

Anthroposophische Musiktherapie bei rheumatischen Erkrankungen

Übergewicht der Lebenskräfte - entzündliche Symptome

Die verschiedenen Elemente der Musik - wie Melodien, Intervalle, Töne, Harmonien, Takt - äußern sich in rhythmischer Gliederung. Das Sich-Verbinden mit den kosmischen Urbildern wirkt ordnend auf psychische und physiologische Vorgänge.

Neigung zu flacher gepresster Atmung

Die Tonbildung beim Singen oder Spielen eines Instrumentes kräftigt und vertieft Atmungsprozesse: Beim Blasinstrument wird der Atem direkt angesprochen. Beim Spiel eines Streichinstrumentes erfolgt durch die im Wechsel von Ab- und Aufstrich sich vollziehende Bewegung des Armes eine indirekte Wirkung auf den Atem.

Erfahrungen im Umgang mit musikalischen Polaritäten wie hoch - tief, laut - leise, Dur- und Mollklänge, im Gesanglichen von vokalischem und konsonantischem Ausdruck, regen „seelische Atemprozesse“ an. Das Erleben des Atemrhythmus im Musikalischen fördert die Wahrnehmung für das Gleichgewicht des eigenen Kräftehaushaltes.

Bewegungseinschränkung - erzwungene Ruhe

Durch aktives Hören und Lauschen auf Klänge und Töne können Augenblicke innerer Ruhe entstehen, die zur Entspannung führen und Schmerzen erträglicher werden lassen.

Rückzug der Lebenskräfte in Knochen und Geweben - Tendenz zur Verhärtung

Über musikalisch strömende Klangqualitäten, z.B. mit der Leier oder über den Klangstrom des Gesangs, können Lebenskräfte gestärkt und Verhärtungstendenzen entgegengewirkt werden.



© Viola Heckel

Störungen im Wärmehaushalt

Musikalisches Erleben regt die Schwingungsfähigkeit der Seele an, Begeisterung kann zu innerer Durchwärmung führen.