

Kilchberg Psychofonie – «Musikament» statt Medikament

Wenn die Hirnströme klingen

Psychofonie kann das vegetative Nervensystem beruhigen, Schmerzen auflösen und Beschwerden verringern: Der Kilchberger Bruno Fricker ist überzeugt von dieser Klangtherapie.

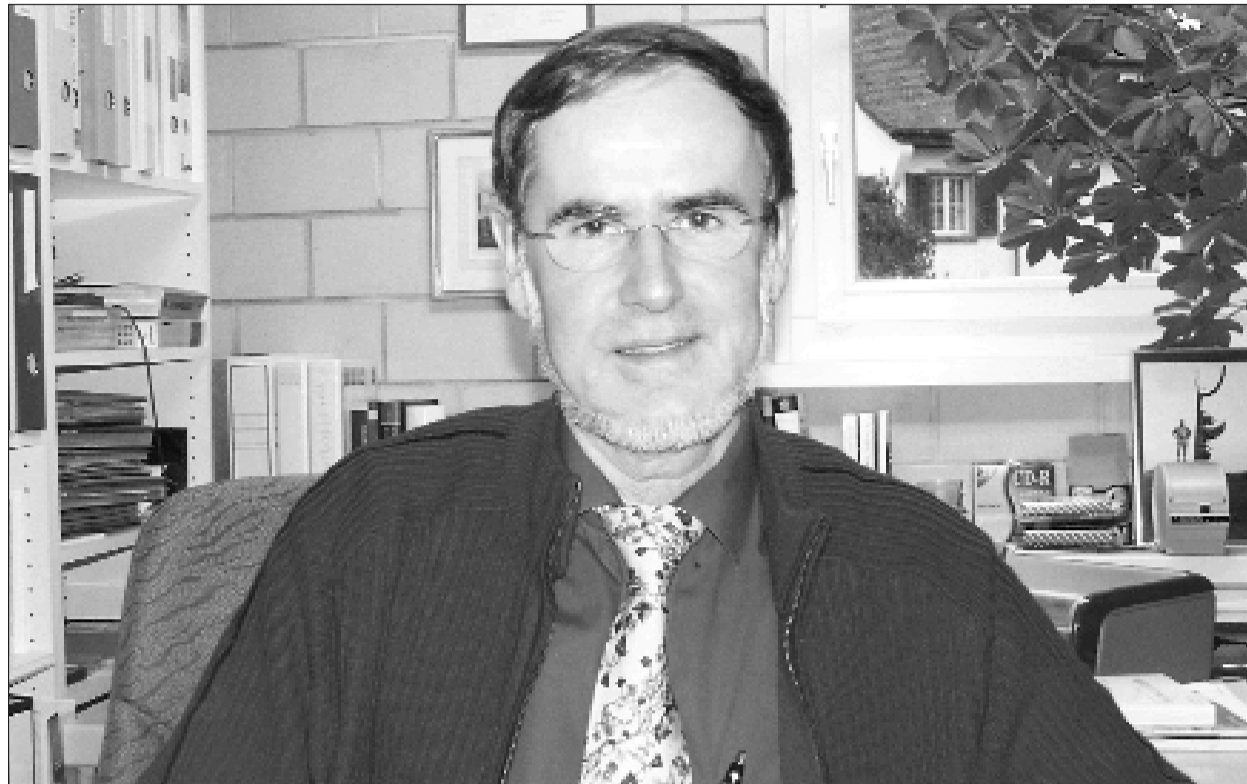
Viviane Schwizer

Bruno Fricker ist diplomierte ETH-Physiker. Er lebt in Kilchberg, wo er 1979 das Fachgeschäft «Spectralab» für Messtechnik und Computer-Support gründete und seither unterhält. Sein Interesse erstreckte sich bereits im Studium auf die medizinische Messtechnik. In Zusammenarbeit mit einem Neurologen entwickelte er am Zürcher Kinderspital erste Computerprogramme, die Elektroenzephalogramme (EEG) bei Kindern auswerten. Diese medizinische Diagnostik ist wichtig, wenn beispielsweise ein Verdacht auf Epilepsie besteht. Dass die Geräte «nur» als Diagnoseinstrumente eingesetzt werden konnten, motivierte Fricker zum Weiterdenken. Er sah es als sein Fernziel, das Wissen um die Hirnströme auch therapeutisch zu nutzen.

Geplagt durch Migräne

Bruno Frickers Frau litt vor Jahren an Migräne, welche die vierfache Mutter stark beeinträchtigte und in ihren Aktivitäten immer wieder lahm legte. Zufällig hörte Bruno Fricker damals von der «Psychofonie», die im Ausland schon bekannter war als in der Schweiz und die seiner Frau vielleicht helfen könnte. Psychofonie sei, wie er erfuhr, besonders angezeigt bei Beschwerden wie Migräne, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Stress, Angstzustände, Schleudertraumata, Schlafstörungen usw., weil die Eigentherapie beruhigend und regulierend auf das vegetative Nervensystem einwirke.

Es war für Bruno Fricker, als hätte ihn ein Geistesblitz der Erkenntnis getroffen: Die Therapie entsprach seinem Wunsch, die Hirnströme auch therapeutisch zu nutzen. Begeistert gründete er 1996 die Schweizerische Fördergesellschaft für Psychofonie und wurde deren Präsident. Seither ist seine Begeisterung



Der Kilchberger Bruno Fricker setzt auf Psychofonie. Seit zehn Jahren ist er Präsident der Schweizerischen Fördergesellschaft der Psychofonie. (Viviane Schwizer)

für die nicht pharmakologisch ausgeführte Therapie geblieben. Er setzt sich, zusammen mit seiner Frau, als Computerfachmann und Buchautor etwa zur Hälfte für diese Sparte im Bereich der Alternativmedizin ein.

Was ist Psychofonie?

Im Hirn findet ein immenser Informationsaustausch statt, der laut Bruno Fricker am ehesten mit einem grossen Orchester verglichen werden kann. Es ist möglich, dass der Informationsansturm zu gross ist, Stress auslöst und Beschwerden – etwa Migräne – verursacht. Mit Psychofonie kann dieser Reizüberflutung auf natürliche Weise entgegengewirkt werden.

Der Physiker erklärt: «Das individuelle Muster der Hirnströme spiegelt das momentane Befinden. Kein Mess-Signal ist näher an der Psyche dran. Für die Psychofonie wird anhand der mit dem Computer in einem Moment der Schmerzfremheit und des Wohlbefindens erfassten EEG-Wellen eine persönliche Klang- und Rhythmusfolge errechnet.»

Diese persönliche Klangfolge reguliert das vegetative Nervensystem,

wirkt erfrischend, entspannend und schmerzlindernd zugleich. Laut medizinischen Studien ist in 60 bis 80 Prozent der Fälle eine Wirksamkeit belegt.

Der Fachmann aus Kilchberg setzt mit Nachdruck auf das «Musikament», statt auf eine chronische Medikamenteneinnahme. Mit gelegentlichen Notfallmitteln kann Psychofonie sinnvoll kombiniert werden. Er arbeitet eng mit Hausärzten mit Lizenz in Psychofonie zusammen. Eine Psychofonie kostet rund 900 Franken. Dies beinhaltet die Aufzeichnung des EEGs und die Herstellung der Hör-CD mit der eigenen Klangmelodie anhand der persönlichen Hirnströme.

Der Nutzen der Therapie ist für Fricker gross und nachhaltig: «Wer regelmässig dreimal täglich via Kopfhörer während zehn Minuten seine Klangsequenz hört, erfährt die enorme Heilkraft über das Ohr und kann seine täglichen Kopfwehpillen oder Schlafmittel entsorgen.»

Tiefe Entspannung im Kopf

Psychofonie ist nicht mit herkömmlicher Musik zu vergleichen. Die Klang-

folge gleicht eher einem Naturphänomen. Darum verleihe die «Musik» auch nicht, erklärt Bruno Fricker. Auch dem Rauschen von Wellen oder dem Plätschern eines Baches werde man nicht überdrüssig. In der Psychofonie höre man das ureigene EEG-Muster «wenn es mir gut geht», das eigentlich immer gefalle. Interessanterweise werden fremde Psychofonien also weniger stimmig empfunden. «Der therapeutische Zugang durch das Ohr ist angenehm und er funktioniert», erklärt Bruno Fricker voller Begeisterung. Den Beweis dafür erlebte er im Familienkreis: Seit seine Frau, die an Migräne litt, Hilfe bei der heilkräftigen Klangquelle sucht, geht es ihr entscheidend besser, und sie kommt ohne Medikamente aus. Seither haben allein in der Schweiz Tausende von Psychofonie profitiert, darunter auch nicht selten schwere austerapierte Fälle. Bruno Fricker möchte auch weiterhin den von Stress geplagten Menschen den Nutzen von Psychofonie nahe bringen.

Beratungsstelle der Fördergesellschaft Psychofonie, Bruno Fricker: Telefon 044 715 54 27 (Beratungstelefon kostenlos). Internet: www.psychofonie.ch.

Veranstaltung

Weltgebetstag im «Zeichen der Zeit»

Rüschlikon. Auch Rüschlikon begeht den Weltgebetstag 2006 am kommenden Freitag mit einer ökumenischen Feier. Sie findet am Freitag, um 19.30 Uhr, in der katholischen Kirche statt. Der Weltgebetstag (WGT) ist ökumenisch und wird von Frauen – von Laien – geplant, erarbeitet und gestaltet. Er richtet sich an alle Menschen in und auch ausserhalb der christlichen Gemeinschaft. In Rüschlikon wurde der Weltgebetstag nicht von kirchlichen Frauengruppen eingeführt, sondern vom Gemeinnützigen Frauenverein. Heute wird die Leitung abwechselnd von reformierten und katholischen Frauen übernommen. Der Frauenverein nimmt nach wie vor das Patronat für diesen Anlass wahr. Südafrika ist dieses Jahr «Gastgeber» des Weltgebetstags. Dieses Land ist mit einer der fortschrittlichsten Verfassungen der Welt ein durch und durch moderner Staat, der aber gleichzeitig mit vielen Drittweltproblemen kämpft. Seit dem Ende der Apartheid ist sehr viel getan worden und dennoch stehen noch grosse Aufgaben an. Der Weltgebetstag bietet eine Möglichkeit, sich dem Land auf spezielle Art und Weise zu nähern. Das Thema der Liturgie – «Zeichen der Zeit» – ist dem Matthäus-Evangelium 16,1–4 entnommen. Religiöse Führer baten Jesus um ein Zeichen vom Himmel. Die Verfasserinnen der Liturgie rufen uns auf, über die Zeichen der Zeit nachzudenken. Es gilt aufmerksam zu sein und auf die Zeichen der Zeit von heute zu achten. Das wichtigste «Zeichen aller Zeiten» ist für die Südafrikanerinnen der auferstandene Christus, die Quelle der Hoffnung und Freude. Die Rüschliker Organisatoren freuen sich, wenn sich viele für die Anliegen der Frauen aus Südafrika interessieren und wenn sie mit vielen tausend Menschen auf der ganzen Welt den Weltgebetstag feiern. (E)

Weltgebetstag 2006 – «Zeichen der Zeit»: Freitag, 3. März, 19.30 Uhr in der katholischen Kirche Rüschlikon. Anschliessend gemütlicher Umtrunk mit Köstlichkeiten aus Südafrika.

Rüschlikon

100 000 Franken Schaden wegen Kerzen

Bei einem Wohnungsbrand ist gestern, am frühen Montagmorgen, in Rüschlikon ein Sachschaden von zirka hunderttausend Franken entstanden. Die beiden Wohnungsbewohner wurden mit Verdacht auf Rauchvergiftung zur Kontrolle ins Spital gebracht.

Ein Alarm rüttelte gestern morgen die Mitglieder der Feuerwehr Rüschlikon-Kilchberg aus dem Schlaf. Um 5.48 Uhr kam die Nachricht, dass in der Sonnhalde eine Wohnung brenne. Wie Christoph Rengel, der designierte Feuerwehrkommandant, auf Anfrage mitteilte, trafen kurze Zeit später rund 30 Feuerwehrleute vor Ort ein.

Zu diesem Zeitpunkt hatten die beiden Bewohner der Wohnung und ihr Nachbar das Feuer bereits gelöscht. Letzterer hatte mit einem Feuerlöscher Schlimmeres verhindert und die Feuerwehr alarmiert. Wie die Kantonspolizei mitteilt, entstand durch die starke Rauch- und Russentwicklung ein Gebäude- und Mobiliarschaden im Bereich von etwa Hunderttausend Franken. Als Brandursache steht, wie die Polizei schreibt, «der fahrlässige Umgang mit Kerzen im Vordergrund der Ermittlungen». Es wird vermutet, dass die beiden Bewohner am Abend vorher vergassen, die brennenden Kerzen zu löschen. (twa)

Langnau

Rupff tritt zurück

Werner Rupff tritt per Ende März als Präsident von Langnaus reformierter Kirchgemeinde zurück. Nach zwei Amtsperioden will Rupff die Leitung in jüngere Hände geben. Sein Nachfolger in der reformierten Kirchenpflege ist Erwin Oertli. (twa)

Rüschlikon Am Freitag beginnt mit der Metzgete die Fasnacht in Röslikon

Auf eine fröhliche «Zytreis» ins Hotel Belvoir

Am nächsten Freitag beginnt in «Röslikon» mit der Metzgete in der Tracht die Fasnacht. Es folgen im Hotel Belvoir der Fasnachtsball, der Familienplauschball und die abschliessende Uslumpete.

Das närrische Treiben startet am nächsten Freitag, 3. März, um 18 Uhr, im Seerestaurant Tracht bei einer urchigen Fasnachts-Metzgete (Tisch-Reservierungen bei Peter Schlappritzi unter Telefon 044 724 05 15). Die hochwohllöbliche Bööggengilde von und zu Röslikon wird auch dieses Jahr in der Tracht ihren Schnitzelbank zum Besten geben. Ebenfalls besucht wird dieser Anlass von der Seebrünzler Guggen. Weiter sorgt für die musikalische Unterhaltung das Duo Jimmy und Toni mit Live-Musik. Für die jüngeren und junggebliebenen Faschnächtler wird der DJ in der Heerstube die Scheiben rotieren lassen. Vielen ist der tolle Disco-Abend von letztem Jahr noch in guter Erinnerung. Selbstverständlich besteht Barbetrieb mit Verlängerung.

Auf «Zytreis» im Belvoir

Acht Tage später, am Samstag, 11. März, ist dann richtig Fasnacht für die Röslikoner: Der grosse Maskenball steht



Die Bööggengilde lädt zur Fasnacht. (Archiv)

an. Mit dem diesjährigen Motto «Zytreis» hat sich die Bööggengilde Röslikon wieder einiges einfallen lassen und der Dekorationschef Rico Kradolfer eilt von Termin zu Termin, um das Belvoir auf Fasnacht zu trimmen. Auf jeden Fall liegt der Auftakt wieder in den Händen der Guggen, die den Abend mit einem Monsterkonzert eröffnen werden. Die Bumerang Partyband begleitet den Abend musikalisch und alle sind gespannt auf die Masken, die sich an der Maskenprämierung beteiligen werden (Beginn der Veranstaltung: 19.30 Uhr). Tags darauf, am Sonntag, 12. März, steht

ebenfalls im Hotel Belvoir der Familienplauschball an. Was wäre die Röslikoner Fasnacht ohne den Familienplauschball am Sonntagnachmittag nach dem grossen Maskenball. Doch zuvor findet auf dem Bahnhofsareal ab 11 Uhr der Guggentreff statt, mit anschliessendem Umzug durch Rüschlikon Richtung Hotel Belvoir. Durch das Programm mit Spiel, Spass und Unterhaltung führt Bööggengilde Roger Sutter mit seiner bezaubernden Assistentin Bööggenschwöster Sylvia Landolt. Das ist ein Novum: Denn zuvor, während mehr als zwanzig Jahren, hatte – seit 1983 – der ehrenwer-

te Bööggengilde Martin Strässle, liebevoll von den Kindern «Onkel Martin» genannt, den Familienplauschball moderiert. Anlässlich der Mottoeröffnung 2004 hat «Onkel Martin» seinen Rücktritt aus der hochwohllöblichen Bööggengilde von und zu Röslikon erklärt und sein Amt dem heutigen Bööggengilde Bruno Tavian übergeben.

Uslumpete am Sonntagabend

Der Ausklang der Rösliker Fasnacht im Hotel Belvoir bildet die Uslumpete (12. März, ab 19 Uhr) in der Rüschliker Stube des Hotels Belvoir. Tischreservierungen für diesen Anlass nimmt das Belvoir gerne entgegen (Telefon 044 704 64 64). Bei Tanz, Stimmung und Unterhaltung lassen die Gäste die Fasnacht Revue passieren. In den Strassen von Röslikon werden in den nächsten Tagen des öfters die Mitglieder des Elferates der Bööggengilde zu sehen sein, welche Fasnachtsplaketten feil bieten. Die Organisatoren sind froh, wenn möglichst viele Rüschlikerinnen und Rüschliker durch den Erwerb einer Plakette ihre Anstrengungen unterstützen und bedanken sich bereits jetzt bei der Rüschliker Bevölkerung für die tatkräftige Unterstützung. Der Erlös der silbernen (10 Franken) und der goldenen (23 Franken) Plaketten kommt voll und ganz der Rüschliker Fasnacht zugute.

Bööggengilde Röslikon