

Heilklänge für die Weltseele

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **55 (1998)**

Heft 12: **Depressive Verstimmungen im Winter : wie man sie überwindet**

PDF erstellt am: **30.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558478>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Heilklänge für die Weltseele

Einst, als die Welt noch übersichtlich war, war Musik einfach Musik. Heute besitzt jedes Geräusch aus dem Lautsprecher eine klar definierte Wirkung. Egal, ob man träumen oder lachen, abnehmen oder abheben will – ohne das richtige Sound-Design geht gar nichts. Von «Wirkungsmusik» ist die Rede, neudeutsch auch «Psycho-Tuning» genannt. Die GN haben ihre Ohren gespitzt und für Sie auf den nächsten Seiten 52 CDs herausgepickt und beurteilt. Hörschauen Sie herein.

Lieben Sie Walgesang? Oder eher die indische Sitar? Fahren Sie auf Didgeridoo-Grummeln ab? Auf keltische Harfen? Gongs aus Nepal? Oder bevorzugen Sie sonore, in dunklen Rotwein getauchte Männerstimmen, untermalt vom nebelartigen Lichtton eines Elfenhörchens?

Musik, die zu Heil-, Entspannungs-, Gewichtsverminderungs-, Angstabbau-, Antidepressions-, Antiallergie-, Antirauch- und anderen (rituellen) Zwecken eingesetzt wird, boomt derzeit – in den bizarrsten Facetten. Das Angebot der Stile und Richtungen überwältigt. CDs mit Vogelgezwitscher, Meeresrauschen, Affengekreisch und anderen Naturgeräuschen – Bio-Sound! – spriessen munter neben geräuschvollen Traumlandschaften mit Einhorn, Ethno-Pop und gregorianischen Chorälen. Der Phantasie sind, scheint's, keine Grenzen gesetzt. Selbst dort, wo bis vor kurzem hohe Schranken existierten – etwa zwischen der rein kommerziellen Unterhaltungsmusik bar jedes höheren musikalischen Anspruchs und der klassischen E-Musik – scheint das Geben und Nehmen laufend zwangloser zu werden. Atmosphärisches Synthesizer-Gesäusel als ferne Wolke über dumpf triefenden tibetischen Klangschalen, begleitet vom Symphonie-Orchester!

Verstand und Gefühl in Harmonie

Im Bereich der musikalischen «Selbsttherapie» gibt es nicht nur rein musikalische CDs und Kassetten, sondern auch solche mit gesprochenem Text. Sie enthalten etwa, z.B. auf Erfahrungen des Neurolinguistischen Programmierens (NLP) basierend, ganz oder teilweise ausgesprochene bzw. hörbare Affirmationen (Bejahungssätze, sog. Subliminals). Oder sie entfalten im Kopfhörer einen besonderen Stereoeffekt, mit dem sich die Koordination von linker und rechter Gehirnhälfte, von Verstand und Gefühl, musikalisch in Einklang bringen lässt.

Zu unserer Auswahl: Entscheidend waren der subjektive Geschmack und die beim Hören zahlloser CDs verschiedener Musikrichtungen gefestigte Überzeugung, dass das dosierte, aber intensive Hören jeder *guten* Musik Kopf und Welt öffnet. Das, was sich selbst oft vollmundig als «therapeutisch» und «wissenschaftlich» bezeichnet, lag und liegt dabei gegenüber dem rein Musikalisch-Künstlerischen keineswegs partout im Vorteil. Wie immer lässt sich über Geschmack endlos streiten und Qualität meist schnell erkennen. • CU/SW

52 ausgewählte CDs für jede Lebenslage

Beurteilungskriterien:

Empfohlene Verwendung:

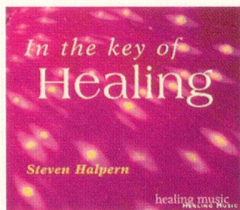
- 🐟 Zur Entspannung
- 😊 Zum Konzentrieren
- ☹️ Zum Frustabbau
- ☺️ Zum Träumen
- 🕺 Zum Tanzen
- 😊 Zum Aufputzchen
- 🌙 Zum Einschlafen
- ☆ Zum Auftanken

Beurteilung:

- **** Aussergewöhnlich
- *** Gut
- ** Hörbar
- * Miau

Musikrichtungen:

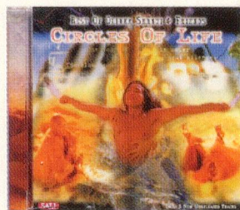
- Entspannungsmusik
- Jazz
- Klassik
- Pop
- Techno/Ambient,
- Schwerpunkt Text
- Weltmusik/Ethno
- Bio-Sound



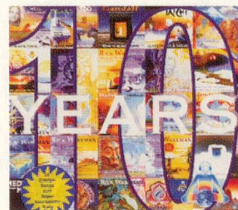
Steven Halpern:
IN THE KEY OF HEALING
Intuition Music & Media,
Rel 7018-2
🐟 ** E



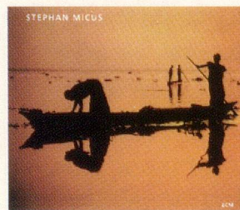
Marianne Uhl
SCHWINGUNGS-FREQUENZ LYMPHSYSTEM
(Cassette)
ISBN 3-930255-05-7
🐟 😊 ☆ ** E/ST



Best of Oliver Shanti & Friends:
CIRCLES OF LIFE
Warner Bros.
3984-20547-2
🐟 ☆ 😊 ** W/E



O. Shanti, Gandalf, Shi Zhi-you u.a.:
10 YEARS OF SUCCESSFULL CREATIVITY
Sattva Music SKV 010
🐟 ☆ 😊 ** EW



Stephan Micus:
THE GARDEN OF MIRRORS
ECM 1632 537 162-2
🐟 ☆ 😊 **** W



Garattoni/Siegle
DIE MUSIKALISCHE RÜCKENSCHULE
BMG Ariola EINKLANG
74321 53665 2
🐟 ☆ 😊 ** ST/E



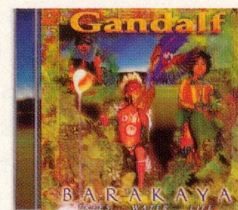
Tangerine Dream:
TRANSSIBERIA
Filmsoundtrack
TDI CD012
🐟 ☆ 😊 😊 *** P/T



T. Doch/F. Sitterlé:
KLANGBILD
Edition KlangBild,
D-42103 Wuppertal
🌙 🐟 😊 😊 *** E/BS



Marianne Uhl
SCHWINGUNGS-FREQUENZ VERDAUUNGSSYSTEM
(Cassette)
ISBN 3-930255-04-9
🐟 😊 ☆ ** E/ST



Gandalf:
BARAKAYA
Trees/Water/Life
Sattva Music SKV 083
🐟 ☆ 😊 ** EW



Marianne Uhl
**SCHWINGUNGS-
 FREQUENZ
 KNOCHENSYSTEM**
 (Cassette)
 ISBN 3-930255-04-9
 ☺ ☺ ☆ ** E/ST



Scheib/Garattoni
**DIE EIGENE SINNLICH-
 KEIT ENTDECKEN**
 Trias Relax-CDs,
 ISBN 3-89373-415-5
 ☺ ☺ ☺ *** E/ST



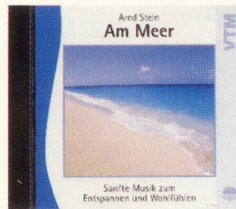
Dr. med. Hans Grün:
**EINFACH ZUHÖREN
 UND DAS GEDÄCHTNIS
 VERBESSERN**
 ISBN 3-928775-08-1
 ☺ ** ST (2 Cassetten)



Rüdiger Dahlke:
**GEWICHTS-
 PROBLEME**
 (2 CDs)
 Bauer Musikverlag,
 CD 5106
 ☺ ☆ *** ST/E



Rüdiger Dahlke:
ANGSTFREI LEBEN
 Bauer Musikverlag,
 D-Freiburg, CD 5109
 ☺ ☆ *** E/ST



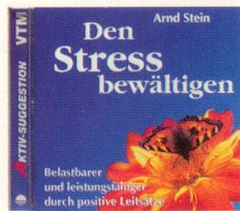
Arnd Stein:
AM MEER
 Verlag für therapeutische
 Medien, D-Iserlohn
 ISBN 3-89326-925-8
 ☺ ☺ ☺ ☆ ** E



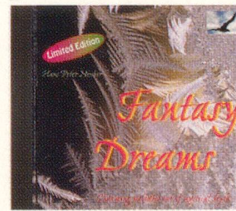
Rüdiger Dahlke:
**ENTGIFTEN ...
 ENTSCHLACKEN ...
 LOSLASSEN**
 Bauer Musikverlag,
 CD 5106
 ☺ ☆ *** ST/E



Arnd Stein:
**DEN SCHMERZ
 BESIEGEN**
 Verlag f. therap. Medien,
 D-Iserlohn
 ISBN 3-89326-853-7
 ☺ ☆ *** E/ST



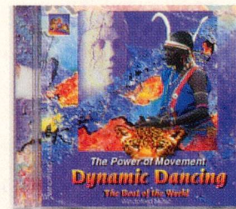
Arnd Stein:
**DEN STRESS
 BEWÄLTIGEN**
 Verlag f. therap.
 Medien, D-Iserlohn
 ISBN 3-89326-983-5
 ☺ ☺ ☆ *** E/ST



Hans Peter Neuber
FANTASY DREAMS
 Neue Dimension,
 ND 1742
 ☺ ☆ ☺ *** E



Hans Peter Neuber
**SINFONIE DES
 WALDES**
 Neue Dimension,
 ND 66105
 ☺ ☆ ☺ ** E/BS



The Beat of the World
DYNAMIC DANCING
 Windpferd Music
 CD 41014
 ☆ ☺ ☺ ** W



G.E.N.E.
DIVING DREAMS
 Innovative Communication
 IC 720.155
 ☺ ☺ **** E



Ohm/Garattoni
**STRESSFREI DURCH
 PROGRESSIVE
 RELAXATION**
 Trias Relax-CDs,
 ISBN 3-89373-456-2
 ☺ ☺ ☆ *** E/ST



Friebel/Garattoni
DURCH GELASSENHEIT UND RUHE ZU NEUER KRAFT

Trias Relax-CDs,
ISBN 3-89373-415-5

☺☺☺ *** E/ST



Dittmar Kruse
GUTEN MORGEN

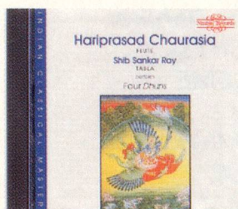
CD 41089

GUTE NACHT

CD 41090

beide: Windpferd Music

☺☺☺☺☺ ** ST/E

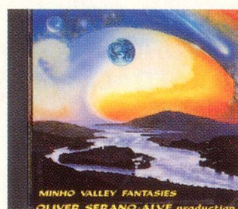


Hariprasad Chaurasia/
Shib Sankar Ray
FOUR DHUNS

Nimbus Records

NI 45527

☺☺☺☺☺ **** E/W

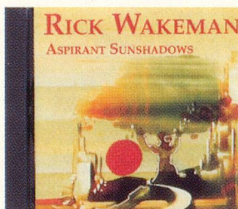


Oliver Serano-Alve
Productions MINHO
VALLEY FANTASIES

Sattva Music

SKV 042 CD

☺☺☺ *** E/W

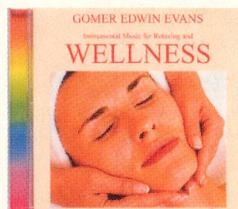


Rick Wakeman
ASPIRANT
SUNSHADOWS

Sattva Music

SKV 027 CD

☺☺☺☺☺ *** E

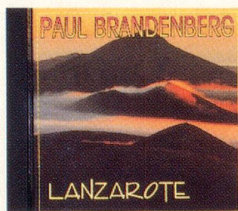


Gomer Edwin Evans
WELLNESS

Neptun Music

EN 2828051984-493

☺☺☺ ** E

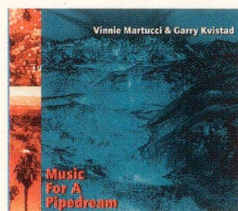


Paul Brandenberg
LANZAROTE

Blue Martin Records

BLM 330105-2

☺☺☺ ** E

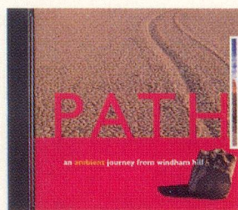


V. Martucci/G. Kvistad
MUSIC FOR A
PIPEDREAM

Intuition Music & Media

Rel 7024 2

☺☺☺☺☺ ** E

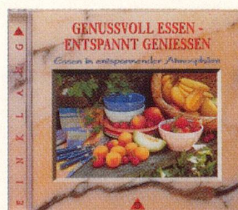


Div. Interpreten
PATH - AN AMBIENT
JOURNEY

Windham Hill

01934 11163-2

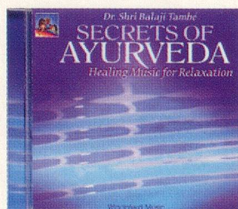
☺☺☺☺☺ *** E/W/T



J. P. Garattoni
GENUSSVOLL ESSEN -
ENTSPANNT
GENIESSEN

BMG 74321 53668 2

☺☺☺☺☺ ** E

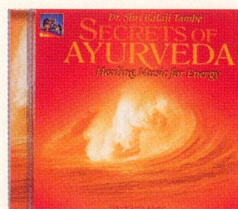


Dr. S. B. També
SECRETS OF AYUR-
VEDA Healing Music
for relaxation

Windpferd Music

CD 41091

☺☺☺☺☺ ** E/W

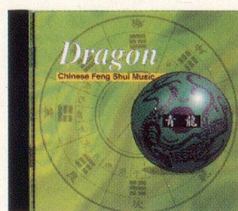


Dr. S. B. També
SECRETS OF AYUR-
VEDA Healing Music
for energy

Windpferd Music

CD 41092

☺☺☺☺☺ ** E/W

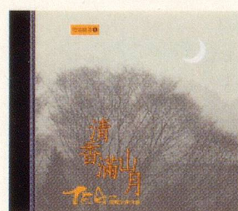


CHINESE FENG SHUI
MUSIC: DRAGON

Wind Records

ECD-3137

☺☺☺☺☺ ** E/W



TEE-MUSIK AUS
CHINA 1

Windpferd Music

CD 04011

☺☺☺☺☺ ** E/W



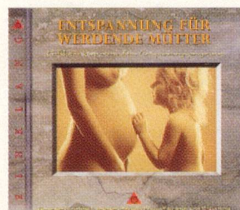
Shanghai Chinese Trad. Orchestra
MUSIC FOR EFFICIENT SLEEP: SLEEPING
 Windpferd TCD 03121
 🐟 🌸 😊 ** E/W



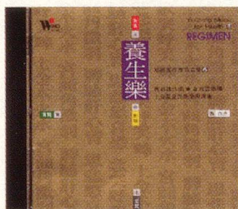
Shanghai Chinese Trad. Orchestra
MUSIC FOR EFFICIENT SLEEP: AWAKENING
 Windpferd CD 3122
 🐟 🌸 ** E/W



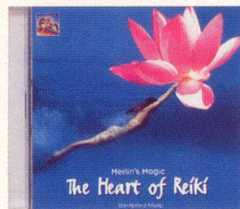
L. Carls & V. Zöbelin
TEATIME
 Neptun Music
 EN 28051984-498
 🐟 😊 🌸 ** E



Garattoni/Weber
ENTSPANNUNGS-MUSIK FÜR WERDENDE MÜTTER
 BMG 74321 43587 2
 🐟 😊 🌸 ** E/ST



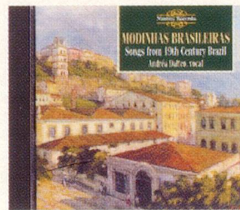
Yi-Ching Music for Health: REGIMEN - der dynamische Ausgleich der Elemente
 Windpferd CD-3114
 🐟 🌸 😊 ** E/W



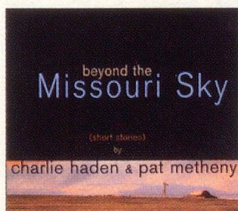
Merlin's Magic
THE HEART OF REIKI
 Windpferd CD 41081
 🐟 🌸 😊 ** E



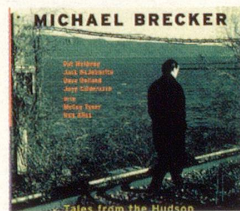
Mario Hené
DER WEG DES WASSERS
 Neptun Music
 EN 2805198-497
 🐟 🌸 😊 *** P/E



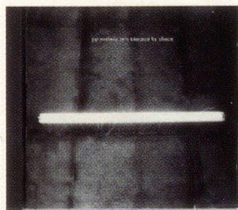
Modinhas Brasileiras
SONGS FROM THE 19TH CENTURY BRASIL
 Nimbus Records Ni 5523
 😊 🌸 *** W



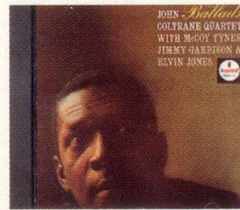
Ch. Haden/P. Metheny
BEYOND THE MISSOURI SKI
 Verve 537 130-2
 🐟 🌸 😊 **** J/E



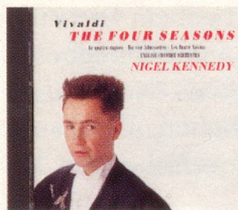
Michael Brecker
TALES FROM THE HUDSON
 impulse IMP 11912
 🌸 🎵 **** J



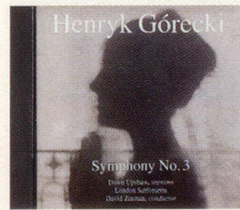
Pat Metheny:
ZERO TOLERANCE FOR SILENCE
 Geffen Records
 GED 24626
 😊 (+😊!) **** (oder *) J



John Coltrane Quartet
BALLADS
 impulse 254 607-2
 🌸 🐟 **** J



Antonio Vivaldi
DIE VIER JAHRESZEITEN
 EMI CDC 7 49557 2
 🌸 😊 **** K



Henryk Górecki
SYMPHONY NO. 3
 Elektra Nonesuch
 7559-79282-2
 🌸 😊 **** K