

KLANGTRAUM

Das Didgeridoo und seine Einsatzmöglichkeiten in der Musiktherapie

I. Vorwort	Seite 3
II. Das Didgeridoo	Seite 4
1. Die Herkunft	Seite 4
2. Die Spielweise	Seite 5
3. Die Wirkung	Seite 6
III. Formen therapeutischer Anwendung	Seite 7
1. Aktive Musiktherapie	Seite 7
2. Rezeptive Musiktherapie	Seite 8
IV. Bewertung und Ausblick	Seite 8
V. Schlußwort	Seite 9
VI. Literaturverzeichnis	Seite 11

"Der Mensch ist ein Teil des Ganzen, was wir 'Universum' nennen, ein durch Zeit und Raum begrenzter Teil. Er erlebt sich selbst, seine Gedanken und Gefühle als etwas von den anderen Getrenntes - eine Art optischer Täuschung seines Bewußtseins. Diese Täuschung ist für uns eine Art Gefängnis, das uns auf unsere persönlichen Entscheidungen und auf unsere Zuneigung zu den wenigen Nächsten beschränkt. Unsere Aufgabe ist es, uns aus diesem Gefängnis zu befreien, indem wir den Radius unseres Mitgefühls so ausweiten, daß wir alle Lebewesen und die ganze Natur in ihrer Schönheit umfassen."

Albert Einstein

I. Vorwort

Noch bevor ich als Besucher eines Folklorefestivals ein Didgeridoo zu Gesicht bekam, hat mich sein magisch anmutender *Klang* fasziniert. Mit seinen sinusartigen Obertönen ähnelt er in gewisser Weise dem eines Synthesizers der älteren Generation, wie ihn damals mein Musiklehrer in der Schule vorstellte. Ich lauschte und versuchte mir vorzustellen, wie das Instrument wohl aussehen könnte. Ich war nicht wenig überrascht, als sich herausstellte, daß es sich um ein höchst primitives und urtümliches, ja möglicherweise um das älteste Instrument der Menschheit überhaupt handelte.

Um diesem Instrument näher auf die Spur zu kommen, habe ich in diesem Jahr an einem Didgeridoo-Workshop bei Frank Köstler teilgenommen: In einer großen Turnhalle "brummt" wir mit 20 Teilnehmern stundenlang vor uns hin. Zunächst einmal galt es, den jeweiligen Grundton der klingenden Hölzer auszuloten und diesen so lange wie möglich zu halten. Am Abend fanden wir uns mit einigen Teilnehmern zum Essen in einer Pizzeria ein. Irgendetwas hatte dieser Workshop in mir ausgelöst. Mir war, als schwebte ich - wie im *Traum* - förmlich vor mich hin. In der anschließenden Nacht habe ich sehr unruhig geschlafen und äußerst bizarr geträumt: Ich hatte mich versetzt gefühlt in ein früheres, urzeitliches Leben.

In der Zwischenzeit bin ich wieder auf den Boden der Realität gelandet. Das Didgeridoo jedoch hat bis heute nichts von seiner von mir ursprünglich empfundenen Faszination verloren. Seit dem Workshop spiele ich fast täglich auf diesem Instrument - zu meinem eigenen Wohlbefinden. Nach ungefähr zwei Wochen habe ich die für dieses Instrument charakteristische "Zirkularatmung" gelernt, von der ich anfangs dachte, daß sie nur von den Ureinwohnern Australiens und wenigen begnadeten Europäern, doch zu allerletzt von mir erlernt werden könnte. Immer wieder aufs neue gelingt es mir, diesem "Rohr" neue Klänge zu entlocken. Gerne experimentiere ich damit, wie sich der Klang in Abhängigkeit von dem jeweiligen *Raum*, in dem ich spiele, verändert.

II. Das Didgeridoo

Das Didgeridoo (= Klangholz) ist ein von Termiten ausgehöhlter Ast aus Eukalyptusholz bzw. Bambusrohr. Es ist das einzige Blasinstrument der Aborigines (Ureinwohner Australiens) und wird von ihnen schon seit Tausenden von Jahren gespielt. Vermutlich ist es das älteste Blasinstrument der Menschheit überhaupt. Das Didgeridoo hat eine Länge von 1,30 m bis 1,70 m. Gelegentlich finden sich aber auch kleinere Exemplare von nur 60 cm oder größere bis zu 2,50 m Länge. Der Innendurchmesser des Holzrohres liegt zwischen drei und acht Zentimetern. (Vgl. Gerlt/Diesch 1995)

Der mit diesem Instrument erzeugte Ton basiert auf Vibrationen der Lippen. Das Didgeridoo besitzt kein spezielles Mundstück. Stattdessen wird das obere Ende häufig mit Bienenwachs geformt, um den Durchmesser des Rohres zu verkleinern und Verletzungen an der Lippe zu verhindern. Je nach Wachstum des Baumes hat jedes Instrument seine eigentümliche, mehr oder weniger regelmäßige Form. Die Besonderheit beim Spielen des Didgeridoos ist die sogenannte Zirkularatmung, mit der man einen Ton minutenlang halten kann. Die Höhe des Tons ist abhängig von der Länge des Holzkörpers. Für den Klang sind Dicke und Härte, aber auch der Innendurchmesser des Holzes verantwortlich. Das Instrument ist häufig mit Tiermotiven aus der "Traumzeit" der Aborigines bemalt.

1. Die Herkunft

Das Didgeridoo ist ein traditionelles Musikinstrument der australischen Ureinwohner, das sich bereits in 20.000 Jahre alten Felszeichnungen finden läßt. Lange Zeit wurden die Kultur der Aborigines außer acht gelassen und das Didgeridoo zu einem nicht ernstzunehmenden Kuriosum erklärt. Mit der touristischen Eroberung des fünften Kontinents hielt dieses Instrument auch in Europa Einzug. Mittlerweile wird es gelegentlich in der Rock- und Popmusik eingesetzt, um dem Ganzen eine exotische Note zu verleihen. Was den Bekanntheitsgrad angeht, so hat das Didgeridoo durch das Uhuru-Weltmusikfestival in der Schweiz im Jahre 1994 einen besonderen Auftrieb erfahren, dessen Schwerpunkt auf Australien und insbesondere auf dem Didgeridoo lag. (Vgl. Schellberg 1993, S. 57)

In Australien wird das Didgeridoo fast ausnahmslos von Männern gespielt. Mit seinem Aussehen und seinen Klängen verkörpert es das männliche und damit das gebende Prinzip, während der Raum, der den Klang aufnimmt und verstärkt (z.B. eine Höhle), als weiblich gilt. Bei den Aborigines wachsen die Kinder von Geburt an mit dem Didgeridoo auf. Was ihre Entwicklung angeht, so lassen sich verschiedene Lernstufen unterscheiden, in denen sie sich tief in die Geräusche der Natur einfühlen, um sie dann so genau wie möglich auf dem Didgeridoo nachzuspielen. Auf diese Weise lernen sie, Gefühle und Eindrücke mit bestimmten Klängen und Rhythmen zu verbinden. Umgekehrt können später durch das Spiel bestimmte Emotionen und Erfahrungen wieder abgerufen werden. (Vgl. Köstler 1995)

Beim Spielen des Didgeridoos gibt es in Australien regionale Unterschiede. Gewöhnlich wird es von Klanghölzern, Händeklatschen und Gesang begleitet. Innerhalb ihres Stammeslebens widmen die Aborigines einen Großteil ihrer Zeit dem traditionellen Leben. Jede Geschichte, die vermittelt wird, ist mit einem bestimmten Tanz oder Rhythmus verbunden. Die Lieder (sog. "songlines") haben ihren Ursprung in der "Traumzeit", einer Art Schöpfungsgeschichte.

Darin wird erzählt, wie die Traumzeit-Ahnen durch das kahle und eintönige Land zogen. (Vgl. Gerlt/Diesch 1995, S.15)

Vor ihren Wanderungen legten sie sich schlafen und träumten die Ereignisse des folgenden Tages. Auf diese Weise ertäumten sie auch die gegenständliche Welt (topographische Landschaft, Sonne, Mond, Sterne, Tiere, Menschen usw.). Die Aborigines sagen auch, daß die Traumzeit-Ahnen alles, was wir heute vorfinden, ins Leben "gesungen" haben. (Vgl. Lawlor 1993, S.38) Am Ende des Schöpfungsprozesses verwandelten sie sich in Tiere oder Bäume oder gestalteten sich zu geografischen Formationen, die die Nachfahren zu ihren Kraftplätzen machten. (Vgl. Gerlt/Diesch 1995, S.17)

Diese Traumzeit-Mythologie hat rund hundertfünfzigtausend Jahre lang "eine Kultur genährt, die in Harmonie mit der Natur lebte und voller Kraft, Vitalität und Lebensfreude war". (Lawlor 1993, S.19)

Das Didgeridoo ist für die Aborigines weit mehr als nur ein Musikinstrument. In ihren täglichen Liedern und Ritualen nehmen die Aborigines heute noch Kontakt zu ihren jeweiligen Traumzeit-Ahnen auf, wobei der Klang des Didgeridoo manchmal die Stimmen der Ahnen verkörpert. Hinsichtlich solch heiliger Zeremonien unterscheidet man Initiations- und Trauerrituale. Der Klang des Didgeridoos in den Trauerritualen soll die Reise der Seele des Verstorbenen in das Land der Toten angenehmer machen und auf die Hinterbliebenen schmerzlindernd wirken. (Vgl. Gerlt/Diesch 1995, S.17f) Das Didgeridoo wird von den Aborigines sowohl für profane als auch für spirituelle Zwecke eingesetzt. Gelegentlich werden auch kranke Menschen oder deren erkrankte Körperteile direkt "angeblasen". Das Heilen ist für die Aborigines jedoch ein so natürlicher Vorgang, daß es nicht eigens hervorgehoben wird. Man spricht weniger darüber, sondern tut es einfach. Ganz selbstverständlich sind auch die trance-ähnlichen Zustände, in die sich die Aborigines, u.a. mit dem Didgeridoo, versetzen. (Vgl. Köstler 1995)

2. Die Spielweise

Das Didgeridoo zählt, wie das Alphorn, der Gong und das Monochord zu den Instrumenten, die nur auf einem Grundton basieren. In das Spiel des Didgeridoo sind die Lippen fast vollständig einbezogen. Im Gegensatz zum Trompetenspiel jedoch befinden sich die Lippen in einem völlig entspannten Zustand und vibrieren mit der ausgeatmeten Luft, ähnlich wie die Lippen eines Säuglings beim "Brabbeln". Über dem brummenden, dunkel klingenden Grundton lassen sich durch Veränderung des Resonanzraumes, der Mundhöhle, und der Zungenstellung unzählig viele Obertöne produzieren. Die Klangwelten, die ein geübter Spieler auf der Basis des vibrierenden Grundtons entstehen lassen kann, sind erstaunlich. Sie reichen von einfachen Windgeräuschen über Knurren und Grunzen bis hin zum Trällern und Hupen. Darüberhinaus lassen sich zu dem Grundton durch Zungen-, Gaumen-, und Kehlkopfbewegungen noch rhythmische Figuren erzeugen, die vom sanften Akzentuieren bis zu harten und aggressiv klingenden Rhythmen reichen.

Mit dem zusätzlichen Einsatz von Sprache können Ton und Klang - harmonisch und disharmonisch - moduliert werden. Ebenso lassen sich Tiergeräusche, z.B. das Bellen eines Hundes oder das Wiehern eines Pferdes imitieren. Die Stimme selbst wird dabei so entfremdet, daß sie fast nicht mehr zu erkennen ist. Die Besonderheit des Didgeridoospiels besteht darin, daß - im Gegensatz zu traditionellen Blasinstrumenten - der Ton nicht abreißt. Mit Hilfe der Zirkularatmung entsteht ein quasi endloser Klang. Dabei hält man den Ton

dadurch aufrecht, daß man mit der Restluft aus den Backen weiterbläst, während man gleichzeitig über die Nase einatmet. In Abhängigkeit von der Beschaffenheit des Instrumentes (Holzart, Dicke des Holzes, Länge und Größe des Durchmessers) und der Konstitution des Spielers (Dicke der Lippen, Atemvolumen usw.) gestalten sich die Klänge höchst individuell. So exotisch Aussehen und Klang des Didgeridoo auch sein mögen, so sicher steht fest, daß es ähnliche Instrumente in unserem Kulturkreis auch früher schon gegeben hat. Es ist naheliegend, daß Menschen im Laufe ihrer stammesgeschichtlichen Entwicklung schon früh mittels hohler Äste oder Stoßzähnen von Tieren Laute hervorgebracht haben. Während die Zirkularatmung ebenfalls in Afrika und Asien Anwendung fand, geriet sie in Europa nahezu in Vergessenheit. In früheren Zeiten war bei uns der "Bordunton" (ein, die Melodie permanent begleitender Grundton) sehr verbreitet, wie wir ihn vom Dudelsack oder von der Drehleier kennen. Heute reisen Menschen nach Australien, um diese alte Spieltechnik, wie sie z.B. auch bei den keltischen Hörnern üblich war, wieder zu erlernen. (Vgl. Schellberg 1993, S. 96)

3. Die Wirkung

Den Jahrtausende alten Erfahrungen der Aborigenes mit dem Didgeridoo stehen nur wenige Jahre Erfahrung der Menschen unseres Kulturkreises gegenüber. Viele, die das Instrument zum ersten Mal hören, empfinden seinen Klang als "urig", "archaisch" oder "mystisch". Viele sprechen von einer Aura, die den Klang des Instrumentes umgibt. Sie erleben den Klang als stark energetisierend oder auch hypnotisierend, manche haben dabei das Gefühl, in den Himmel emporzusteigen oder - diametral dazu - in die Erde zu versinken. Andere verspüren die Vibrationen im ganzen Körper und nehmen ihre darin manifestierten Blockaden wahr. Die Vibrationen des Didgeridoo haben eine belebende und massierende Wirkung auf den Körper. (Vgl. Köstler 1995)

Was die energetische Wirkung betrifft, so könnte man sagen, daß der Grundton mehr auf den irdischen und die Obertöne mehr auf den spirituellen Bereich des Menschen wirken. (Vgl. Köstler 1995) Nach Ansicht des Musiktherapeuten Wolfgang Strobel entspricht der Klang des Didgeridoo einem "bestimmten energetischen Urmuster, welches in Resonanz steht mit einem ganz bestimmten psychologischen Bedeutungshof (Klangarchetypus)". (Strobel 1992, S. 289) Als Themenfelder werden genannt ein "Gefühl des Geerdetseins und eines der Naturverbundenheit, getragen auf einer soliden Basis". (Strobel 1992, S.290) Die Gefühlstönung ist animalisch, lustvoll, vital, kraftvoll und archaisch. Wie bei keinem anderen Klang erscheinen häufig Bilder aus der Frühzeit der Menschheit. Wenn der Klient in der Lage ist, das normale Wachbewußtsein loszulassen, tauchen gelegentlich Bilder aus dem tiefsten Unbewußten auf, ähnlich wie sie der weltbekannte Psychotherapeut Stanislaw Grof bei Menschen mit LSD-Erfahrung herausgefunden hat. (Vg. Strobel 1988, S. 131)

Die aufdeckende Wirkung kann allerdings nie allein dem Instrument zugeordnet werden. Neben der Kombination des Instrumentes mit anderen Verfahren aus der Atem- oder Körpertherapie spielen eine Vielzahl von Faktoren eine Rolle. Ob der Klient in der Lage ist, sich wirklich einzulassen, hängt vorrangig davon ab, wieviel Vertrauen er dem Therapeuten entgegenbringt und wieviel Kompetenz er ihm beimißt, das, was aufbricht auch auffangen zu können. Nicht zuletzt sind auch Spielweise und Aussehen von Bedeutung. Auf der Übertragungsebene dürfte es nicht unwichtig sein, daß der Therapeut ein "phallisches Rohr" bläst. (Strobel 1992, S. 289)

III. Formen therapeutischer Anwendung

1. Aktive Musiktherapie

So wie andere exotische Instrumente, so hebt sich auch das Didgeridoo von den Instrumenten unseres Kulturkreises dadurch ab, daß es sich den üblichen Bewertungsschemata entzieht. Damit entfällt der Leistungsdruck, den viele Menschen mit dem Erlernen eines Musikinstrumentes verbinden. Das Spiel auf dem Didgeridoo erfordert weder Noten noch komplizierte Grifftechniken oder Rhythmen. Jedes Spiel ist einzigartig und unverwechselbar, jenseits jedweder musikalischer Normen. Damit lädt es den Spieler ein, zu experimentieren und selbst, ganz dem eigenen Tempo entsprechend, neue Klänge zu entdecken. Die Spielfreude, die dabei entsteht, ist therapeutisch gar nicht hoch genug zu bewerten.

Die meisten Menschen - so durch eine körperliche Behinderung nicht eingeschränkt - sind in der Lage, nach ein paar Versuchen bereits einen Grundton und verschiedene, einfache Obertöne zu erzeugen. Für die Zirkularatmung braucht man einen gewissen Grad an Fertigkeit und eine geraume Zeit der Übung. Sie ist nicht unbedingt notwendig, um daraus einen therapeutischen Nutzen zu ziehen. Besonders geeignet erscheint mir der therapeutische Einsatz bei Kindern, die noch relativ unbedarft mit Atmung und Stimme umgehen. Statt der relativ teuren und schweren Didgeridoos aus Australien empfehlen sich hierfür Abwasserrohre aus dem Baumarkt, die man mit schönen bunten Farben bemalen oder besprühen kann. Diese Rohre sind außerdem im Gegensatz zu den relativ teuren Originalen gut und leicht zu halten und bieten auch klanglich eine gute Alternative.

An dem eingangs von mir erwähnten Didgeridoo-Workshop nahm auch ein, durch das in den 60er Jahren ausgegebene Schlafmittel Contergan geschädigter, Körperbehinderter teil. Sein Didgeridoo war an einem Stuhl befestigt, sodaß es ihm in idealer Weise möglich war, sich auch ohne den Gebrauch von Extremitäten mittels verschiedenster Klänge und Rhythmen auszudrücken. Wie viele andere Menschen mit überwiegend sitzender Tätigkeit, so haben Rollstuhlfahrer oft eine eingeschränkte und daher relativ flache Atmung. Mit dem Didgeridoo-Spielen wird eine gesündere, weil entspannte Atmung aus dem Bauch, die unter "Bläsern" bekannte Zwerchfellatmung, angeregt. Dadurch wird die Atmung bewußter und intensiver, und der Körper stärker mit Sauerstoff versorgt. Ebenso werden Gesichtsmuskulatur, Zunge und Kehlkopf gelockert und bewußter wahrgenommen. Aus diesen Gründen wird das Didgeridoo in immer zunehmenderem Maße auch von Atemtherapeuten eingesetzt. (Vg. Köstler 1995)

Das Didgeridoo-Spielen, insbesondere die Zirkuläratmung hat eine eine sehr entspannende Wirkung. Wenn man sich darauf nicht nur körperlich, sondern auch seelisch und geistig einläßt, dann kann man die Atmung als etwas Kreisförmiges erleben. Dies hat einen sehr milden, harmonisierenden Effekt, ähnlich dem einer Meditation. Das Didgeridoo ist ein sensibles Instrument, mit dem aber auch Enttäuschung oder Ärger "herausschreien" kann. In den Lippen laufen viele Nervenendungen zusammen. Die belebende Wirkung ist zum Teil auch auf die Reizung dieser Nervenenden rückführbar. Immer wieder wird von ehemaligen Teilnehmern von Didgeridoo-Workshops berichtet, daß bei ihnen durch das Didgeridoo-Spielen das Gehör sensibler geworden ist bzw. sich das Wahrnehmungsspektrum des Gehörs

vergrößert hat. So glauben sie z.B. auch, aus den vielen Umweltgeräuschen der technisierten Welt den entspannend wirkenden Grundton herauszuhören. (Vgl. Köstler 1995)

2. Rezeptive Musiktherapie

Das Didgeridoo ist eines der wenigen Blasinstrumente, bei dem die Klänge auch als Vibrationen über die Haut gespürt werden können. Dies macht man sich therapeutisch zunutze, indem man, ähnlich wie die Aborigines, den Körper des Kranken oder Klienten "bespielt". Auf diese Weise wird das Didgeridoo, wie z.B. von dem Musiker und Therapeuten Gary Thomas in Heimen auf Tahiti und London, bei autistischen, blinden und taubstummen Kindern eingesetzt. (Vgl. Gerlt/Disch 1995, S. 22) Das Bespielen des Körpers eines Klienten kann man auch dort einsetzen, wo eine physische Berührung - aus welchen Gründen auch immer - gar nicht oder aber noch nicht möglich ist. (Vgl. Strobel 1992, S. 292) Interessant in diesem Zusammenhang ist auch die von Frank Köstler entwickelte "Klanggrube". Dabei legt sich der Klient flach oder auch zusammengekauert in eine eigens dafür ausgehobene und mit einer Marmorplatte abgedeckte Erdgrube. Durch eine Öffnung wird er mit dem Didgeridoo "angeblasen". Mit dieser Therapieform ist es möglich, ein fehlendes Körpergefühl zu wecken bzw. das Körperbewußtsein zu sensibilisieren. Oft werden dabei auch Energieblockaden spürbar. Zu Anfang einer Behandlung wird dabei der Klang von manchen Teilnehmern nicht selten als etwas Bedrohliches empfunden. In der Regel bricht dann etwas auf, wodurch etwas Angenehmes zum Vorschein kommt. (Vgl. Köstler 1995) Eine Therapie mit dem Didgeridoo ist besonders geeignet für Menschen, die Schwierigkeiten haben mit ihrer Erdung, mit ihrer Erdverbundenheit, mit ihrer Körperlichkeit, Sinnlichkeit, Sexualität und Aggressivität. (Vgl. Strobel 1992, S. 292). "Es erdet, bietet Halt, und Sicherheit, vermittelt Vitalität und Kraft und eine annehmende Haltung zu Sinnlichkeit, Sexualität und zur Geschlechtsidentität." (Strobel 1992, S. 292)

Häufig werden mit dem Einsatz des Didgeridoo auch Rituale, Heilungszeremonien, Reisen durch die verschiedenen Energiezentren im Körper, Visualisierungen und vieles mehr klanglich unterstützt. In Selbsterfahrungsgruppen werden sogenannte Klangmassagen, d.h. das Bespielen eines Einzelnen durch die Gruppe u.ä. durchgeführt (z.B. Kailasch, Köstler).

In einigen neueren Therapieformen wird das Didgeridoo in Verbindung mit Atemtechnik, Meditation oder Hypnose dazu verwendet, den Klienten kurzfristig in Trance zu versetzen. Die musiktherapeutische Arbeit mit trance-ähnlichen Zuständen ermöglicht einen relativ direkten Zugang zum Unbewußten und läßt sich über die Musik leicht steuern. Der Musiktherapeut Wolfgang Strobel verfügt über sehr gute Erfahrungen mit der Arbeit in anderen Bewußtseins-zuständen. Er hat ein Verfahren entwickelt, das er als "klanggeleitete Trance" bezeichnet, und bei dem er den Klienten mit dem Didgeridoo, das er selbst bläst, in einen Trancezustand begleitet. (Vgl. Strobel 1988, S. 125) Es ist relativ einfach, mit Musik solche Zustände hervorzurufen. Die eigentliche therapeutische Arbeit beginnt jedoch erst im Anschluß und besteht darin, den Klienten dabei zu unterstützen, das Erfahrene zu integrieren. (Vgl. Timmermann 1993, S. 215) Aufgrund intensiver Selbsterfahrung gelingt es vielen Klienten daraufhin, entscheidende Veränderungen in ihrem Leben vorzunehmen.

IV. Bewertung und Ausblick

Die Arbeit mit veränderten Bewußtseinszuständen steckt bei vielen Therapeuten, besonders im Bereich der Musiktherapie, noch in den Kinderschuhen. Im Zuge meiner Recherche habe ich den Eindruck gewonnen, daß - von einigen wenigen Ausnahmen einmal abgesehen - das Didgeridoo häufiger von Musikern und sogenannten "Heilern" im esoterischen Bereich, als in der Musiktherapie zur Anwendung kommt. Allen "Heilern" gemeinsam ist, daß sie keine fachspezifische (musik)therapeutische Ausbildung haben, sondern ihr Handwerk durch andere "Heiler" erworben haben.

Dies entspricht ganz und gar dem traditionellen Umgang, wie ihn die australischen Ureinwohner beispielsweise mit dem Didgeridoo noch heute pflegen. Die Urvölker wissen schon lange, daß sich mit Musik, insbesondere mit langandauernden, monotonen Klängen andere Bewußtseinszustände erzeugen lassen und daß diese mystischen Zustände zutiefst heilend sein können.

Die fortschreitende Industrialisierung unserer westlichen Welt, die Überbetonung des rationalen Bewußtseins und die damit einhergehende, weitgehende Ausgrenzung veränderbarer Bewußtseinszustände aus dem gesellschaftlichen und auch religiösen Leben hat in unseren Breiten dazu geführt, daß uns dieses Wissen verlorengegangen ist. Für uns, die wir in den vermeintlich entwickelten Ländern leben, ist lediglich das Realität, was wir sehen und empirisch nachprüfen können. Alles andere ist wenn nicht verpönt, so doch unerwünscht, wird oft von uns in den Bereich der Scharlatanerie verbannt und manchmal gar als pathologisch stigmatisiert. Und das nur, weil wir das uns Unbekannte nicht (be)greifen, es auf rationalem Wege nicht erschließen können und es letztendlich aus Angst abwehren.

Daß wir auf Dauer nicht auf diese "anderen Dimensionen" verzichten können, zeigt die gleichzeitige Zunahme des Drogenkonsums. Mit Hilfe diverser Rauschmittel versuchen immer mehr Menschen, sich in andere Bewußtseinszustände zu versetzen. Oft wird dies einseitig als Flucht vor der Realität verurteilt, ignoriert wird die sich dahinter verbergende *Sehnsucht* nach Nähe, Hingabe und Verschmelzung nach der anderen, umfassenderen, sinngebenden spirituellen Dimension des Lebens. (Vgl. Timmermann 1993, S. 208) Viele "Heiler" verfügen über einen Erfahrungsschatz, den sich Therapeuten durchaus zunutze machen könnten, wäre ihr Blick nicht durch eine einseitig rationale Sicht verstellt. Wenn man einen Menschen heilen will, und das will Musiktherapie schließlich, dann muß man den Begriff der Heilung zunächst klar definieren. Heil werden heißt nicht, einen "paradiesischen Idealzustand" erreichen. Heil werden heißt vielmehr, wie der Musiktherapeut Wolfgang Strobel treffend formuliert, wieder "in Fluß, wieder in Schwingung kommen, ein Ungleichgewicht kompensieren, vermeintliche Polaritäten wie weiblich und männlich, gut und böse, Freude und Trauer, Leib und Seele, Himmel und Erde, Alltagsrealität und Traumwirklichkeit zu integrieren". (Strobel 1988, S.137)

V. Schlußwort

Zusammenfassend läßt sich sagen, daß das Didgeridoo das musiktherapeutische Instrumentarium gut ergänzt, weil es in herausragender Weise das Bedürfnis nach dem Aufspüren umfassender und tragender Kräfte (eigene Mitte, Getragensein, Ganzheit, spirituelle Dimension) befriedigen hilft. Da es mit seinem Klang ganz und gar nicht unseren musikalischen Hörweisen entspricht, könnte dieses Instrument, vielleicht in Verbindung mit anderen therapeutischen Techniken, der in Deutschland fast bedeutungslos gewordenen rezeptiven Musiktherapie neue Impulse geben. Therapeutisch höchst interessant ist die Anwendung dieses Instrumentes für die Arbeit mit Trance. Klänge sind eine sanfte Einladung, die angenommen oder abgelehnt werden kann. "Anders als bei einer Droge, kann das Erleben zu jedem Zeitpunkt abgebrochen werden. So liegt in der Klangtherapie letztlich die Entscheidung, was zugelassen wird und was nicht, stets beim Klienten." (Strobel 1988, S. 137/138) Damit aber ein Klient etwas zulassen kann und sich dabei nicht verlassen fühlt, muß er sich auf den Therapeuten verlassen können. Dies setzt voraus, daß der Musiktherapeut selbst über umfangreiche Selbsterfahrung mit Trancezuständen verfügt, um beim Klienten die veränderten Bewußtseinszustände und auch mögliche Risiken einschätzen und erkennen zu können. Er muß sich vor allem seiner eigenen Schatten- und Konfliktbereiche bewußt sein. Außerdem sollte er die Fähigkeit besitzen, den Klienten liebevoll und möglichst bedingungslos anzunehmen, um ihn auch in von ihm als angst-, und/oder schmerzvoll empfundenen Phasen des Prozesses begleiten zu können.

Abschließend läßt sich sagen, daß der Jahrtausende zurückreichenden Erfahrung der Aborigines mit dem Didgeridoo und den durch sein Spiel initiierten Veränderungen des Bewußtseinszustandes nur eine vergleichbar geringe therapeutische Praxis und noch weniger wissenschaftliche Forschung gegenüberstehen. (Vgl. Köstler 1995) Wenn Krankheit etwas mit Trennung und Abgespaltenheit zu tun hat, dann müssen wir erkennen, daß es unabdingbar ist, der transpersonalen oder auch spirituellen Dimension in unserem Leben wieder mehr Raum zu geben. "Musik eröffnet Wege zur Spiritualität, und diese ist eng verknüpft mit Heilung, Heil, Heilwerden, Ganz- und Gesundsein." (Strobel 1988, S. 121)

Dabei geht es nicht darum, zu einer magischen Weltsicht zurückzukehren, wohl aber darum zu erkennen, daß wir auch von den Aborigines und deren Instrument etwas lernen können. Wenn Menschen - also auch Therapeuten - mehr und mehr dazu bereit sind, sich für das Erfahrungsfeld mit veränderten Bewußtseinszuständen zu öffnen, dann wird sich dies auch in unserem bisherigen, vorwiegend einseitig rational strukturierten, mechanistisch-funktionalen Weltbild widerspiegeln. Angesichts der ökologischen Bedrohung unserer Erde sind wir früher oder später gezwungen, uns darüber klar zu werden, was die alten Kulturen nie vergessen haben, nämlich, daß wir nur ein kleiner Teil einer größeren Gesamtheit sind.

VI. Literaturverzeichnis:

- Gerlt, Henning / Diesch, Michael: Yedaki - faszinierendes Instrument aus der Traumzeit. Dreamtime didgeridoos, Richard-Wagner-Str. 8, 68647 Biblis, Tel. 06245/6030. 1995
- Haerlin, Peter: Klang und Trance im psychoanalytischen Setting, Musiktherapeutische Umschau 14, S.219-233, 1993
- Lawlor, Robert: Am Anfang war der Traum. Droemer Knaur. München. 1993
- Strobel, Wolfgang: Klang- Trance - Heilung. Musiktherapeutische Umschau 9, S.119-139. 1988
- Strobel, Wolfgang: Das Didgeridoo und seine Rolle in der Musiktherapie. Musiktherapeutische Umschau 13, S.279-297. 1992
- Schellberg, Dirk: Didgeridoo. Verlag Bruno Martin. Südergellersen. 1993
- Timmermann, Tonius: Geistige Hintergründe und spirituelle Dimensionen Musikalischen Erlebens. Musiktherapeutische Umschau 14, S.207-218. 1993

Bei der Erstellung dieser Hausarbeit wurde ein Mitschnitt eines Gespräches verwendet, das ich am 21.12.95 mit dem Musiker und Didgeridoo-Lehrer **Frank Köstler** geführt habe.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei ihm bedanken, daß er mir die Anfänge des Didgeridoo-Spielens nahegebracht, und mir eindrucksvoll mit seinem reichen musikalischen und therapeutischen Erfahrungsschatz viele wichtige Informationen und Anregungen für diese Hausarbeit gegeben hat. Die Bilder mit den Didgeridoos und die Traumzeitmotive auf den Seiten stammen aus dem Cover seiner ersten CD "Traumzeit - Didgeridoo and Water" 1993. Diese CD , sowie seine neu herausgegebene CD "Frames" können bestellt werden bei Frank Köstler, Bornmuhle, 61184 Karben, Tel./Fax 06039/2908

Das Titelbild und die Traumzeitmotive auf den Seiten sind von Henning Gerlt und sind entnommen aus dem Buch Henning/Diesch: Yedaki - faszinierendes Instrument aus der Traumzeit. Dreamtime didgeridoos. Biblis 1995