



Christina Achter, München:

Mit Globuli und Debussy

Fallstudie eines Bandscheibenvorfalles

Wie oft gelingt es einem Homöopathen, selbst einem wirklich guten und erfahrenen, seine Patienten von ihren chronischen Beschwerden vollständig und vor allem dauerhaft zu befreien? Mir jedenfalls ist es in den ersten 5 Jahren meiner Praxistätigkeit nur selten gelungen, und das nicht nur, weil es mir an Erfahrung mangelte, sondern auch weil ich das Gefühl hatte, ein entscheidender Faktor fehlte. Dieser Faktor kreiste um die Frage „Warum?“ Warum suchen sich die Menschen immer wieder einen Arbeitsplatz, der sich nach kurzer Zeit als unerträglich herausstellt, warum suchen sie sich immer wieder Partner, mit denen ihre Vorstellung von Glück nicht gelingen kann, weil diese z.B. schon längst gebunden sind, oder sich gar nicht binden wollen, warum immer wieder die gleichen Probleme, die sich nach einer gewissen Zeit auch wieder körperlich niederschlagen.

Nicht, dass es nicht möglich gewesen wäre, die Patienten von ihrer Bronchitis zu befreien oder auch ihrer Migräne, den Rückenschmerzen usw. Meist fühlten sich die Patienten auch psychisch viel stabiler, trauten sich plötzlich auch zu widersprechen, was vorher nicht möglich war oder konnten sogar Wut zeigen, aber, 1 oder 2 Jahre später waren sie wieder da, mit denselben Beschwerden oder anderen, aber fast immer in einer ähnlichen Lebenssituation, wie sie auch zu Anfang der Behandlung gegeben war. Auch eine begleitende Psychotherapie bei ausgebildeten Therapeuten brachte vielen nicht den Durchbruch.

Diese Frage um das Warum, beschäftigte mich nicht nur als Homöopathin, sondern auch als Privatperson, ich wollte wissen, warum ich so war, wie ich war, warum ich immer wieder in dieselbe Falle tappte.

Durch Zufall begegnete ich einer GIM Trainerin und ehemaligen Schülerin von Dr. Helen Bonny, der Begründerin der GIM Musiktherapie (Guided Imagery and Music) und bekam die Möglichkeit eine erste GIM-Reise in mein Unterbewusstsein zu starten. Schon nach meiner ersten Erfahrung mit dieser Methode wusste ich, dass hier die Antworten auf viele Fragen zu finden wären.

GIM ist eine Therapiemethode, die uns mit unseren inneren Bildern, tiefen Gefühlen und den Wurzeln unseres Seins in Verbindung bringt. Auf den Schwingen der Musik reist der Patient in eine bis dato meist noch unbekanntere innere Welt. Getragen und umhüllt von der Musik und begleitet vom Therapeuten kann der Reisende sich auf ein Abenteuer einlassen, das viele neue Erkenntnisse birgt und dem Suchenden den Weg zu seinem eigenen Kern erschließt. Wohl jeder von uns hat bereits erfahren, welchen großen Einfluss die Musik auf Stimmungen und seelische Zustände hat. Sie kann Erfahrungen in uns auslösen, die man nicht beschreiben, sondern nur erleben kann.

Dr. Helen Bonny, Psychotherapeutin und Violinistin arbeitete vor ca. 40 Jahren in einem Forschungsteam im Maryland Psychiatric Research Center und erforschte die Wirkung der Klänge im menschlichen Gehirn und erkannte ihre heilenden Auswirkungen auf Gesundheit, Persönlichkeit und Psyche. Sie setzte ihre Erkenntnisse ein, indem sie eine Therapiemethode entwickelte, die auf speziell ausgewählten klassischen Musikstücken, die zu einem Programm zusammengefasst sind, basiert. Diese Therapieform nannte sie GIM (Guided Imagery and Music = musikgeführte Imaginationstherapie). Die Auswahl der Stücke richtet sich für den Therapeuten nach der aktuellen seelischen Verfassung, in der sich der Patient befindet.

Dies entspricht dem homöopathischen Prinzip und bedeutet, dass die ausgewählten Musikstücke in ihrer Schwingung der akuten Stimmung des Patienten (in der Therapie Reisender genannt) entsprechen. Dadurch wird diese Gemütsverfassung intensiviert, Erinnerungen und vielleicht damit verbundene Erlebnisse steigen auf, können wahrgenommen, bearbeitet und transformiert werden.

Der nachfolgende Fall von Ute, einer 37-jährigen Frau, die mit einem Bandscheibenvorfall zu mir kam, zeigt, was in der Kombination von Homöopathie und Musiktherapie für Möglichkeiten liegen (fettgedruckte Symptome waren Grundlage für die Repertorisation).

Vital durch Mineral!

Diese Anzeige ist nur 1/3 Seite und keine 1/1 Seite!

Für einen ausgeglichenen Mineralstoffhaushalt

Thohelur® Vital Mineral

Nahrungsergänzungsmittel mit Mineralstoffen und Vitamin D₃

NEU!



- frei von Jod, Lactose und Gluten
- ohne Gelatine
- ohne Süßstoffe, künstliche Aromen und Farbstoffe
- für Vegetarier geeignet

Fordern Sie kostenlose Informationen und Muster an.

F 24/17

Truw Arzneimittel GmbH
Postfach 3150
33261 Bielefeld
Tel.: 0 52 41 / 3 00 74 0
Fax: 0 52 41 / 3 00 74 15
www.truw.de
info@truw.de

100 Jahre
TRUW

Ute kam mit einem akuten Bandscheibenvorfall, (C7), sie hatte **ziehende Schmerzen im linken Arm, Kribbeln in den Fingern der linken Hand, der Zeigefinger war morgens völlig taub und besserte sich im Laufe des Tages nur wenig**. Ihr behandelnder Arzt, ein Orthopäde, riet ihr dringend, sich sofort operieren zu lassen, was sie aber strikt ablehnte. „Da steckt was anderes dahinter, ich weiß aber nicht was“, war ihr Argument. **(Verlangen nach Licht / Erkenntnis)** Als ich sie das erste Mal sah, hatte sie die Beschwerden seit 2 Wochen, sie war bereits in physiotherapeutischer Behandlung und wollte von mir zunächst homöopathisch begleitet werden.

Es gab keinen klar erkennbaren Auslöser für den Vorfall, die Schmerzen traten das erste Mal im Liegen auf. Im Verlauf der Anamnese erwähnt sie das schwierige Verhältnis zu ihrer Mutter. Abhängigkeit, sagt sie, ist das Schlimmste was man haben kann. Sie hat sich vor kurzem verliebt, weiß aber nicht, ob sie sich wirklich auf eine Bindung einlassen kann, sie hat Angst eingeschränkt zu werden. Im Weiteren sagt sie: es gibt mich nur, weil meine Schwester als kleines Kind gestorben ist, ich wurde erst nach ihrem Tod gezeugt. **(Beschwerden d. Kummer)**

Sie **weint oft aus Verzweiflung** über die Schmerzen und ist gleichzeitig ruhelos. Die Anamnese und Repertorisation ergaben Natrium muriaticum., ich verordnete C 200.

Körperlich besserte sich ihr Zustand ziemlich schnell, aber die Patientin war auch willens „dahinter zu sehen“, zu erkennen, ob der Grund für dieses Ereignis im seelischen Bereich zu finden wäre und so testeten wir in einer kurzen „Probesitzung“, ob GIM das hierfür geeignete Heilmittel sein könnte.

Die Patientin war von den ersten Bildern sehr beeindruckt und wir begannen wenige Tage später mit der Musiktherapie. Weitere Gründe für diese Überlegung waren ihre häufigen, durch **Ängste verursachten Schlafstörungen** verbunden mit **zwanghaften Handlungen**, eine stets vorhandene, unterschwellige **Traurigkeit, vor allem nachts und wenn sie alleine ist** und ihre Angst eine feste Bindung einzugehen.

Sie selbst sagt vor der ersten Sitzung: „Ich steigere mich immer in irgendeine Angst hinein, kann aber nicht darüber sprechen. Ich kenne das von meiner Mutter, da ist immer alles abgetan worden.“ Ihr erstes Bild führt sie zurück ins Elternhaus, sie ist ca. 20 Jahre, mit einer akuten Erkrankung, sie muss ins Krankenhaus um operiert zu werden, ihre Wahrnehmungen und das Geschehen während der Reise notiere ich wie folgt: (alle nachfolgenden Sitzungsprotokolle sind in wesentlichen Auszügen dargestellt)

„Ich stehe meiner Mutter gegenüber, brauche ihre Hilfe, ihren Trost, aber sie reagiert eiskalt, „keine Schwäche zeigen, Hauptsache Disziplin“ ist ihre Devise. Es schmerzt im Herzen, als würde sich alles zusammenziehen. Möchte schreien, „ich kann diese Härte nicht mehr ertragen,“ aber ich kann nicht schreien. „Ja nichts an mich ranlassen“ ist ihr Gesichtsausdruck.

Da ist eine Lichtgestalt, ganz hell ist es um sie und warm, das ist Uschi, meine verstorbene Schwester. Sie will mich beschützen, sie streicht mir liebevoll über den Kopf. Sie ist da für mich, sie wird mir beistehen und mir Trost geben. Sie will, dass es mir gut geht. Ich will auch, dass es mir gut geht, zu zweit werden wir es schaffen. Ich vertraue ihr, bei ihr kann ich mich fallen lassen. Sie sagt: ich soll nicht daran zweifeln, dass sie immer da ist.“

Beim nächsten Vorgespräch sagt Ute: „ich spüre es, mein Problem

ist die Mutter!“ In ihrer nächsten Imaginationsreise macht sie folgende Erfahrungen: *„Ich sitze vor einer Berghütte, Sonne kommt durch den Nebel. Uschi kommt mit meinem Freund auf mich zu, ich freue mich auf die Beiden. Er umarmt mich, sein Herz ist ganz offen. Ein Gefühl, als könnte ich was abgeben, keine belastenden Gedanken, die mit meiner Mutter zusammenhängen. Mein Herz macht ein bisschen auf, wie ein Ventil. Von seinem Herzen kommt was in meines rein, das ist eine Kraft, die entspannt, ich kann dafür was schlechtes abgeben. Die negativen Gedanken wollen über den Kopf rausgehen, finden aber keine Öffnung, über den Schädel geht’s nicht. Ich leite sie in den Hals, da kommt es wie ein Geschwür heraus. Es ist groß und grau und schwabbelig, ich wasche es mit Wasser ab. Das ist ein Gefühl, als wäre da über Herz und Hals was Dunkles rausgegangen.*

Uschi schaut zu, sie weiß, dass ich auf dem richtigen Weg bin, ich spüre es in meinem Herzen auch. Ich kann mich fallen lassen, muss nicht immer stark sein. Er ist stark, er sagt „nimm’s von mir“. Es ist so leicht... so ein Glück. Das Glück ist wie ein Energiekreislauf, geht in jeden Winkel des Körpers, macht alles hell, leicht und ruhig.“

Was im Repertorium als Wahnidee bezeichnet wird (**glaubt, dass sie mit Toten spricht**), zeigt sich für die Patientin als hilfreiche innere Kraft, die sie durch die ganze Therapiezeit hindurch begleitet und die sie auch bald als ihr eigenes inneres Potential erkennt.

Die Aufgabe des Therapeuten

Sie liegt zum einen darin, die der aktuellen Stimmung des Patienten ähnlichste Musik auszuwählen, dies geschieht durch Zuhören im Vorgespräch, zum anderen in der Fragetechnik während der Imaginationsreise, aber auch im Einfühlungsvermögen in die Stimmungslage des Patienten.

Dies ermöglicht mir auch, die Imaginationen des Reisenden „mitzuerleben“. Ich nehme die Bilder nicht nur über die Beschreibungen des Patienten wahr, sondern „sehe“ sie in gewisser Weise auch. Dies ermöglicht mir, die Symbolik der Bilder zu erkennen, den Reisenden durch gezielte Fragen in seiner Wahrnehmung aufmerksamer zu machen, ihn aber auch in seinem Erleben zu bestärken und ihn immer wieder in Kontakt mit seiner emotionalen Wahrnehmung zu bringen.

Im nachfolgenden Protokoll sind einige Fragen von mir festgehalten (...) Utes 3. Sitzung beginnt mit einer Verlaufskontrolle:

Die Schmerzen im Arm tauchen nur noch bei Überlastung auf. Da ist immer noch viel innere Unruhe und hektisches Gedankenkreisen. Ich denke häufig an meine Tante, Mutters Schwester, sie ist früh gestorben. Ich habe sie geliebt und sie mich auch. Es war für Mutter und mich ein großer Verlust. **Es macht mich traurig, dass die Mutter so gelitten hat, ich spüre ihre Verzweiflung.**

Protokoll der Imaginationsreise: „Mutter in gebückter Haltung, da ist so unendliche Trauer bei ihr. Mich wühlt es auf, ich kann ihr nicht helfen, nicht zu ihr gehen und sie in den Arm nehmen. Ihre kühle Art hindert „ das ist doch alles ein Schmarren“, sagt sie verbittert. Ich kann nicht mal in Gedanken zu ihr gehen (meine Frage:was hindert?) dass sie sagt: „ach geh weg, lass mich in Ruhe“. Das tut so weh, sie will mich nicht haben.(wie ist das für dich?) Ich werde klein und eng in der Brust, wie früher als Kind. Ich war als Kind mal im Krankenhaus, da sagte sie „weil ja nicht, wennst weinst, dann besuchen wir dich nicht mehr“.

Fortsetzung auf Seite 113

Wie kann man nur so hart werden? Das passiert, wenn man alles in sich reinfrisst und ich war auf dem besten Weg dazu auch so zu werden, wie versteinert. Es tut gut, das alles gesagt zu haben, es ist so befreiend, das Herz ist viel gelöster. Uschi ist die ganze Zeit schon da, sie muss sich um Mutter kümmern, ich brauch mehr Distanz, ich kann im Moment nichts tun. Uschi ist immer da, wie ein Teil von mir. Sie bewahrt die Ruhe, sie hat immer einen klaren Kopf, „atme gescheit“ sagt sie zu mir, ganz liebevoll. Sie ist einfach immer da, wie ein Teil, der zu mir gehört. Sie kann auch in mich reingehen, sie gehört zu mir. Ich will mit ihr den Weg gehen und den Kummer mit meiner Mutter auflösen, will den Schmerz auflösen. Ich freue mich so, dass ich diese Arbeit machen will.“ Hier erfolgt eine erneute Verordnung Natrium mur. C 200

Zusammenfassung des weiteren Therapieverlaufs:

2 Monate nach dem Bandscheibenvorfall resümiert sie wie folgt: An manchen Wochentagen, sie arbeitet seit 4 Wochen wieder, schmerzt der Rücken ab ca. 15.00, auch im Arm macht sich dann manchmal ein Taubheitsgefühl bemerkbar. Am Wochenende ist sie meist beschwerdefrei. „Ich reagiere nicht mehr so aggressiv auf Kommentare der Mutter, ich merke, dass ich immer weniger über Krankheit nachdenke und ich habe nicht mehr das Gefühl von „wahnsinnig werden“. „Auch Traurigkeit wollte ich nie zulassen (**kann nicht weinen**), das geht jetzt schon besser, manchmal tu ich nach außen noch so, als würde es mir gut gehen, dabei ist es nicht so, aber ich bin mir dessen viel bewusster“. Verordnung: Natr. Mur. 1M

Ca. 1 Jahr nach Therapiebeginn und nach dem Bandscheibenvorfall wird sie nochmals heftig von Angstattacken in bezug auf ihre Gesundheit geplagt. Angst vor Herzinfarkt, Angst vor Unfall, vor Gehirnschlag; Angst, dass was passiert, vor allem wenn allein; muss dann irgendeine Zwangshandlung vornehmen um Unglück abzuwenden. (**WI Anfall bekommen; Zwanghaftigkeit; Furcht vor bevorstehender Krankheit**) Neue Verordnung: Argentum nit. 1 M

Kurze Zeit später erleidet die Mutter ihren 2. Apoplex, sie ist zunächst halbseitig gelähmt und in ihrem sozialen Verhalten noch schwieriger (boshafter lt. Patientin) als zuvor. (Die Mutter wird mit Bar.carb.C 200 behandelt). Der Groll auf die Mutter kommt noch einmal sehr stark zum Vorschein. „Sie nimmt mir die ganze Lebensfreude, sie macht mich kaputt, ich hasse sie“, ist die Verfassung, in der sie zu mir kommt. In dieser Phase macht die Klientin 2 GIM-Reisen, in denen sie sich sehr stark mit ihrem Groll, den sie zeitweise auch als Hass empfindet, auseinander setzt.

4 Wochen später, der Mutter geht es sowohl körperlich als auch geistig deutlich besser und auch die Patientin fühlt sich von ihren Ängsten weitestgehend befreit, macht sie folgende GIM-Erfahrungen: „Ich sitze in einer Quelle, sie sprudelt aus dem Boden. Ich bin ganz allein, niemand stört und alles fühlt sich ganz leicht an. Auch der Kopf ist frei von Last, er denkt nicht und kümmert sich um nichts. Die Musik bringt Befreiung, die Gedanken schwirren alle weg. Irgendwas über mir geht auf, als würden die Wolken aufreißen. Es wird heller und ruhiger und doch ist es ein Nach-vorne-sehen. Da kommt ganz viel Ruhe und gleichzeitig Kraft. Ich kann wieder was anpacken, es ist wie ein Neuanfang (was könnte das für ein Neuanfang sein?) Vielleicht meine Mama zu umarmen ... ich bin nervös und hab doch die Kraft auf sie zuzugehen. Jetzt stehe ich vor ihr, es ist irgendwie peinlich, da ist eine Hemmschwelle ... (was hemmt?) Vielleicht findet sie es lächerlich.“

Ich finde es komisch, das Herz schlägt schneller, der Bauch hat die Hemmung. Uschi sagt: „gebt euch einen Ruck, ihr seid doch erwachsen. Seht euch nicht als Mutter und Tochter, sondern als Menschen.“ Ja, ich mag sie, und sie mich auch, wir umarmen uns und es ist so befreiend ... Eigentlich ist es gar nicht schlimm, es ist einfach ein „Sich öffnen“ und eine Befreiung. So eine Leichtigkeit ... Es wäre die ganze Zeit schon viel schöner gewesen. Es war so einfach, es war so absurd, jetzt ist es so real, es ist richtig da, am meisten im Bauch, es ist eine Erlösung!“

Nach 15 Monaten kombinierter Therapie zieht die Patientin folgendes Resümee: Mit der Mutter geht es total gut, es ist eine Freude sie zu besuchen, sie ist aber auch positiv verändert, es ist 100% besser. Die zwanghaften Handlungen wurden schon nach Arg. Nitr. gleich besser, nachts beim Autofahren kommen noch manchmal Ängste, aber ich kann sie viel besser durchziehen lassen. Werde mit meinem Freund zusammenziehen und freue mich sogar schon darauf. **Ende der Fallstudie.** Der ausführliche Verlauf der GIM-Therapie von Ute und viele weitere Fälle sind ausführlich in **meinem Buch „Musik als Weg zu inneren Frieden“** dokumentiert.

Schon immer waren sich die Menschen der Wirkung der Musik bewusst. Sie setzten sie ein, um soziale Verbindungen zu pflegen, bald aber wurden Rhythmus und Melodie auch dazu benutzt, um Gefühle auszudrücken und schon die Ureinwohner dieser Erde kannten die Kraft der Töne und Melodien und nützten sie, um in veränderte Bewusstseinszustände zu gelangen und um Heilung zu erfahren.

Auch meine Patienten befinden sich während einer GIM-Reise in einem veränderten Bewusstseinszustand, obwohl sie jederzeit und in jeder Form „Herr über das Geschehen“ und geistig wach sind, auch Alpha-Zustand genannt. In dieser Phase ist die rechte Gehirnhälfte aktiver, sie ist für Intuition, Emotion und Kreativität zuständig. Hier befindet sich auch die Fähigkeit des Gehirns eine Resonanz zur Schwingungsfrequenz der Musik aufzubauen, so können über die Musik Erinnerungen wachgerufen werden und sie kann Bilder ins Bewusstsein transportieren, die oft sehr schnell und treffend Auskunft geben, über das, was uns wirklich bewegt, aber im Alltag verschlossen bleibt.

Dr. Helen Bonny schreibt in ihrem Lehrbuch Monograph 1: „Altering a person's state of consciousness can alter their state of being. And when their state of being is modified, possibilities emerge for new interrelationships, integration and restoration“. (Wenn eine Person ihr Bewusstsein verändern kann, kann sie auch ihren Seinszustand verändern und wenn sich der Seinszustand verändert, gibt es Möglichkeiten für neue Beziehungsmuster, Integration und Wiederaufbau.)

Seit ich meine Therapiemöglichkeiten, die ursprünglich auf die klassische Homöopathie begrenzt waren, mit der musikgeführten Imaginationstherapie GIM erweitert habe, gelingen mir nicht nur größere Erfolge auf dem Gebiet der körperlichen Gesundheit, sondern ich bin auch in der Lage, parallel dazu meinen Patienten eine gesunde und starke Persönlichkeitsentwicklung zu ermöglichen.

Autorin:

Christina Achter
Allacher Straße 279a · 80999 München
Telefon: 089/8127145 · Fax: 089/89211348
www.gim-musiktherapie.de · E-Mail: info@gim-musiktherapie.de