

# Psychofonica Facta

Nr. 4 / im Herbst 2005

*Da stieg ein Baum. O reine Übersteigung!  
O Orpheus singt! O hoher Baum im Ohr!  
Und alles schwieg. Doch selbst in der Verschwiegung  
ging neuer Anfang, Wink und Wandlung vor.*

*Tiere aus Stille drangen aus dem klaren  
gelösten Wald von Lager und Genist;  
und da ergab sich, dass sie nicht aus List  
und nicht aus Angst in sich so leise waren,*

*sondern aus Hören. Brüllen, Schrei, Geröhr  
schien klein in ihren Herzen. Und wo eben  
kaum eine Hütte war, dies zu empfangen,*

*ein Unterschlupf aus dunkelstem Verlangen  
mit einem Zugang, dessen Pfosten beben, -  
da schufst du ihnen Tempel im Gehör.*

*Aus Sonette des Orpheus von  
Rainer Maria Rilke, am 5.2.1922*



*Liebe Leserin, lieber Leser!  
Dichter sehen durch. Deshalb leitet  
Rilke auch diese Ausgabe von Psychofonica Facta ein, die dem Gehör  
und dem Hören und den vegetativen  
Konsequenzen gewidmet ist. Ich darf  
gleich zu Beginn eine wichtige An-  
kündigung machen: Der Inhaber des  
Lehrstuhls für Neuropsychologie an  
der Universität Zürich, Professor Dr.*

*Lutz Jäncke (hier im Bild), mit Forschungsschwerpunkt  
«Musik und Gehirn», wird am kommenden Psychofonie-  
Symposium<sup>1</sup> über «Musik als Motor kortikaler Plastizität»  
sprechen. Das wird zweifellos dazu beitragen, dass wir die  
Psychofonie immer besser verstehen. Warum? Folgen wir  
dem Rilke-Gedicht und wir werden es begreifen.*

*«Baum im Ohr» – Die Wurzeln des Baums sind die  
Nervensensoren in der Flüssigkeit der Hörschnecke. Sie dien-  
en der Umwandlung der Schallimpulse in Nervenimpulse.  
So unscheinbar dieses erbsengroße Sinnesorgan auch ist, ist  
es dennoch unsere leistungsfähigste Kontaktstelle zur Um-  
welt. Auf die ungeheure Potenz des Ohrs hat bereits Man-  
fred Spitzer in seinem Psychofonie-Referat 2003 «Vom*

*Wackeln zum Hören» hingewiesen, das Sie auf unserer  
Homepage als Videoclip ansehen können. Der Stamm des  
Baums ist die Hörbahn. Sie durchkreuzt alle vegetativen  
Zentren und wirkt in diese hinein. Sie berührt die primitiv-  
sten reflektorischen Zentren und evoziert durch Musik im  
Hippocampus die höchsten der Gefühle. Die Baumkrone ist  
die so genannte Hörstrahlung, die Verästelung der Hörbahn  
über den Thalamus zur Hirnrinde, wo die bewussten Hör-  
wahrnehmungen zustande kommen und die Bewegungen  
(zum Tanzen!) vorbereitet werden. Wiederum überrascht  
uns der Dichter mit ganz konkreten anatomischen Tatsa-  
chen, die er in seinem Gedicht verkündet!*

*«Schweigen, Stille» – Jedoch im Baum singt es. Dieses  
Singen in der Stille kennen wir alle, es ist das Eigenge-  
räusch des Gehörs, das Rilke als Urgeräusch viele Jahre  
beschäftigt hat. Dem er, im Gegensatz zur Medizin, die es  
üblicherweise pathologisiert, große Bedeutung beimisst ...*

*«Tiere aus Stille» ... weil sich in ihm das Leben selbst  
empor entwickelt. Das Gehör ist vorgeburtlich der entschei-  
dende Antrieb der zerebralen Entwicklung und damit der  
Entfaltung jedes Tiers, jedes Menschen. Im Hören bezieht  
das Hirn Energiebotschaften, die es für die Vernetzung der  
Rinde benötigt.*

*«Zugang, dessen Pfosten beben» – Es sind die Gehör-  
knöchelchen, die das Trommelfell rühren. Ihre Bedeutung ist  
so enorm, sodass sie Rilke mit Recht als Tempeltor bezeich-  
net. Brünstiges Geröhr, Geburtsschrei, Brüllen des Klein-  
kinds sind Nebensachen im Vergleich zum Hören, welches  
das kortikale Wachstum in Gang setzt.*

*Das Gehör kann als raffinierter Resonanzapparat ver-  
standen werden. Räumliche, zeitliche, frequenzuelle Muster  
werden auf verschiedene Weise interpretiert, diskriminiert  
und kombiniert, wodurch eine Parallelwelt im Kopf entsteht,  
die ein Abbild der Außenwelt ist. Das Zauberwort, das  
diese Leistung am besten trifft, heißt Synchronisierung.  
Auch Psychofonie basiert auf diesem Prinzip, das, insbeson-  
dere im Hirn, ein wahrhaft universelles Prinzip ist.*

*Dass wir hier nicht Theorie zum Selbstzweck machen,  
belegt der zweite Teil des Interviews mit Dr. med. Klaus  
Tereh, der aus seiner Berner Psychofonie-Anwendungspraxis  
berichtet. Eindringlich ist zu lesen, wie konkret und kraft-  
voll die Psychofonie das Vegetativum harmonisiert, damit es  
die Stressoren des Alltags wieder elastisch abzufedern ver-  
mag. Lesen Sie hier auch, warum das Vegetativum unser  
aller A und O des Wohlbefindens ist.*

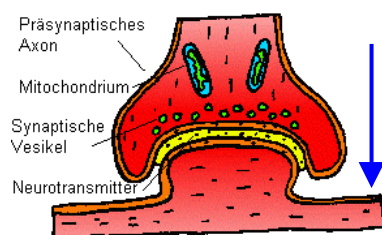
*Herzlichst Ihr Bruno Fricker*

<sup>1</sup> DO 19. Jan. 2006 19:30 Uhr im HB-Zürich, Restaurant Au Premier, siehe Inserat zum Ausschneiden am Schluss dieses Rundschreibens

## Was ist eigentlich Neuroplastizität?

«Musik als Motor kortikaler Plastizität»? Da ich Sie auf den Vortrag «gluschtig» machen will, ist dieser Vortragstitel erklärungsbedürftig. Es dürfte bekannt sein, dass im Hirn viele Milliarden Nervenzellen dafür verantwortlich sind, dass wir Musik erleben können. Jedes Neuron (jede Nervenzelle) ist mit Hunderten anderer Neuronen verschaltet, sie bilden ein gigantisches neuronales Netzwerk, in dem unvorstellbare Informationsmengen zirkulieren und das in zahlreiche spezialisierte «Teilhirne» gegliedert ist. Seine Komplexität ist so gewaltig, dass unser Gehirn, ohne zu übertreiben, als Kosmos gelten kann.

In den Neuronen fließen die Botschaften als elektrische Impulse vom Zellkörper zu den Axonen, die man sich als elektrisch isolierte Leiter vorstellen darf. Sie suchen den Kontakt zu anderen Neuronen, um Botschaften weiterzureichen. Anders als in einer Telefonzentrale stellen die Leiter aber nicht einen direkten Kontakt zwischen den Neuronen her. Viele Axone enden an *Synapsen*, die als eine Art Torhüter den Zutritt zu den kontaktierten Nervenzellen durch einen Spalt kontrollieren.



Die Stärke der Informationsübergangs wird chemisch durch Neurotransmitter reguliert, die bei Erregungsankunft aus den synaptischen Vesikeln (Bläschen) mehr oder weniger stark in den gelben Spalt geschüttet werden. Die Neurotransmitter passieren den Spalt in einer Tausendstelsekunde und binden sich an die Rezeptoren der postsynaptischen Membran. Es

entsteht dort ein postsynaptisches Potential. Neurotransmitter wirken erregend oder hemmend auf die postsynaptische Membran. Es können sich in der kontaktierten Zelle entweder weitere Impulse bilden, oder die Bildung von Impulsen wird gebremst.

Synapsen sind höchst lebendige Wunderapparate, die durch den Gebrauch laufend ausgebaut werden bzw. durch den Nichtgebrauch laufend verkümmern. Dies trifft, wie neuere Forschungen gezeigt haben, auch im hohen Alter zu. Beim Neugeborenen sind 120 Milliarden Nervenzellen schon fertig vorhanden, aber die Kontaktierung untereinander ist noch ungeordnet und relativ dünn: es gibt nur wenige leistungsfähige Verbindungen. Dies ändert sich aber rasch, denn das Hirn kann gar nichts anderes tun, als lernen. Lernen bedeutet nichts anderes, als Vermehrung und Gewichtung dieser neuronalen Verknüpfungen.

Wenn ein Kind die Stimme der Mutter hört – und das geschieht bereits mitten in der Schwangerschaft – dann speichert es dieses Muster und bringt es später mit Gefühlen wie Geborgenheit, Behagen und Hungerstillung in Verbindung. Später verbindet es damit auch den Geruch und den Geschmack sowie zärtliche Tastempfindungen. Die Sinneszellen wandeln äußere Erfahrungen um und geben diese über synaptische Hierarchien weiter, letztlich an die Hirnrinde (Kortex). Die Stärke der Empfindung liegt nicht an der Stärke der Übertragungsimpulse, sondern an den Stärken der vermittelnden synaptischen Verbindungen.

Bei einem jungen Erwachsenen ist das persönliche neuronale Netzwerk weitgehend fertig. Und nur dieses Netz steht ihm dann für weiteres Lernen zu Verfügung. Das Wissen – nebst allen andern Eigenschaften, die eine Person ausmachen – ist in den komplexen Mustern der synaptischen Stärken gespeichert. Je größer das

Vorwissen ist, desto anschlussfähiger sind neue Inhalte. Ein Gedanke oder ein Gefühl ist ein komplexes Muster gleichzeitig erregter Synapsen. Wir haben hierzu das Bild der gleichzeitig blinkenden Lampen eines Flugplatzes im Lichterflimmern der Großstadt herangezogen. Das gleichzeitige Blinken bzw. Aktivieren von Synapsen kommt im Hirn durch äußerst raffinierte *Resonanzen* zustande, also durch zeitliche und örtliche Synchronizitäten.

Hier spielt die Musik eine herausragende Rolle. Die Musik entfaltet sich als zeitliches und, durch die frequenzielle Zerlegungsarbeit der Hörschnecke in Tausende Axone, auch räumlich strukturiertes Muster<sup>2</sup>. Wie nichts Vergleichbares in der Umwelt hat Musik einen äußerst dichten Informationsgehalt<sup>3</sup>. Sie kräuselt wohltuend die Gefühlsebene, appelliert an den Noten lesenden Verstand und synchronisiert die spielende oder tanzende Motorik. Kurz, sie aktiviert in besonderer Weise das ganze Gehirn.

Als Motor der Synapsenproduktion hat Musik deshalb einen ganz besonderen Wert. Das Gebiet erfreut sich heute großer Aufmerksamkeit bei Forschern und auch im praktischen Schulbetrieb. Leider nehmen es die Bildungspolitiker noch zu wenig ernst. Dazu wird uns Professor Jäncke viel Erstaunliches und Wissenswertes näher bringen. Kommen Sie doch an der Vortrag – es lohnt sich!

Bereits 1949 hat Donald O. Hebb die Regel aufgestellt, je häufiger ein Neuron A gleichzeitig mit Neuron B aktiv ist, umso bevorzugter werden die beiden Neuronen aufeinander reagieren: «What fires together wires together.» Es gilt inzwischen als gesichert, dass die von ihm entdeckte *synaptische Plastizität* die Grundlage von Lernen und Gedächtnis darstellt.<sup>4</sup>

<sup>2</sup> Tonotopie

<sup>3</sup> viel mehr Bits/sec als bei Sprache

<sup>4</sup> weiteres bei <http://de.wikipedia.org>

---

## Musik und das vegetative Nervensystem

---

Als Konsumgut erreicht Musik die Menschen auf der Gefühls-ebene, als Kunstform scheint Musik vor allem hochstehend kortikale Ebenen zu erregen und zu entwickeln. Weniger untersucht ist die Wirkung von Musik in den Ebenen, die wir mit der Tierwelt teilen: im *Vegetativum*. Dabei ist gerade hier ein großes therapeutisches Potential! In meinem Referat vor der Schweizerischen Gesellschaft für klinische Neurophysiologie 4/2004 habe ich die Meinung vertreten, dass bei der Psychofonie-Musik tief unbewusste, offensichtlich vegetative Verhaltensänderungen im Zentrum stehen. Der langsam aufbauende Schmerzlösung und Beruhigung im Magendarmbereich während 3-monatiger Anwendung und danach müssen zentrale vegetative Umstimmungen zu Grunde liegen.

Es mag überraschen, dass zahlreiche Untersuchungen zur akustischen Wahrnehmung und auditiven Speicherung im Fötus diese These stützen, denn im mittleren Gestationsalter sind zwar das Gehör und die frühen akustischen Kerne funktionstüchtig, nicht aber die kortikalen und limbischen Strukturen, die für die affektive und kognitive Musikrezeption bei Erwachsenen im Vordergrund stehen. Trotzdem zeigen die Föten schon früh zahlreiche vegetative Reaktionen und Gedächtnisspuren, beziehungsweise Habituation auf spezifische uterine Schallreize. Hierzu hat Lamparter 29 Arbeiten aus 50 Jahren systematisch zusammengestellt.<sup>5</sup>

Wenn ein Musiktherapeut sich mit Saitenklängen und Gesang auf die Atmung eines gelähmten Wachkomapatienten einschwingt und diesen damit und nur damit

zu motorischen Tanzreaktionen bewegen kann, dann ist auch dies ein Hinweis auf die Kraft der vegetativen Regularisierung und der unbewussten Resonanzeffekte im Gehörapparat. Ich bin überzeugt, dass in der resonanten Einflussnahme über die Hörbahn auf das Neurovegetativum ein bedeutender therapeutischer Zugang brach liegt!

Wir haben diesen Zugang in der Psychofonie für den Arzt und für die Klienten auf unkomplizierte Weise systematisch genutzt. Dies ist der Grund für den therapeutischen Erfolg unserer neurophysiologischen Klangtherapie. Es ist zu wünschen, dass die Spur, die wir in dieser Hinsicht in der Schweiz gelegt haben, auch hier das Interesse von universitären Kreisen finden wird, zumal das EEG, das vielerorts zur Verfügung steht, bei unserem Verfahren eine zentrale Rolle spielt.

---

## Was ist überhaupt «das Vegetativum»?

---

Der Mensch ist Körper und Geist, so sieht es die Volksweisheit. Dazwischen gibt es eine Achse, die zwischen beiden vermittelt. An dieser Achse sind beide Aspekte, Psyche und Soma, verbunden. Aus dem psychischen Bereich fließen dem vegetativen Nervensystem Impulse zu, die bei bestimmter Wirkungsdauer und Intensität krankhafte Veränderungen an inneren Organen hervorrufen können. Umgekehrt vergisst der Mensch seine Verletzungen; sein Vegetativum vergisst sie aber nie. Das Vegetativum ist das psychosomatische Zentrum.

Balthasar Staehelin, der Zürcher Pionier der Psychosomatik, hat sogar vom «psychosomatischen Christus» gesprochen, von einem biologisch-geistigen Absoluten im Menschen. Das Vegetativum hat durchaus numinosen Charakter, denn es dient der Lebenserhaltung. Es ist das wichtigste Zentrum im Menschen. Ist das Vegetativum heil, fühlt sich der

Mensch gesund. Auch die Schweizer Neurologie kümmert sich neuerdings um das Vegetativum, denn es ist erstmals Schwerpunkt-Thema an der Jahrestagung 2006.

Über das Vegetativum haben wir einen Kenner der Materie, ETH-Professor Hans Zeier, schon zu Beginn unserer Psychofonie-Bemühungen anlässlich der internationalen Psychofonie-Tagung in Sils-Maria 9/1997 sprechen lassen. Hier die Zusammenfassung:

Man unterscheidet das vegetative vom somatischen Nervensystem. Letzteres steuert das Willkürverhalten, unser Gehen unser Sprechen, alles was wir bewusst tun. Jeder, der Velo fahren gelernt hat, weiß, dass es lernbar ist. Lange Zeit wurde geglaubt, dass das vegetative Nervensystem nicht bewusst trainiert werden könne. Zu tief verborgen und zu elementar sind die Lebensvorgänge, die es steuert (Verdauung, Kreislauf, Atmung, Stressreaktionen, Sexualität, Muskeltonus). Noch 1961 konnte man in einem Standardlehrbuch für Psychologie lesen, dass die operante Konditionierung dem Willkürverhalten vorbehalten sei und das vegetative Nervensystem nicht instrumentell konditioniert werden könne. Inzwischen hat die Wissenschaft diese Meinung widerlegt.

Beispielsweise konnten Versuchspersonen durch eine EKG-Rückmeldung dazu gebracht werden, die Herzfrequenz von 85 auf 160 Schläge pro Minute zu steigern, ohne jede körperliche Aktivität. Hunden, denen es durch eine Injektion schlecht wurde, erbrachen bald nur durch den Anblick einer Spritze. Auf ähnliche Weise ließen sich Pupillenreaktionen, Durchblutungssteigerungen, Muskelentspannungen, Migräneanfälle instrumentell konditionieren. Heute wird die progressive Muskelentspannungsübung von Jacobson zur Kopfwehprophylaxe offiziell empfohlen. Zeier erwähnte noch eine Fülle Hinweisen auf die plastische Natur des Vegetativums.

---

<sup>5</sup> Lamparter, U. et.al.: Zur Frage der pränatalen akustischen Wahrnehmung – eine Literaturübersicht aus psychosomatischer Sicht. PPM Psychother. Psychosom. Med. Psychol. 43 (1993); 30-35.

Es ist möglich, das Vegetativum durch Tricks zu trainieren, auch durch Musik. In einem kontrollierten Experiment hat man Versuchspersonen dazu gebracht, sich spontane Muskelzuckungen abzugewöhnen, indem sie lernten, Musik ohne Störgeräusche zu hören. Die Störgeräusche wurden durch die Muskelzuckungen eingespielt. Die Probanden lernten es ganz ohne zu wissen, was sie taten.

Zeier geht dann auf eine ganze Reihe von Biofeedbackmethoden ein, mit denen das Vegetativum beeinflusst werden kann. Er weist damit nach, dass es mit nichtmedikamentösen Verfahren möglich ist, im Vegetativum therapeutisch Einfluss zu nehmen, nur wird das in der Schweiz systematisch unterdrückt. Dabei wären solche Ansätze, zu denen auch die Psychofonie gehört, besonders bei chronischen Erkrankungen sehr nützlich. Das 30seitige Referat von Hans Zeier kann neuerdings unter [www.psychofonie.ch](http://www.psychofonie.ch) als pdf-File heruntergeladen werden.

In unserem Psychofonie-Buch hat Klaus Tereh viel Wissenswertes über das Vegetativum zusammengetragen. Sie können jetzt sogar im Internet in diesem Buch lesen, indem Sie auf unserer Homepage unter dem Buch auf Stichwortsuche klicken. Dazu müssen Sie sich bei «Google Buchsuche» anmelden, sobald es verlangt wird. Dies ist kostenlos. Schlagen Sie unter dem Stichwort «Vegetativum» selber nach! Lesen Sie mehr über seine Polarität und über das Zusammenspiel der beiden Stressachsen, über die Klaus Tereh auch im folgenden Interview berichtet.

---

#### Impressum:

Redaktion: Bruno Fricker  
 bruno.fricker@spectralab.ch  
 Druck und Verlag:  
 Spectralab, CH-8802 Kilchberg  
 Tel. 044 715 54 27  
 Fax 044 715 54 47  
 Internet: [www.psychofonie.ch](http://www.psychofonie.ch)  
 Lektorat Ursula Fricker  
[www.my-e-secretary.ch](http://www.my-e-secretary.ch)

---



---

### Interview mit Dr. med. Klaus Tereh – 2. Teil (Fortsetzung)

---



Praxis für Allgemeinmedizin, Waisenhausplatz 10, 3011 Bern, Tel. 031-328 22 24

#### Interviewer B. Fricker: Klaus Tereh, wann empfiehlst du deinen Patienten Psychofonie besonders?

Auch bei mir stehen die klassischen Indikationen für Psychofonie an erster Stelle: Spannungskopfschmerz, funktionelle Beschwerden jeglicher Art, chronische Schmerzen, Depressionen, Angstzustände, allgemeine Stresszustände. Allerdings kläre ich vorerst sorgfältig ab, was die Psychofonie von Fall zu Fall bringen kann. Es ist nicht so, dass ich einem Migräniker z.B. zum vornherein eine Psychofonie verschreibe, ohne dass ich ihn sorgfältig abgeklärt hätte auf mögliche Ursachen seiner Migräne. So können ohne weiteres vorausgehende therapeutische Schritte erfolgen. Falls sie erfolglos bleiben, schlage ich als zweiten Schritt die Psychofonie vor.

Im Vordergrund für die Entscheidung, ob ich die Psychofonie einem Patienten empfehle oder nicht, steht weniger die Diagnose als vielmehr das Gesamtbild des Patienten: Wie geht er mit seinen Problemen um, wie ist er durch sie beeinflusst, in seinen alltäglichen Verrichtungen, in seiner Arbeit, in seinen Beziehungen, wie passt das Beschwerdebild zu seiner Persönlichkeit? Ist er ein Mensch, der seine Beschwerden eher medikamentös behandeln will, oder will er seine gesundheitlichen Probleme im Gesamtzusammenhang seines Daseins lösen.

Wir haben gemeinsam eine Volkshochschul-Vorlesung gehalten und dann aus diesem Stoff das Buch «Psychofonie - Die heilkräftige Klangquelle in meinem Kopf» geschrieben. Dabei hast du das Vegetativum ins Zentrum deiner Überlegungen gestellt. Was verstehst du unter «Vegetativum»?

Unter dem Vegetativum verstehe ich die Gesamtheit von Anatomie, Morphologie und Funktion des vegetativen Nervensystems. Eine akute Erkrankung, eine Grippe beispielsweise, verschwindet in der Regel mit dem Verschwinden der Symptome (Fieber, Kopfweh, Gliederschmerzen). Vom Vegetativum aus gesehen haben wir zum Beginn der Erkrankung eine ausgeprägte parasympathische Phase (hohes Fieber, Kopfweh, etc.), die durch eine sympathische Gegenregulation (starkes Schwitzen, Müdigkeit, etc.) neutralisiert wird, was zur Abheilung führt.

#### Warum ist das Vegetativum bei der Behandlung derart zentral?

Dies zeigt sich bei einer chronischen Erkrankung, wo das Vegetativum in seinen regulatorischen Möglichkeiten eingeschränkt ist: Es ist immer in einer parasympathischen resp. sympathischen Regulation blockiert, d.h. ausser Gleichgewicht. Dieses mangelnde Gleichgewicht äussert sich in den entsprechenden chronischen Symptomen, deren Behandlung durch Medikamente nicht gleichzeitig die Auflösung der Krankheit bedeutet. Die Regulation des Organismus durch das Vegetativum ist also nachhaltig gestört, was zu Funktionsveränderungen bis zu Organversagen führt. Die Störung liegt demnach auf einer tieferen Ebene und umfasst somit weitere Teile als bei einer akuten Erkrankung.

#### Was bedeutet dies in Bezug auf die Behandlung des Vegetativums?

Das Vegetativum ist mit dem gesamten vegetativen Nervensystem, also mit sich selbst und somit mit dem gesamten Organismus verbunden. Dadurch reagiert es

auf alle innerorganismischen Einflüsse wie auch auf Impulse, die von außen auf den Organismus kommen. Insofern repräsentiert das Vegetativum die Gesamtheit des Organismus, eingebunden in sein physikalisches, biologisches wie auch soziales Umfeld. Bei einer chronischen Erkrankung ist somit die Gesamtheit des Organismus betroffen, und sie muss infolgedessen entsprechend therapiert werden. Das heißt, dass der Einbezug des Vegetativums in die Therapie chronischer Erkrankungen obligatorisch ist, um zum Erfolg zu gelangen. Erst mit dem Wiederherstellen der Regulationsfähigkeit des Vegetativums sind die Voraussetzungen geschaffen, chronische Krankheiten zu behandeln und zum Abheilen zu bringen. Deshalb ist die Psychofonie ein derart wichtiges therapeutisches Instrument in den Händen von Ärzten und Therapeuten.

**Welche Verbindung besteht in deiner Vorstellung zum EEG, wie kann sich ein vegetatives Problem im EEG individuell ausdrücken?**

Einfach und pauschal ausgedrückt, widerspiegeln sich im EEG die individuellen elektrophysiologischen Zustände der Gehirnfunktionen, somit auch der Zustände der regulatorischen Zentren des Vegetativums und seinen intrazerebralen Verbindungen. Entsprechend dem Bau des Vegetativums widerspiegelt sich die individuelle vegetative Befindlichkeit im EEG auf der somatischen, emotionalen wie auch mentalen Ebene, genau der Ebenen, welche durch die Psychofonie stabilisierend behandelt werden.

**Warum bietet aus deiner Sicht das Gehör einen Zugang zu einer vegetativen Regularisierung? Welche Einsichten hast du dazu aus eurer Psychofonie-Praxis?**

Seit jeher wurden Klänge und Tonfolgen therapeutisch wie auch pädagogisch genutzt. Diese jahrtausendalte Tradition beruht einerseits auf der anatomischen Tatsache, dass die Gehörbahnen

durch die regulatorische Zentren des Vegetativums im Gehirn verlaufen, andererseits auf den Beobachtungen, dass Klänge und Tonfolgen einen unterschiedlichen Einfluss auf den Organismus haben können. Jeder, der Musik hört, weiß um diese Zusammenhänge. Innovativ bei der Psychofonie ist, dass nicht eine beliebige Tonfolge zur Behandlung des Vegetativums gewählt wird wie zum Beispiel bei Entspannungsmusik (Hauptsache es tönt harmonisch), sondern die individuellen Befindlichkeit und Kompetenz des Vegetativums, die individuell abgebildet ist im EEG, das 1:1 in Klänge umgesetzt wird. Somit haben die Nutzer ihr individuelles musikalisches «Wohlfühlprogramm», welches als Lernprogramm durch regelmäßiges Abhören dient. Die Psychofonie ist derart erfolgreich, weil sie individuell und nicht beliebig abgebildet ist. Dies drückt sich darin aus, dass die Nutzer bereits in kurzer Zeit das Gefühl haben, dass es ihnen gut tut, die Psychofonie abzuhören, worauf sie schon nach wenigen Wochen über eine positiv verändertes Allgemeinbefinden berichten (entspannter, zentrierter, harmonischer, mehr Abstand zu den Alltagsbelastungen etc.).

**Deine Frau Carina leitet bei euch das EEG ab und sorgt für eine optimale Instrumentenauswahl. Wie geht sie dabei vor?**

Carina leitet das EEG in einem möglichst lärmfreien, entspannenden Umfeld ab. Die Patienten sind in liegender Position, was den Entspannungseffekt noch erhöht. Die Patienten wählen die Instrumente selber aus, indem sie eine CD nach Hause bekommen, auf welcher die zur Wahl stehenden Instrumente abgespielt und in Ruhe ausgewählt werden können. Auf einer Liste werden schließlich die vier erwünschten Instrumente angekreuzt, die zusammen mit den EEG-Daten dem Psychofonie-Labor als Arbeitsgrundlage dienen, um die Klangfolgen individuell passend herzustellen.

**Du schreibst: «Der Organismus ist der Resonanzboden aller Klänge, auch der Stimme.» Dahinter steckt wohl eine tiefere Einsicht. Kannst du in Kürze etwas darüber sagen?**

Jeder Körper, auch der menschliche Organismus, dient als Resonanzboden, der stimmig oder verstimmte sein kann. Die eigene Stimme bringt den Organismus ebenso in Resonanz wie andere Klänge und Rhythmen auch. Der Resonanzboden hat einen eigenen physikalischen Grundton, infolgedessen hat auch jeder Mensch seinen individuellen Grundton. Die eigene Stimme enthält einerseits diesen Grundton, regt in wiederum durch ihren Einfluss auf den Organismus an. Der individuelle Grundton wirkt auf den Organismus therapeutisch – durch seine Anwendung kann die «Verstimmung» im Organismus aufgelöst werden. Die «Verstimmung» des Organismus zeigt sich auch in der «Verstimmung» der eigenen Stimme, wie wir alle aus eigener Erfahrung wissen. Die «verstimmte» Stimme kann im Gegensatz zur «stimmigen» Stimme nicht therapeutisch wirken. Allgemein ist die Stimme ebenso ein energetisches Ereignis, das unser ganzes Sein durchdringt, wie die Musik oder andere Klangformen.

**Hast du spezielle Wünsche an das Labor und/oder Anregungen für eine Weiterentwicklung der Psychofonie?**

Wie alle großen Entdeckungen besticht die Psychofonie durch ihre Einfachheit und Klarheit. Da das Konzept der Psychofonie im Labor optimal umgesetzt wird, habe ich diesbezüglich keine Veränderungswünsche. Vorstellbar ist für mich lediglich, dass die Psychofonie insoweit geöffnet wird in ihrer Anwendung, dass ein Link zu anderen akustischen therapeutischen Maßnahmen (Grundtontherapie, einzelne Heilfrequenzen, o.ä., vorausgesetzt, sie sind individueller Art) in die Psychofonie integriert werden könnte. Mehr als technische Neuerungen oder Ver-

änderungen interessiert mich eine verbesserte Verbreitung der Psychofonie in der Bevölkerung.

Wie würdest du dich zu einer Psychofonie für Autofahrer stellen, eine EEG-Aufnahme also für Gesunde vor einem allfälligen Crash mit seinen oft schlimmen und langwierigen Folgen (Schleudertrauma)?

In den letzten Jahren wurden in vielen Ländern Überlegungen angestellt, wie der gesundheitliche Zustand der Bevölkerung derart positiv beeinflusst werden kann, damit Krankheiten, die durch Fehlverhalten verursacht werden (Essgewohnheiten, zuwenig Bewegung, Gebrauch von Drogen und Genussmitteln, mangelnde Psychohygiene, allgemein mangelnde Diätetik), vermieden werden, um somit die Gesundheitskosten reduzieren zu können. In dieser Hinsicht kann die Psychofonie eine tragende Rolle spielen, da sie durch die allgemeine Entspannung des Vegetativums zu einer gesundheitlichen Stabilisierung auf allen Ebenen unseres Organismus führt. Das ausgeglichene Vegetativum bewirkt, um auf dein Beispiel der Autofahrer zu sprechen zu kommen, eine Veränderung im Straßenverkehr: Die Unfallrate würde abnehmen, aber auch die Folgen der Unfälle könnten derart vermindert werden, dass eine Komplizierung der Unfallfolgen weniger wahrscheinlich wird. Überdies können auch Unfallfolgen, wie am Beispiel des Schleudertraumas gezeigt werden konnte, wo die Psychofonie große therapeutische Erfolge bewirkt, positiv beeinflusst werden.

Du interessierst dich insbesondere auch für die Altersmedizin, also für die vielen gesundheitlichen Fragen, die unsere verlängerte Lebenserwartung mit sich bringt. Welche Vision hast du in dieser Hinsicht? Kann Psychofonie dabei eine Rolle spielen?

In der Altersmedizin kann ich mir für die Psychofonie eine zentrale Funktion vorstellen. Alterung bedeutet Abnahme der somati-

schen Lebenskompetenz. Da das Vegetativum grundsätzliche Lebensfunktionen steuert, kann eine Harmonisierung der vegetativen Funktionen zur Verbesserung der Lebensqualität führen. Die erfolgreiche Anwendung in der Anti-Aging-Medizin von regelmäßigen Procainspritzen<sup>6</sup>, die positiv regulatorisch auf die vegetativen Funktionen wirken, belegen diese Aussage. *Lebensqualität hat einen direkten Zusammenhang zur Funktionsqualität des Vegetativums.* Das Vegetativum entscheidet über unser Wohlbefinden, über Krankheit oder Gesundheit. Bei der regelmäßigen Anwendung der Psychofonie im Alter ist eine verlängerte Lebensspanne bei verbesserter Lebensqualität zu erwarten.

Bisher gab es Anwendungen der Psychofonie bei Migräne und Spannungskopfschmerz sowie bei Mischformen, bei Angst und Panik, Depressionen, Traumata, Tinnitus, POS, nervösen Magen-darmbeschwerden, Schlafstörungen, nervösen Herzbeschwerden, Burnout-Syndrom, vegetative Anpassung bei Jet-Lag oder Höhenwechsel, zum besseren Stress-Coping, chronischen Schmerzen, insbesondere im Hals- und Kopfbereich, für eine verbesserte Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit oder einfach für die Entspannung. Welche Psychofonie-Anwendung liegt dir besonders am Herzen?

Jegliche Anwendung der Psychofonie bei einer Vielzahl von Erkrankungen liegen mir am Herzen. Ich spreche bewusst von «am Herzen», da der Therapieerfolg durch Psychofonie nicht nur intellektuell befriedigend ist, sondern für den Therapeuten wie für den Patienten eine äußerst erfüllende Erfahrung ist. Mit der Psychofonie verschwinden nicht nur Symptome, sondern der Nutzer der Psychofonie erfährt sich auf eine alte-neue Weise, er kommt zu sich zurück. Damit kann er seine Lebenskompetenz auf allen Ebenen aus-

weiten, ohne weiterhin unter den Blockaden des Krankseins leiden zu müssen und entsprechend eingeschränkt zu sein. Diese Wirkung hat die Psychofonie auch auf die vermeintlich Gesunden durch Harmonisierung und Qualitätssteigerung der Lebensfunktionen. Natürlich ist die Psychofonie nicht ein Allerweltsheilmittel für alle Krankheiten, aber dort, wo sie erfolgreich eingesetzt werden kann, insbesondere bei allen funktionellen Erkrankungen und bei den regulativen und funktionellen Begleiterscheinungen chronischer Erkrankungen (somatischer wie auch psychischer Art), dort wirkt sie auf eine Art heilsam, die den ganzen Menschen umfasst. –

Klaus Tereh, ich danke dir für dieses aufschlussreiche Gespräch und wünsche dir und deiner Gattin weiterhin viel Erfolg mit Psychofonie!

Bitte ausschneiden ----- ✂ -----  
und in die Agenda legen

### Psychofonie-Symposium 2006

Eintritt Fr. 10.-

### Prof. Dr. Lutz Jäncke

Lehrstuhl für Neuropsychologie  
Universität Zürich

spricht über

### Musik als Motor kortikaler Plastizität

Diskussion mit dem Publikum

Donnerstag, 19. Januar 2006  
19:30 Uhr

Zürich Hauptbahnhof  
Restaurant Au Premier 1. Stock

Dies ist eine weitere  
öffentliche Veranstaltung der

Schweizerischen Förder-  
gesellschaft für Psychofonie®

Für mehr Musik in der Medizin

<sup>6</sup> Procain ist das gut verträgliche Lokalanästhetikum der Neuraltherapie