

Oruç Güvenç
Andrea Azize Güvenç

Heilende Musik aus dem Orient

Vom traditionellen Wissen der Schamanen
und Sufis zur praktischen Anwendung
Altorientalischer Musiktherapie

Inhalt



Klangliche Vielfalt: Bei der Altorientalischen Musiktherapie kommen viele verschiedene Instrumente zum Einsatz.

4 Vom Suchen und Finden –
Geleitwort von Prof. Dr. Rolf Verres

8 Reisen Sie gern?

10 Ein Konzert mit Folgen
12 Eine Reise beginnt
15 Mein Reisebegleiter

18 Gemeinsam unterwegs

20 Faszination Orient
23 Alle Naturvölker singen und tanzen
26 Paradiesische Klänge

28 Reise in die Vergangenheit

30 Die Wurzeln der AOM

34 Baksı –
die Schamanen Zentralasiens

37 Historische und kulturelle
Hintergründe

40 Die Uighuren –
ein Volk der hohen Kultur

42 Uighurischer Tanz

44 Sufitum – finde den Garten des Herzens

46 Heilsame Pfade

48 Schamanen treffen Sufis

49 Hoca Ahmed Yesevi –
Urvater des Sufitums

51 Göttlicher Klang – heilender Klang

53 Liebe und Achtsamkeit

56 Zugang zu göttlichem Wissen

58 Ein Blumenstrauß voller Musik

60 Schamanische Musik und Tänze

60 Pentatonische Musik

61 Makam-Musik

64 Klassische türkische Musik

66 Folkloremusik in Zentralasien und
Anatolien

67 Sufimusik

69 Janitscharenmusik

70 Instrumente in der AOM

72 Klangliche Vielfalt

72 Trommeln

74 Kilkopuz – altes Streichinstrument

75 Ney – besondere Schilfrohrflöte

77 Weitere Instrumente

78 Der Klang des Wassers

81 Der Körper als Instrument

83 Die menschliche Stimme

86 AOM für Körper, Geist und Seele

88 Harmonisches Gleichgewicht

89 Fühlen Sie sich gesund?

91 Wenn Klänge den Menschen
verstimmen

94 Lieber gesund als krank!

95 Aktive Musik- und Bewegungstherapie

102 Rezeptive Musiktherapie

104 Image-Musik

104 Rhythmen

107 Verwandlung durch Trance

108 Spitäler – Gesundheitshäuser des Orients

110 Lange Tradition

111 Nach den ästhetischen Grundsätzen
der Natur

114 Horasan, Land der aufgehenden Sonne

116 Ganzheitlicher Nutzen der AOM

120 AOM in Forschung und Praxis

122 Eine alte Tradition neu entdeckt

124 AOM international

127 Brücke zwischen Tradition und
Moderne

128 Die unsichtbare Macht der Musik

130 Ausklang

132 Nützliches zum Nachschlagen

134 Ausbildungsmöglichkeiten

137 Kontakt

138 Tümata

139 Historischer Überblick

140 Literaturhinweise

141 Register

143 Über dieses Buch

Vom Suchen und Finden

Als ich Oruç Güvenç mit seiner Gruppe Tümata vor über 20 Jahren zum ersten Mal auf der Bühne des Festivals »Klangwelten« erlebte, wurde ich von einer eigenartigen Faszination umfungen. Von den prächtig gekleideten Musikern ging ein Magnetismus aus, den ich so noch nicht erlebt hatte. Sie wirkten ruhig und zentriert, und zugleich strahlten sie eine Energie aus, die mich zunehmend vitalisierte. Ich wurde wacher und wacher, und was dann in mir passierte, kann ich am besten mit diesen einfachen Worten ausdrücken: Mir ging das Herz auf.

Danach erschienen noch weitere weltberühmte Musiker auf der Bühne, etwa Chris Hinze, Rabih Abou Khalil, Paul Horn und Rüdiger Oppermann, der das Festival organisiert hatte. Im Nachhinein versuchte ich herauszufinden, warum mich ausgerechnet die Musik von Oruç Güvenç und Tümata so stark ergriffen hatte. Was war der Unterschied zu diesen weiteren Musikern, deren Qualität über jeden Zweifel erhaben ist?

Bevor ich diese Frage beantworte, möchte ich weitere Erlebnisse mit Oruç Güvenç schildern. Im Rahmen eines Forschungsprojekts am Hamburger Universitätskrankenhaus Eppendorf beschäftigte sich meine Arbeitsgruppe u. a. mit der Frage, welche Art von Musiktherapie für Krebspatienten in der Hightech-Medizin besonders geeignet sein könnte. Die Musikpsychotherapeutin Sabine Rittner lud Oruç Güvenç, Gülten Uralli und Gerhard Tucek zu einem Workshop und einem Patientenkonzert am Universitätskrankenhaus ein. Die Patienten hatten sich auf den unbequemen Sitzbänken eines Hörsaals eingefunden. Das Ambiente war alles andere als emotional anregend, und doch wirkten am Ende des Konzerts fast alle Menschen gelöst, heiter und irgendwie glücklich.

Zu den Ergebnissen der Arbeitsgruppe »Musiktherapie für Krebspatienten« siehe Verres & Klusmann: Strahlentherapie im Erleben von Patienten, aus dem Jahr 1998.

Botschaften aus einer anderen Welt

Ähnliches erlebte ich kurz danach beim ersten Kongress »Welten des Bewusstseins« in Göttingen, bei dem wir die Gruppe Tümata zu einem Eröffnungskonzert eingeladen hatten. Hier spielten die türkischen Musiker im Foyer eines Betonbaus, der den Charme einer Tiefgarage ausstrahlte, und gerade dieser Kontrast ließ umso deutlicher werden, dass es um eine Botschaft aus einer anderen Welt ging. Auch hier übten die Musi-

ker eine magische Anziehung auf das Publikum aus und trugen sehr zum Gelingen des Kongresses bei. Danach habe ich an vielen Workshops mit Oruç Güvenç teilgenommen, auch bei uns an der Heidelberger Universitätsklinik und als Referent an der Schule für Altorientalische Musik- und Bewegungstherapie in der Nähe von Wien. Wir haben mehrfach miteinander musiziert, und es erstaunte mich immer wieder, wie leicht meine Klaviermusik, Sabine Rittners Stimme und die altorientalischen Musikinstrumente von Oruç und Azize zu einer Harmonie miteinander fanden. In diesen unmittelbaren musikalischen Begegnungen und in vielen Gesprächen mit Oruç habe ich einen nachhaltigen Zugang zum Geheimnis der Altorientalischen Musiktherapie gefunden.

Die heilende Wirkung der Musik

Oruç Güvenç ist als Sufimeister ein tief religiöser Mensch. Viele Texte seiner Lieder sind dem Koran entnommen. Daneben verfügt er über ein enormes musikethnologisches Wissen. Er ist ein begnadeter Erzähler von Geschichten, die voller vieldeutiger Metaphern sind. Seine Heiterkeit ist ansteckend; vielleicht sind die Worte »Tiefe« und »Weite« geeignet, um anzudeuten, worum es bei der Musik und den Botschaften von Oruç Güvenç geht.

Gemeinsam mit seinem langjährigen Weggefährten Dr. Gerhard (Kadir) Tucek hat sich Dr. Oruç Güvenç auf Kooperationen mit renommierten Wissenschaftlern eingelassen und sich bei internationalen medizinischen Kongressen auch der Kritik gestellt. Inzwischen haben sich die Wege von Tucek und Güvenç getrennt. Wenn Güvenç Kritik aus wissenschaftlichen Kreisen der westlichen Medizin erfuhr, bezog sie sich meist auf die Frage, was Heilung bedeutet und wie Wirkungsnachweise aussehen könnten. Zweifellos ist diese Frage wichtig, denn in der wissenschaftlich fundierten Heilkunde Mitteleuropas wollen sich die Menschen darauf verlassen können, dass das, was man Therapie nennt, nachweislich wirkt. Genauer gesagt: Man will wissen, bei welchen gesundheitlichen Störungen welche Interventionen die Heilung fördern. Dazu werden eine differenzierte Diagnostik und Versuchspläne gefordert, die es ermöglichen, die spezifischen Wirkungen therapeutischer Interventionen im Vergleich zu unbehandelten Kontrollgruppen herauszufinden. Gerhard Tucek hat sich in den letzten Jahren zunehmend diesem Anliegen zugewandt; Oruç Güvenç ist eher auf seinem musikethnologischen Weg weitergegangen.

Auch die mitteleuropäische Musik von Johann Sebastian Bach oder Gustav Mahler kann ähnlich wie die altorientalische Musik wirken; seltsamerweise wird sie jedoch kaum in therapeutischen Kontexten angeboten.

Die altorientalische Musik war früher untrennbar mit dem Schamanismus verbunden. Demgegenüber findet die klassische mitteleuropäische Musik hauptsächlich in einem Konzertbetrieb statt oder als sakrale Musik in Kirchen. Was daran heilsam wirken könnte, wird eher selten im Zusammenhang mit Prinzipien der Heilkunde reflektiert und leider gar nicht empirisch untersucht.

Meiner Meinung nach ist es bei den Bemühungen um medizinische Exaktheit sinnvoll, zwischen eher körperlichen und eher seelischen Wirkungen von Musik zu unterscheiden, auch wenn man das letztlich nicht voneinander trennen kann. Als Professor am Heidelberger Universitätsklinikum werde ich skeptisch, wenn mir Musik auf Tonträgern angeboten wird, die spezifisch auf Gelenke, Entzündungen, Eingeweide, Geschlechtsteile oder Kopf und Augen wirken soll. Als Arzt will ich dann etwas genauer wissen: Welche Funktionen welcher Organe des Verdauungstraktes werden in welcher Richtung beeinflusst? Kann man die Wirkung nachweisen? Von Heilung darf man als Therapeut mit Verantwortung im westlichen Medizinsystem nur dann sprechen, wenn man beweisen kann, welche Organfunktionen durch die musiktherapeutischen Interventionen tatsächlich in welcher Richtung beeinflusst werden.

Etwas anders ist das Anliegen der Heilung im seelischen Bereich zu bewerten. Zuversicht, Lebensfreude, Entspannung, das Erleben von Demut oder innerem Frieden gehören in jedem Falle zur Heilung und zur Lebensqualität – und zwar unabhängig davon, was im Körper krank ist und vielleicht auch krank bleibt.

Der interkulturelle, musikethnologische Beitrag von Oruç Güvenç zur Heilkunde ist im Lichte dieser Gedanken meiner Meinung nach so zu betrachten: Die altorientalische Musik wirkt als ein Medium, das einen Zugang zu spirituellen Dimensionen der menschlichen Existenz fördern kann, wenn man dafür aufgeschlossen ist. Dieses Anliegen ist universell.

Freiheit und Offenheit

Als ich mich in einer aufwühlenden Krise befand, besuchte ich Oruç. Wir redeten nur kurz miteinander. Oruç griff nach seiner Rebab, sah mich an und spielte lange für mich. Ich habe meine Tränen dabei einfach fließen lassen. Danach war ich erfrischt und wieder zuversichtlicher.

Was bedeutet »Spielen«? Im Spielen erschließt sich ein Bereich von Freiheit und Offenheit. Spielen ist etwas Schöpferisches. Spiel ist gestaltete Zeit. Friedrich Schiller hat in seiner Abhandlung »Über die ästhetische Erziehung des Menschen« (1795) zwischen einem sinnlichen Trieb, mit dem der Mensch in der Wirklichkeit verankert ist, und einem Formtrieb unterschieden, der den Menschen mit den Prinzipien der Ordnung verbindet. Diese Pole können, so Schiller, durch etwas Drittes überbrückt werden, nämlich das Spielen. Indem das Spielen an der Idee der Schön-

heit orientiert ist, lässt es den Menschen in seinem eigentlichen Sein hervortreten. So gewinnt das Spielen gleichzeitig eine ästhetische und eine moralische Qualität.

Oruç Güvenç verfügt über eine wunderbare Fähigkeit, als Musiker und Therapeut unbewusste Anteile des seelischen Erlebens zu erspüren und Resonanzen entstehen zu lassen. Im Idealfall kann die kreative und fantasieanregende Suche nach »Spiel-Räumen« neue Entfaltungsmöglichkeiten individueller und zwischenmenschlicher Freiheit erschließen, die von gegenseitiger Wertschätzung, Gleichberechtigung, Offenheit und Humanität geprägt sind. Ich empfinde Oruç Güvenç als einen »Weltmeister« dieser Art des Spielens. Für die Zeit, in der ich sterben werde, wünsche ich mir schon jetzt, dass er mich dabei begleiten möge. Dies ist wohl das größte Kompliment, das ich einem Musiker, Philosophen und Freund machen kann.

Die Suche nach dem Sinn

Das vorliegende Buch von Azize und Oruç Güvenç bietet einen anschaulichen, lebendigen und fundierten Einblick in eine Kultur, die Musik, Heilkunde und Spiritualität miteinander zu verbinden versucht. Azize Güvenç schildert, wie sie als deutsche Frau allmählich an der Seite ihres Ehemannes Oruç Zugang zur altorientalischen Kultur gefunden hat. Sie zeigt einen Weg auf, den man gehen kann, wenn man auf der Suche nach dem Sinn des Lebens ist. Das lässt sich kaum in Kategorien der medizinisch-wissenschaftlichen Forschung abbilden. Die Reise durch islamische Welten und orientalistisch-musiktherapeutische Landschaften wird von Azize Güvenç so lebendig dargestellt, dass man sich als Leser oder Leserin eingeladen und mitgenommen fühlen kann.

Oruç ist zu beglückwünschen, dass diese Frau in sein Leben kam, die ihn in den Tiefen seines In-der-Welt-Seins versteht. Und Azize ist zu beglückwünschen, weil sie in ihrer Offenheit für das, was Kultur ausmacht, ihren Lehrer und Weggefährten gefunden hat und ihn unterstützt. Es hat mich immer wieder beeindruckt mitzuerleben, wie glücklich beide in dieser Verbindung miteinander geworden sind. So gesehen ist das Buch auch ein Zeugnis der Liebe mit all ihren Möglichkeiten.

*Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Rolf Verres
 Ärztlicher Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie
 am Klinikum der Universität Heidelberg*

Es geht um Begeisterung im wörtlichen Sinne. Haltsuche in einer Welt voller Haltlosigkeit erfordert, sich auf die Quellen des geistigen Lebens und musischen Erlebens zu besinnen. Ein interkultureller, ethnologischer Blick auf die Welten von Musik, Spiritualität und Heilkunde kann gewohnte Erfahrungshorizonte weiten und vertiefen.





Reisen Sie gern?

Ein Konzert mit Folgen

Gern würde ich das Buch mit einer Melodie, einem Lied beginnen, denn dann erübrigten sich viele Worte, weil sie gespürt würden. Ein Buch zu schreiben ist wie eine Reise. Eine Reise zu sich selbst, zu den Menschen, die darin vorkommen, zu den Themen, über die geschrieben wird und zu den Menschen, die es lesen werden. Dieses Buch reist zu den »zauberhaften« Wirkungen, den Heilkräften von Musik, Bewegung und Tänzern und ihren Weisheiten aus dem Orient, die sich dort in Tausenden von Jahren entwickelten.

Wir möchten Sie zu den Quellen dieser Musik und Bewegungen in Zentralasien und zu den dort ansässigen Turkvölkern führen. Wir besuchen die Menschen und lernen ihre Lebensweisen kennen, die die Grundlage für die Entwicklung dieser alten Heilkultur waren und sind. Im Westen ist dieses Heilverfahren als »Altorientalische Musik- und Bewegungstherapie nach Dr. Güvenç« – im Folgenden kurz als AOM bezeichnet – bekannt geworden. Der Begriff »Alter Orient« spielt sowohl geografisch als auch historisch eine große Rolle. Er bezeichnet die alten Hochkulturen in Vorderasien und Mesopotamien, manchmal werden auch das alte Ägypten und Arabien dazugezählt. Die Geschichte des alten Orients ist seit etwa 3000 v. Chr. dokumentiert. Geografisch zählen Teile Vorderasiens, der Irak, Syrien, die Türkei, der Iran sowie benachbarte Länder dazu. Aus nomadischen Lebensweisen entwickelten sich hier Ackerbau und Viehzucht. Eine reiche Kultur an Musik, Tanz und Heilung entstand, aus denen sich über Jahrtausende die AOM entwickelte.

»Ohne die Liebe ist
jedes Opfer Last, jede
Musik nur Geräusch,
und jeder Tanz macht
Mühe.«
Aus: Rumi, »Das Lied
der Liebe«

Eine neue, altbekannte Welt öffnet sich

Als ich zum ersten Mal die Gruppe Tümeta – eine Abkürzung von »Türk müziği araştıra ve tanıtma grubu«, Türkische Musik in Forschung und Präsentation – 1994 in einem Konzert in Münster sah und hörte, hatte ich schon lange Erfahrungen mit orientalischer Musik aus Ägypten, Tunesien, dem Jemen und anderen arabischen Ländern gesammelt. Ich tanze seit meiner Kindheit – neben klassischem Ballett und Improvisationstanz auch orientalischen Tanz –, und höre schon mein ganzes Leben lang viel und gern Musik. Musik ganz unterschiedlicher Art. Ich hatte auch einige Jahre Gitarren-, Klavier- und Querflötenunterricht.



Musik und Tanz, wie es dieses Bild des uighurischen Malers Ghazi Ahmet zeigt, gehören von jeher zum Alltag der Turkvölker. Dieses Buch möchte Sie mitnehmen auf eine Reise zu den Ursprüngen der heilenden Musik aus dem Orient.

Doch an diesem Abend, in diesem Konzert, erlebte ich Klänge und Melodien, die mir einerseits ganz neu und fremd erschienen, andererseits aber auch ganz vertraut und nah waren, als würde ich sie schon seit ewigen Zeiten kennen.

Zu diesem Zeitpunkt meines Lebens befand ich mich in einer emotional äußerst belastenden, schwierigen Lage. Noch nie zuvor hatte Musik einen so tiefen Frieden in meinem Inneren hinterlassen wie nach diesem Konzert. Als ich an diesem Abend nach Hause fuhr, war ich einerseits beseelt durch die noch immer in mir nachhallenden Klänge und andererseits voller Neugier und Fragen. Was war das für Musik, die so tief in mich eindringen konnte? Ich hatte in diesem Konzert Lieder aus Aserbaidschan, Kasachstan, dem Ural und Tuva gehört – Länder, von denen ich teilweise noch nicht einmal wusste, wo sie liegen. Ich hatte usbekische Tänze gesehen und sogar einen Schamanentanz aus dem Altai-Gebirge, mit Bewegungen, die so leicht und ästhetisch aussahen, dass mein Körper sie automatisch innerlich mittanzte. Wo kam das alles her? Und wer waren die Menschen, die da spielten und tanzten?

Musik und Tanz voller Zauber und Poesie

Im zweiten Teil des Konzerts hörte ich Sufimusik, Ilahis, geistig-spirituelle Lieder aus der Türkei. Dazu drehten sich die Menschen in einem Gebetstanz. Doch was war Sufismus, was ein Ilahi? Und was bedeutete der Drehtanz der Derwische? Warum trugen die tanzenden Männer weiße, lange Gewänder und hohe Filzhüte?

Doch am meisten faszinierte mich die Wirkung, die die Musik auf mich hatte – laut Programmheft »Altorientalische Musik- und Tanztherapie«. Ich war ja selbst seit zwölf Jahren Ergotherapeutin mit eigener Praxis,

aber Therapie auf der Bühne war mir bis dahin fremd gewesen. Und doch hatte das Konzert mit seiner Musik deutlich spürbare positive Wirkungen bei mir hinterlassen.

Und noch etwas war mir aufgefallen: Inmitten der Gruppe, die da in ihren farbenfrohen Kostümen auf der Bühne saß, befand sich ein Mann, offensichtlich der Leiter der Gruppe. Er führte durch das Programm, spielte, sang und verbreitete eine heitere, leichte, friedvolle, manchmal heilige Stimmung. Er wirkte groß und stark und gleichzeitig demütig und zurückhaltend auf mich. Ich war sehr überrascht, als er zur Pause aufstand und von physisch sehr kleiner Gestalt war. Was ich an diesem Menschen zuerst wahrgenommen hatte, wurde mir erst viel später klar: seine geistigen Kräfte. Ausgelöst durch die Musik begann an diesem Abend ein neuer Lebensabschnitt für mich. Aber auch das wusste ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht.

»Und wenn du das
Wissen auch nur in
China finden kannst,
dann reise dorthin.«
Hadiz des Propheten
Mohammed

Eine Reise beginnt

Am Tag nach dem Konzert ging ich voller Fragen, die mir unentwegt im Kopf herumschwirrten, in einen Buchladen. Zunächst wollte ich wissen, was Sufismus eigentlich ist. Als Einstiegsliteratur wählte ich das Buch *40 Tage Halvet* von Michaela Özelsel, die in dem Konzert am Vorabend ganz wunderbar übersetzt hatte. In diesem Buch geht es um die Erfahrung einer 40-tägigen Rückzugs- und Fastenklausur, die Bestandteil sufi-scher Traditionen ist.

Genauer über das Sufitum wusste ich zwar immer noch nicht, doch spürte ich intuitiv, dass ich selbst etwas tun konnte, um mehr zu erfahren. Dabei kamen mir Rückzug und Schweigen sehr entgegen. Gefastet hatte ich noch nie, doch ich traute mir zu, es zu lernen. Also nahm ich Kontakt mit der Autorin auf, die mich an Dr. Güvcenç verwies: Als Sufimeister verschiedener Orden musste er mir erst die Erlaubnis zu diesem traditionellen Fasten erteilen.

Mich gewissermaßen als Schülerin an einen geistigen Lehrer zu wenden, der in der Tradition des Sufitums steht und kraft dieser Tradition wirkt, diesen Lehrer um Erlaubnis zur stillen Fastenklausur zu bitten, erschien mir zunächst eigenartig und fremd. Doch ich dachte mir: »Andere Kulturen, andere Sitten!« und war mit meinem ganzen Wesen bereit, mich auf diese Erfahrung einzulassen.

Der nächste Schritt

Gelegenheit, mein Vorhaben zu besprechen, bot mir ein weiteres Konzert mit Dr. Güvenç. Als ich mit ihm sprach, fielen mir erneut die Ruhe und Ausgeglichenheit dieses Mannes auf; ich fühlte mich von diesem fremden Menschen ganz und gar liebevoll und gütig angenommen. Er schien ganz mit sich in Harmonie zu leben, und etwas von seinem inneren Frieden strahlte auf mich und schenkte mir tiefstes Vertrauen.

Eigentlich sprach er nicht viel, doch seine Worte waren so klar und genau, dass sich meine Fragen irgendwie von selbst beantworteten. Ich traf alle notwendigen Vorbereitungen und zog mich dann für 40 Tage und Nächte an einem geeigneten Ort von dieser Welt zurück. Während dieser Zeit hatte ich keinen Kontakt zu anderen Menschen und war mit mir und den göttlichen Kräften in einer kleinen Kammer, die ich 40 Tage lang nicht verließ, allein. Ich aß und trank zu dafür vorgesehenen Zeiten, zwischen Sonnenuntergang und vor Sonnenaufgang; die übrige Zeit fastete ich. Ich las Sufiliteratur, hielt zum ersten Mal in meinem Leben den Koran in den Händen, meditierte und betete.

Eine Zeit tiefster Erfahrungen

Während dieser Zeit hörte ich in meiner Kammer immer wieder aus der Ferne Musik. Eben jene Musik, die ich bereits aus den Konzerten kannte. Manchmal waren es einzelne Instrumente, auf denen geübt wurde, andere Male hörte ich Gruppen singen und Mantras rezitieren. In dem Haus, in dem das Halvet stattfand, wurden auch Musikkurse und Sufiseminare veranstaltet.

Als die Klausur vorüber war, hatte ich viele Antworten auf meine Fragen gefunden, doch ein Teil meiner Neugier war noch längst nicht gestillt. Das Interesse am Sufitum war gewachsen: Wo und wie hatte es sich entwickelt, wo hatte es seine Wurzeln? Ich wollte alles über die Musik, die Tänze, die Worte und die heiligen Gebete erfahren.

Und wer war dieser Dr. Güvenç? Das konnte ich nur über einen persönlichen Kontakt herausfinden. Ich entschloss mich, an einem Seminar über Altorientalische Musik- und Bewegungstherapie teilzunehmen. Es folgten viele Seminare. Dr. Güvenç kam einige Male in meine Praxis nach Deutschland; wir arbeiteten zusammen und verbanden ergo- und musiktherapeutische Verfahren miteinander.

Die Klänge, die ich während meiner Fastenklausur hörte, drangen bis ins Innerste meiner Seele. Sie waren sanft und kraftvoll zugleich. Sie waren körperlich spürbar, feinste Vibrationen. Sie erzeugten Frieden, Ruhe, Entspannung und ein ungeheures Kraftpotenzial. Und manchmal bewirkten sie ein sehnsüchtiges, befreiendes Weinen.

Weitreichende Veränderungen

Der Umzug von Deutschland nach Österreich an die Schule für Altorientalische Musik- und Bewegungstherapie in Schloss Rosenau war eine weitere entscheidende Veränderung in meinem Leben. Ich gab in Deutschland alles auf und eröffnete in Österreich eine neue Praxis für Ergotherapie.

Über das Sufitum, die Musik und die Bewegungen, erhielt ich einen anderen, tieferen Zugang zu meinem Herzen, der bereits durch meine Familie und christliche Traditionen vorbereitet war. Meine Erfahrungen mit europäischer Musik und meine Ausbildung zur Ergotherapeutin boten eine gute Basis, auf der ich die AOM erlernen konnte.

Durch die verschiedenen spirituellen Praktiken und Meditationsformen des Sufitums sowie die Methoden der AOM entdeckte ich auch einen neuen Zugang zum Leben. In meinem Inneren öffneten sich Türen. Mein Leben wurde reicher, gesünder und intensiver. Schließlich lernten Oruç Güvenç und ich uns auch persönlich näher kennen. Die Liebe kam und blieb, und wir heirateten. Nach unserer Hochzeit zog ich nach Istanbul, in die Türkei, den Orient, meine neue Heimat. Unzählige Reisen in die Welt und in mein tiefstes Inneres folgten.

Oruç Güvenç entdeckte das heilende Potenzial der altorientalischen Musik und Tänze wieder und machte dieses Wissen auch westlichen Medizinern zugänglich.



Doch zunächst möchte ich Ihnen meinen Reisebegleiter vorstellen, dem ich in diesem Buch meine Stimme leihe. Den Großteil meines Wissens über die Heilkräfte der orientalischen Musik und Bewegung habe ich von ihm gelernt.

Mein Reisebegleiter

Dr. Rahmi Oruç Güvenç, Gründer und Leiter der Gruppe Tümata (siehe S. 10), ist Psychologe, Musikethnologe, Musiktherapeut, Sufimeister in der Tradition der islamischen Mystik sowie Begründer und Wiederentdecker der im Westen bekannten Altorientalischen Musik- und Bewegungstherapie. Für ihn sind die Weitergabe dieses Wissens und die Rückgabe dieser Heilverfahren an die Menschen gleichermaßen eine Freude und eine Verpflichtung.

Oruç Güvenç wurde 1948 in Kütahya in der Türkei geboren. In seiner Familie gehörte die Musik Zentralasiens zum Alltag. Väterlicherseits kam der musikalische Einfluss aus Tataristan, mütterlicherseits aus Kirgisien. Zu Hause wurde gesungen, man spielte Instrumente wie Mandoline, Saz und Tambour. Zentralasiatische Klänge sind Oruç also seit frühester Kindheit vertraut. Schon im Alter von zwölf Jahren begann er, sich intensiv für diese Musik zu interessieren.

Träume – Wege zum Glück

Der Grund für Oruçs intensives Interesse an der Musik war ein Traum: »In diesem Traum begegnete mir ein großer, dunkel gekleideter Mann, der mir eine Violine in die Hand legte, mit der Aufforderung: ›Spiel!‹ ›Ich kann nicht spielen«, entgegnete ich. Doch der Mann bestand weiter darauf. So nahm ich im Traum die Geige und begann zu musizieren. Es klang gut, und ich empfand große Freude dabei. Am nächsten Morgen erzählte ich den Traum meinem Vater. Der kaufte noch am selben Tag eine Kindergeige, und mein praktisch-musikalischer Weg begann. Vier Jahre lang nahm ich Unterricht am Konservatorium.«

Die Umgebung, in der Oruç aufwuchs, war so liebevoll, dass er seinen Eltern den Traum ganz vertrauensvoll erzählen konnte und sie sich der Bedeutung und Wichtigkeit des Traumes öffneten. In die meisten moder-

In der therapeutischen Arbeit mit Musik, Bewegung und Bewusstseinsveränderungen sind Träume ausgesprochen wichtig und ausdrücklich erwünscht. Vielleicht können auch Sie mit Ihren Träumen »arbeiten« – legen Sie sich doch ein Traumtagebuch an, in dem Sie Ihre Träume aufschreiben.

nen Therapieausbildungen spielt Selbsterfahrung eine große Rolle; im Orient gehören Träume zu den wichtigsten Erfahrungen, die Einfluss auf das Leben haben. Eltern nehmen die Träume ihrer Kinder in der Regel sehr ernst, denn sie wissen um die verborgenen Heilkräfte und um die Möglichkeiten, durch die verschlüsselten Botschaften der Träume Fähigkeiten in ihren Kindern zu entdecken. In Oruçs Leben stand der Traum am Anfang eines sich öffnenden Weges.

Ein langer Weg

Das Heilverfahren der AOM hat sich über Tausende von Jahren im Orient entwickelt. Es findet dort schon seit Urzeiten Anwendung und hat auch den »Sprung« in die heutige Zeit geschafft. Es spricht Körper, Geist und Seele gleichermaßen an.

Im Zusammenhang mit der Frage, wie uns dieses uralte Heilverfahren auch heute noch von Nutzen sein kann, tauchen weitere Fragen auf, die wir im Folgenden zu klären versuchen:

- Welches Wissen haben Menschen vor Tausenden von Jahren – lange vor der modernen Schulmedizin – zur Heilung angewendet und im Laufe der Zeit weiterentwickelt?
- Welche Erfahrungen haben sie gemacht, von denen wir heute noch profitieren können?
- Welche Praktiken, welche Methoden kann die AOM Ihnen anbieten?
- Woher kommen die Klänge, wie haben sie sich entwickelt?
- Welche Faktoren der AOM können einen positiven Einfluss auf Sie ausüben?
- Was oder welche Teile Ihres Seins spricht die AOM in Ihnen ganz besonders an?
- Kann das, was aus einem völlig anderen Kulturkreis kommt, auch in unserer westlichen, modernen, technisierten Welt wirksam sein?
- Gibt es eine Brücke zwischen dem traditionellen Heilen und der modernen Medizin?
- Fehlt im heutigen medizinischen und therapeutischen Angebot etwas, das ein alter Heilweg ausfüllen kann?
- Was ereignet sich während einer rezeptiven oder aktiven Musik- und Bewegungstherapie?

Der Weg geht weiter

Nach den ersten Jahren des Geigenspiels kamen später noch andere Instrumente hinzu: die Kopuz, Ud, Ney, Dombra, Çeng, Kilkopuz und Rûbab sowie Rhythmusinstrumente und andere mehr.

Für seine Doktorarbeit über Altorientalische Musiktherapie an der medizinischen Fakultät der Cerrahpaşa-Universität Istanbul, Abteilung Psychiatrische Klinik, studierte Oruç die Musik und Tänze der zentralasiatischen Völker. Zudem beschäftigte er sich aus philosophischer und spiritueller Sicht mit dem sufischen Wissen des Islam. Das Thema seiner Doktorarbeit war die tiefe Spiritualität des großen Mystikers Hazreti Mevlana Celaleddin Rumi.

Besonders interessierten ihn die sozialen, kulturellen, pädagogischen, therapeutischen und spirituellen Aspekte des gesammelten Materials – Instrumente, Noten, Lieder, Kostüme und historische Aufnahmen, die er von seinen zahlreichen Reisen nach Zentralasien mitbrachte. 1976 gründete er die Gruppe Tûmata; gemeinsam mit weiblichen und männlichen Musikern, Tänzern, Sängern und Interessierten erweckte er das historische Material zu neuem Leben.

Mehr als 400 Instrumente wurden im Laufe der Jahre gesammelt und sind heute in der Ausstellung des Tûmata Otağ Müzik Merkezi zu besichtigen. Einige Instrumente, die bereits in Vergessenheit geraten waren, wurden anhand von Miniaturmalereien nachgebaut, wobei man nur natürliche Materialien wie Kokosnüsse, Pferdehaare, asiatische Hölzer und verschiedene Tierhäute verwendete. Ausgedehnte Reisen durch Zentralasien und Kontakte zu verschiedenen Schamanen (Bakşı/Kam) ergänzten Oruçs tiefes Wissen ständig, viele große spirituelle Meister prägten seinen geistigen Weg.

Seit über 40 Jahren ist Dr. Oruç Güvenç nun als Musikethnologe, Musiktherapeut und Sufimeister unterwegs. Sein Leben ist durch die tiefe Liebe zur Musik des Orients und Zentralasiens geprägt. Er ist Wegbereiter und Wiederentdecker der AOM zugleich. Oruç steht in der Tradition von Gelehrten, Sufimeistern, Ordensgründern und Dichtern wie Ibn Farabi, Avicenna, Mevlana, Hacı Bektaşî Veli und Yunus Emre. Durch seine Arbeit sorgt er dafür, dass wichtige Elemente alter zentralasiatischer Kulturen nicht verloren gehen, sondern den Menschen als kulturelles Erbe erhalten bleiben und in der modernen Zeit Anwendung finden. Nicht zuletzt bereichert er damit auch die wesentlich jüngeren westlich orientierten Wege der Musiktherapie.

»Mein Anliegen ist es, die traditionelle Musik Zentralasiens, die Tänze und Bewegungen, die Instrumente, Kostüme und Ornamente zu erforschen, zu dokumentieren und zu präsentieren.«

Oruç Güvenç





Gemeinsam
unterwegs

Faszination Orient

Seit 1999 leben wir entweder in der Türkei oder sind auf Reisen. Ich begleite meinen Mann als Übersetzerin, Ehefrau und Schülerin auf dem spirituellen Weg. Durch unsere Verbindung konnte ich in das vielschichtige orientalisches-türkische Leben der Musik und des Tanzes eintauchen, meinen Weg auf dem Sufipfad weiter gehen und die Wirkungen der alten orientalischen Klänge, Melodien und Bewegungen selbst erfahren. Ich nahm Veränderungen an mir und anderen wahr und sammelte Erfahrungen in vielen Ländern dieser Welt – neben Europa auch in Zentralasien und Südamerika.

»Der Mensch ist ein Reisender auf der Suche nach sich selbst, im Gestern, Heute und Morgen. Ob nach China oder in den Jemen – Entfernungen spielen bei dieser Reise keine Rolle. Und denke nicht, die Reise endet mit diesem Leben; sie geht weiter in der Unendlichkeit des Seins!«
Oruç Güvenç

Istanbul – lebendige Geschichte

Schon lange fühlte ich mich von der Welt des Orients angezogen: von den bunten Märkten mit ihrem lebendigen Treiben, von der Hitze und den Teehäusern, vom Duft der Gewürze, Öle und Parfüms und nicht zuletzt von der vielfältigen Musik, den sehnsüchtigen Gesängen, den weltlichen, folkloristischen und spirituellen Tänzen. Die verschiedenen spirituellen Wege faszinierten mich ebenso wie die Menschen der verschiedenen orientalischen Völker, mit all ihren unterschiedlichen Gesichtern, Gefühlen, Gedanken und Sehnsüchten.

Nun wohnte ich im modernen Istanbul, in Üsküdar, einem Stadtviertel, das zu den Gründungsteilen der Stadt zählt und in einem bekannten Volkslied besungen wird. Istanbul – das bedeutete 3000 Jahre Geschichte, eine der ältesten Städte der Welt und die einzige, die auf zwei Kontinenten beheimatet ist. Ihr kulturelles Erbe ist unüberschaubar reich; es ist aus Tausenden von Epochen und Einflüssen gewachsen, es hat Zerstörungen und Wiederaufbauten durch kunstliebende Herrscher erfahren. Istanbul – das ist auch ein Schmelztiegel der Religionen, der Nationalitäten und der Kulturen.

Ich begann, mich mit der Geschichte der altorientalischen Musik zu beschäftigen, die früher in Istanbul praktiziert wurde, in einem Krankenhaus, das es heute leider nicht mehr gibt. Im Laufe der Zeit lernte ich viele zentralasiatische Musiker, Sänger und Schamanen kennen, mit denen wir zusammenarbeiteten und von denen ich mehr über die Hintergründe der AOM erfuhr.

Reise nach Zentralasien

Die Wurzeln der AOM reichen bis zu den Schamanen der in Zentralasien beheimateten Turkvölker – Uiguren, Kasachen, Aserbaidschaner, Usbeken, Kirgisen und Tadschiken – zurück. Über Tausende von Jahren hinweg hatte sich hier eine reiche Heilkultur entwickelt, deren heilige und heilende Musik und Tänze bis vor 150 Jahren auch in der Türkei in eigens dafür konstruierten Hospitälern Anwendung fand.

Im Jahr 2000 flogen Oruç und ich erstmals gemeinsam nach Zentralasien; wir bereisten Usbekistan und Kasachstan. Später folgten auch andere Länder. Hier, an den historischen Plätzen, in der Steppe und Wüste stieß ich auf die Quellen der heiligen und heilenden Klänge. Hier fanden wir Menschen, Steppennomaden und Schamanen, die heute noch so leben wie ihre Vorfahren vor Tausenden von Jahren. Ihre Existenz ist von äußerster Bescheidenheit geprägt: Sie leben von dem, was die Natur ihnen bietet. Ihr größter Reichtum sind die Tierherden, auf unnützen Ballast verzichten sie.

Auf unserer Reise durch Zentralasien fanden wir uns in einer unverfälschten, ursprünglichen Natur wieder. Besonders faszinierten mich die Macht der Weite, die Unendlichkeit der Landschaft und immer wieder die ungestörte Stille.

Die Pferde ermöglichten es den Nomaden Zentralasiens, flexibel zu bleiben, sich zu organisieren und bei Auseinandersetzungen auch einmal die Oberhand zu behalten. So konnten sie selbst neue Ländereien erobern und besiedeln.



Die meisten Menschen in Zentralasien führen noch immer ein nomadisches Leben. Ihr größter Reichtum sind die Tierherden, von denen sie leben und für die sie unermüdlich sorgen.

Nomaden – ein Leben auf Wanderschaft

Ursprünglich zogen die türkischen Völker als Nomaden umher oder wohnten in kleinstädtischen, oasenähnlichen Verbänden. Bei dieser nomadischen Lebensweise ist die ständige Suche nach Wasser und Nahrung in fruchtbaren Gegenden von größter Bedeutung. Die unendlich weiten Ebenen Zentralasiens erstrecken sich über viele Tausende von Kilometern und bestehen aus Steppen, Wüsten, Wäldern und Grasland – existenziell wichtige Weidegründe für die Nomaden mit ihren Kamelen, Schafen, Ziegen, Yaks, Rindern und Pferden, die teilweise sehr weite Entfernungen zwischen den Sommerweiden und den Winterplätzen zurücklegen müssen. Die Hirten sind von ihren Tieren ebenso abhängig wie vom Wetter und müssen täglich unter extrem harten Bedingungen um ihr Überleben kämpfen.

Steppenhirten führen ein ausgesprochen spezialisiertes Leben. Alles, was sie dazu brauchen, liefern ihnen die Natur und die Tierherden, ihr wertvollster Besitz: Nahrung, Kleidung, Brennmaterial. Selbst die Jurte, das Zelt, in dem sie leben, wird aus den Fellen und der Wolle der Tiere gebaut. Haben sie einmal mehr, als sie brauchen, wird dies gegen andere nützliche Dinge getauscht.

Die eher eintönige nomadische Lebensweise hat eine ganz spezifische Kultur hervorgebracht. War das Tagwerk getan, waren Tiere und Menschen versorgt, widmete man sich der kunstvollen Verzierung der Jurten, Decken, Filzteppiche und anderer Gebrauchsgegenstände.



Kein Leben im Überfluss: Die Lebensweise der Nomaden in Anatolien hat eine ganz spezifische Kultur hervorgebracht.

Stille und die Musik der Natur

Im Leben der Nomaden gibt es weder Fernseher noch Computer. Weder Telefone noch andere unnatürliche Geräuschquellen lenken von der Stille ab, die mich auf unserer Reise nach Zentralasien neben der unberührten Natur, den zeitlos schönen Wüsten, Bergen und Seen am meisten fasziniert hat. Hörbar sind in der Stille und Weite der Landschaft nur die reinen Klänge und Töne der unbegreiflichen Natur.

Muss es einem Menschen, der diese Klänge wahrnimmt, da nicht so vorkommen, als seien es Geister, die sprechen? Woher kommt der unsichtbare Ton einer Muschel, eines Horns, eines abgeschossenen Pfeils, wenn nicht vom Göttlichen oder den Geistern? So wurden auch der Musik vielerorts übernatürliche Kräfte zugesprochen, Kräfte, die Schamanen in Trance und Ekstase führen konnten.

Alle Naturvölker singen und tanzen

Seit Urzeiten ist der Mensch in der Natur von Geräuschen und Klängen umgeben. Klänge wie Regen, der vom Himmel fällt, prasselt oder gießt; grollender Donner, dessen Intensität die Entfernung und damit Gefahr eines Gewitters anzeigt; ein leise säuselnder Wind, der sich zu einem tosenden Sturm aufbauscht; das plätschernde Wasser eines Bachs, das gurgelnde Strömen eines Flusses; das Rascheln der Blätter, wenn sie trocken zu Boden fallen und den Herbst ankündigen oder den Angriff eines Raubtiers. Ob liebliche Melodie eines Singvogels, Quaken einer Ente oder Schrei eines Geiers, der über einem Kadaver kreist – die Klänge der Natur gaben dem Menschen immer schon Auskunft über die Beschaffenheit seiner Umgebung oder die Entfernung seiner Beute, was für sein Überleben absolut notwendig war.

Wie mögen in diesem Zusammenhang die ersten Musikinstrumente entstanden sein? Vielleicht gab den Anstoß dazu ein Vogel, der verendet am Boden lag. Im Wechsel der Jahreszeiten verweste er allmählich und dörrte aus, bis nur noch die Knochen mit der darüber gespannten, trockenen Haut übrig waren. Dann kam vielleicht ein Mensch vorbei und berührte die Haut mit dem Fuß – ein Ton entstand. Oder der Wind strich über die Haut und erzeugte so einen Ton. Vielleicht wurde dem Menschen in diesem Augenblick bewusst, dass man mithilfe einer über einen Rahmen

Die Nomaden waren immer auch gute Reiter und Bogenschützen. Sie zeichneten sich durch kriegerisches Können, Mut und Geschick in der Anwendung von Waffen aus; nicht selten boten sie ihr Können zum Schutz von Karawanen an.



Oruc Güvenc, Andrea Azize Güvenc

Heilende Musik aus dem Orient

Vom traditionellen Wissen der Schamanen und Sufis zur praktischen Anwendung altorientalischer Musiktherapie
60-minütige CD mit Klängen zur Harmonisierung von Körper und Geist

Gebundenes Buch, Klappenbroschur, 144 Seiten, 17,2 x 23,5 cm
ISBN: 978-3-517-08535-7

Südwest

Erscheinungstermin: September 2009

Altes Wissen und schamanische Techniken heute nutzen

Musik als Heilmittel geht im Orient auf eine alte Tradition zurück, auf die Heilmusik zentralasiatischer Schamanen. Bereits seit dem 9. Jahrhundert nahm die Musiktherapie in den Spitälern des vorderen Orients den Rang einer regulären medizinischen Hilfsdisziplin ein. Musiktherapeut und Sufimeister Dr. Oruc Güvenc erforscht und dokumentiert seit mehr als 30 Jahren die Musikkultur zentralasiatischer Turkstämme. In den 70ern griff er die seit fast 1000 Jahre bestehende altorientalische Musiktherapie auf und passte sie modernen Lebensumständen an. Für ihn ist die Musiktherapie eng mit dem Sufitum verbunden, dessen Elemente sich ebenfalls in den Praktiken und Methoden dieser Therapie wiederfinden.

Die altorientalische Musiktherapie (AOM) basiert auf einem durch islamische Einflüsse entwickelten Tonsystem, dem Makam-System. Sie ist eine Behandlungsmethode mit direkter Wirkung auf die Organe und wird sowohl rezeptiv – hier wird der Musik nur zugehört – als auch aktiv in Form von Bewegung und Tanz ausgeübt. Ihre positive Wirkung stabilisiert und aktiviert das Immunsystem, kann akute und chronische Schmerzen lindern, die Konzentrations- und Lernfähigkeit steigern, negative Stimmungen aufhellen und Stress reduzieren.

Dieser Ratgeber bietet einen Überblick über die Wurzeln der Therapie, beschreibt die Art der Musik sowie ihrer Instrumente und geht auf den praktischen Nutzen durch ihre Anwendung im modernen Sinn nach Dr. Güvenc ein. Dank der 60-minütigen CD kann sich der Leser die faszinierende Musik des Orients direkt ins Wohnzimmer holen und ihre entspannende und wohltuende Wirkung auf Körper, Geist und Seele genießen.

 [Der Titel im Katalog](#)