfreiheit. Schule sollte ein Ort sein, der Kinder in ihrer Persönlichkeit entwickelt, und wo die Kinder lernen, wie die Welt funktioniert. Wir brauchen ein herzbasierendes, flexibles und stressfreies Bildungssystem, das Menschen hervorbringt, die Frieden herstellen, mit anderen umgehen und Konflikte lösen können.

**„Die Schule braucht Begleiter, keine Lehrer“**

Wenn ADHS-Kinder mit Ritalin ruhiggestellt werden, liegt das Problem am System, nicht beim Kind! Wenn Kinder nicht gerne zur Schule gehen, krank werden oder die Schule schwänzen sind das Zeichen, dass dieser Teil unserer Gesellschaft nicht mehr aktuell ist. Die Kinder zeigen uns in ihrem Verhalten, dass

etwas geändert werden muss. Aber auch hier kann eine Änderung nur stattfinden, wenn viele Menschen das Gleiche möchten, wenn viele freiwillig mitdenken und mitmachen.

Auch am Ende des Seminars betont Christina noch einmal, wie weit wir Menschen schon in unserer Entwicklung sind. „Macht Euch keinen Druck. Spiritualität ist kein Wettkampf. Wir alle sind Schüler und Lehrer gleichzeitig. Spiritualität ist eine Lebensweise. Jeder ist immer auf dem Weg. Es kommt nur der Punkt, an dem Du den Weg als Spiritualität bezeichnest.“ Und weil es Ihr immer wichtig ist, dass die Menschen nach einem Seminar bei Ihr mit einem positiven Gefühl von „Das kriegen wir schon hin!“ nachhause gehen, beschliessen wir um 17.30 Uhr den Tag mit Musik, Tanzen und Singen. Die beiden Lieder „What if“ von Dina Garipova und „We are the World“ von USA for Africa klingen noch lange in mir nach.

### Impressum

Herausgeber: Leben im Einklang Ursula Imhof, Oberemattstr. 44a, 4133 Pratteln  
Tel. 061 821 90 88, info@im-einklang-leben.ch  
www.im-einklang-leben.ch  
Redaktion: Ursula Imhof  
Gestaltung: Ursula Imhof  
Druck: Druckerei Bloch AG, Talstr. 40, 4144 Arlesheim  
Tel 061 701 19 00 info@blo.ch, www.blo.ch  
Auflage: 450 erscheint 2mal jährlich  
Gratisabonnemente können direkt beim Herausgeber bestellt werden.

weitere Infos unter  
[www.christinavondreien.ch](http://www.christinavondreien.ch)

## Musik als Medizin

## Können Klänge heilen?

Dass in Musik ein therapeutisch heilsames Potenzial zu stecken scheint, wird in orientalischen und asiatischen Kulturen bis heute nicht angezweifelt. Wir aufgeklärten Menschen der westlichen Gesellschaft aber haben den Glauben an das Heilsame in den Klängen eingetauscht gegen den Glauben an die hochtechnisierte Gerätemedizin.

Das gesamte Universum besteht aus Schwingungen, denn jeder Körper, jede Materie ist ja – wie die moderne Physik beweist – nichts weiter als verdichtete Materie. Der Stuhl, auf dem Sie gerade sitzen, die Seelenharmonie, die Sie in den Händen halten, Ihre Organe, Knochen, Muskeln, Sehnen und Bänder – alles schwingt und vibriert in einer natürlichen Frequenz.

Dass auch Klang Schwingungsenergie ist, machten Forscher wie der Deutsche Physiker Ernst Chladni, der Schweizer Arzt Dr. Hans Jenny, der Schweizer Alexander Lauterwasser oder der Japaner Masaru Emoto mit ihren Wasserbildern resp. Wasserkristallbildern sichtbar.

Auch wir sind Schwingung. Das zeigt sich in unserer Sprache. Das Wort „Person“, mit dem wir jemanden beschreiben, kommt vom lateinischen „personare“ was „durchtönen“ bedeutet. Was liegt da näher, als diese Information zur Heilung einzusetzen.

## Klang hat Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele

Im Verlauf der letzten 100 Jahre wurde die Wirkung von Tönen und Klängen auf den Menschen eingehend untersucht.

Das Hören ist der erste Sinn, der beim Embryo im Mutterleib angelegt wird (und nota bene auch der letzte der beim Sterben erlischt). Nur eine Woche nach der Befruchtung der Eizelle können kleine Ansätze der Ohren am Embryo festgestellt werden. Von der 20. Schwangerschaftswoche an nimmt das Baby Töne wahr und unterscheidet Stimmen.

Es lässt sich heute nachweisen, dass Musik Einfluss hat auf Herzschlag, Atmung, Hautwiderstand, Blutdruck, Stoffwechsel, Verdauungssystem und die Hormone. Sie bewirkt, dass Glückshormone ausgeschüttet werden, sie schenkt Freude, löst Spannungen und harmonisiert, schult Gedächtnis und Aufmerksamkeit, schafft Linderung bei Beschwerden und Schmerzen und nimmt Ängste.

Töne wirken direkt auf unsere Biochemie – sie rufen Emotionen hervor, bringen in Bewegung und aktivieren in Sekundenschnelle Erinnerungen. Man denke da nur an die sofortige Wirkung eines besonderen Liedes aus der Vergangenheit, das süsse Erinnerung oder auch Schmerz hervorrufen kann.

## Musiktherapie hat einen festen Platz im Klinikalltag erobert

Heute hat die Musik aufgrund ihrer heilsamen Wirkungen mancherorts einen festen Platz im medizinischen Alltag erobert. Laut Schätzung des Schweiz. Fachverbands für Musiktherapie besitzen in der Schweiz mehr als 100 Spitäler, Kliniken und Pflegeheime ein musiktherapeutisches Angebot. So wird z.B. am Reha-Zentrum in Basel die Musiktherapie bei der Rehabilitation von Schädel-Hirn-Trauma-Patienten und komatösen Patienten eingesetzt. Im Bereich der Palliativmedizin kann der Einsatz von Musik die Dosierung von Schmerz- und Beruhigungsmitteln deutlich senken. Studien am Kantonsspital Brig zeigen, dass Patienten, denen vor und während einer Operation Musik vorgespielt wird, bis zu 50% weniger Schmerzmittel brauchen.

An der Klinik für Tumorbologie in Freiburg werden Krebspatienten seit 1997 mit der Musiktherapie unterstützt. Eine Studie mit 134 Patienten zeigt, dass bereits 4 Klangmeditationen genügen,



Klangliegen lassen Musik im ganzen Körper spüren. Die Vibrationen und Schwingungen erreichen jede Zelle und bringen so Körper, Geist und Seele in Einklang. Vom therapeutischen Gesichtspunkt her hat dies eine sehr entspannende und krampflösende Wirkung auf den Körper.

damit sich die Meisten gelassener, ausgeruhter und seelisch ausgeglichener fühlen.

## von der Psychiatrie über Autismus bis hin zur Onkologie

In den psychiatrischen Einrichtungen Deutschlands zählt die Musiktherapie zu den am häufigsten angewandten Methoden neben der Psychoanalyse und der Verhaltenstherapie.

In englischen Pflegeheimen für autistische und schwerstbehinderte Kinder gehört der „didge man“ vielerorts dazu. „Der Klang des Didgeridoo hat eine unglaubliche Wirkung auf

die Kinder“, erzählt der australische Therapeut Gary Thomas. „Sie tun oft plötzlich Dinge, die ihre Pfleger nie zuvor beobachtet haben. Kinder, die sonst nur apathisch dazitzen, bewegen sich und reagieren auf den Klang.“

Auch in der Onkologie kommt Musiktherapie immer häufiger zum Einsatz. So setzt das Inselspital Bern neben Chemotherapie und Bestrahlung die Körperpantura bei der Behandlung von Krebskranken ein.

Fazit: Auf dem Gipfel der hochtechnisierten Gerätemedizin und in einer durch Stress belasteten Lebensform entdecken immer mehr Einzelpersonen und Hei-

l Institutionen die Möglichkeit, über komplementäre Wege Gesundheit zu fördern. Die neusten Erkenntnisse aus Hirnforschung, Physik und Biochemie belegen, dass die Heilarbeit mit Klang die Möglichkeit bietet, über Töne physisch und psychisch eine Wandlung in unser Leben zu bringen. Doch weder das Hören einer CD noch der einmalige Besuch eines Klangworkshops können gesundheitliche Beschwerden wegzaubern. Hingegen ist eine einfühlsame und professionelle Musiktherapie durchaus in der Lage unsere inneren und äusseren Ohren für eine Fülle von heilsamen Impulsen zu öffnen.

## Wie Sie die Kraft zum Erreichen Ihrer Ziele verstärken.

## Lust auf ein kraftvolles Ritual für mehr Vitalität und Lebensfreude?

Die Feng-Shui-Räucherzeremonie nach den 5 Elementen befreit Haus oder Geschäft auf der materiellen und energetischen Ebene von unnötigem Ballast und kreiert eine vitale, lebensspendende Energie. Eines der kräftigen Symbole ist dabei

ein Mandala aus unzähligen Blumen, Blütenblättern und Kerzen, welches das Herzzentrum Ihres Lebensraumes stärkt. Das Ritual spricht uns auf allen Ebenen an und jeder kann ganz persönlich mitgestalten. (s. Bild des letztjährigen Workshops)

nächster Workshop  
Samstag 23. März

