

Zeitschrift: Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

Herausgeber: A. Vogel

Band: 1 (1929-1930)

Heft: 6

Artikel: Die Heilwirkung der Musik

Autor: A.V.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-968557>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 06.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Jedoch auch wenn er zerkleinert ist, darf man ihn nicht ohne weiteres schlucken, da beim Kauen nicht nur das Zerkleinern wichtig ist, sondern das mit Speichel Durchdrängen (das Einspeicheln).

Diese Kur hat sich auch bei bereits stark ausgebrochenen Krankheiten sehr bewährt, und zwar besonders bei folgenden: Ischias, Rheumatismus, Gicht, Flechten, Arterienverkalkung, chronischer Verstopfung, sowie allen durch unrichtige Ernährung hervorgerufenen sogenannten Alterserscheinungen.

Allerdings möchte ich nochmals betonen, dass der Erfolg nicht schon immer nach zwei bis drei Wochen sichtbar wird, denn solche alteingewurzelte Übel verlangen Zeit und Geduld, bis sie beseitigt sind. Es gibt Fälle, in denen schon in 14 Tagen eine ganz erhebliche Besserung verspürt wird, jedoch auch dann darf man nicht wieder zur alten Kost zurückkehren, da dies nur ein erstes Aufatmen der nun etwas entlasteten Natur ist. Wenn es nach einem solchen Erfolg auch zeitweise wieder etwas schwerer geht, darf man ebenfalls nicht von der Kurvorschrift abgehen, da solche Erscheinungen immer nur vorübergehende Wallungen und Krisen des Körpers sind.

Auch Menschenkindern mit sehr schwerem Gemüt, wird diese Kur eine wunderbare Erleichterung bringen, die sehr gut auch zur völligen Heilung führen kann.

Es sollte mich also von Herzen freuen, wenn recht viele betagte Mütterlein und arbeitsmüde Männer, die ihr Lebtage tapfer gewirkt haben, durch diese Kur ihren Lebensabend recht sonnig und lange genießen dürften.

Mitempfindende Liebe zu allen, denen sonst ein trüber, düsterer Lebensabend beschieden wäre, hat mich bewegt, diese Kur auszuarbeiten, und da sie bei vielen, was ich auch vorausgesehen habe, eine so wunderbare Erleichterung erwirkt hat, begleite ich diese Zeilen mit dem innigsten Wunsche, recht viele möchten sich den Segen des darin Niedergelegten zu Gute kommen lassen.

A. V.

DIE HEILWIRKUNG DER MUSIK.

Wie? — Soll die Musik Heilung schaffen, wo Krankheit und Leiden herrschen? Obiger Titel mag diese Behauptung aussprechen und es mag wohl interessant sein, ihn auf seine Richtigkeit hin zu prüfen. Das hat wohl jeder schon an sich erfahren, dass Musik aufmuntert, dass sie wieder Mut in die Adern rollen lässt, ja, dass selbst Schwermütige wieder aufzuleben und neue Pläne zu schmieden beginnen, wenn Musik sie aufgefrischt hat. Bekannt mag wohl allgemein sein, wie Saul in seinen schweren Stunden zur Musik als Helferin gegriffen hat, denn frühe schon lauschten wir gespannt der Erzählung vom Knaben David, der des

Königs unruhvollen Geist mit den melodischen Tönen der Harfe besänftigen musste und wir staunten wohl auch über die erfreuliche Wirkung. Wir lebten förmlich auf, wenn der Druck, der über der Erzählung lastete, sich unter dem Wohlklang der Harfe hob und frohe Erleichterung sich ausbreitete. Als aber die Musik ihre frühere Wirkung nicht mehr auf den König auszuüben vermochte, da schauten wir besorgt drein, denn nun musste es doch gewiss schlimm kommen.

Es mag auch bekannt sein, dass Napoleon seine Militärkapelle vor allen Kranken- und Invalidenhäusern hat spielen lassen, weil er wusste, welche Wirkung und Macht der Musik inne wohnt.

Warum mit Musik in den Krieg ziehen, aufs Schlachtfeld, in den Tod? Es ist ein schlaues Benützen ihrer innewohnenden Macht von Seiten der Feldherren aller Zeiten. Abgespannt, übermüdet, schleppen sich die Krieger dahin. Am liebsten möchten sie sich zum ewigen Schläfe niederlegen, als weiter dem sinnlosen Morden und Würgen entgegen zu treten! — Da, — der Klang der Posaune, das Schlagen der Trommel, der Rhythmus der Trompete, und frisch spannen sich die scheinbar erschlafften Muskeln, jeder Schmerz ist vergessen, das Auge leuchtet vor neuer Tatkraft und mutig geht der Marsch dem Tod, vielleicht dem Sieg entgegen!

Ja, die Musik ist die Sprache, die deutlicher redet, die mehr bewirkt als alle Worte! Wenn es eine Sprache gibt, die von allen verstanden wird, so ist es die Musik, denn der Ausdruck der Töne vermag von einer bunten Menge, die vielleicht in völlig fremden Zungen redet, dennoch gleich empfunden werden. So kann die Musik binden und vereinen, wo Sprache und Gewohnheit weite Klüfte bilden. Sie vermag aber auch alles zum Ausdruck zu bringen. Gutes und Böses, Edles und Unedles, Erhebendes und Niederdrückendes, alles kann der Rhythmus der Töne von sich geben. — Das Kind greift mit Freude zum frohen Lied! Der Wanderer genießt im Klang seines Gesanges die Schönheiten, die ihn umgeben! Der Künstler legt die tiefsten Erlebnisse, Freude und Leid, Wonne und Trauer, Dankbarkeit und Entsagung, kurz alles, in den Ausdruck der Töne, und wir erleben alles deutlicher mit, als wenn er uns ein buntes Farbenspiel auf die Leinwand geworfen, oder wenn die Hand den Meissel geführt und aus totem Stein Leben geformt hätte! Tage gold'nen Sonnenscheins vermögen die Töne edler Musik in uns wieder wach zu rufen, alles Niederdrückende weicht und neue Kraft strömt durch unser Blut. Freude zu positivem Wirken schwellt unsre Brust und kleinliche oder gar niedere Empfindungen sind geflohen!

Das alles sind Tatsachen, die wir erleben, wenn edle Musik unser Ohr streift und unserm Herzen und Gemüt Nahrung bietet. Hat dies nun wirklich etwas mit einer Heilwirkung gemein? Obwohl die Antwort nach dem Geäußerten ohne weiteres bejahend

gegeben werden könnte, möchten wir unsere Behauptung doch noch anderweitig begründen und nicht nur das Gefühlserleben Antwort geben lassen.

Sprechen wir der Musik Heilwirkung zu, so wird es vor allem gut sein, wenn wir uns klar sind, was überhaupt Heilung ist! Ein Wohlklang für den Kranken, der sich nach Gesundheit sehnt. Gewiss! Wie aber erreicht man sie? Durch Überwinden starker, negativ wirkender Kräfte durch stärkere, positive Faktoren. Heilen ist in der Tat ein Befreien von bedrückenden Umständen, ein Beseitigen und Besiegen von Hemmungen und Hindernissen. Heilen heisst auch die Körperschwingungen zurückführen zum normalen Rhythmus, der innigen Harmonie aller Kräfte der Psyche, der lebendigen Seele.

Der erste Moment des Heilprozesses ist das Wachrufen und Aktivwerdenlassen aller zur Verfügung stehenden Kräfte, eine Mobilisierung aller Streitmächte im Körperhaushalt. Diese sollen alsdann den Kampf gegen alles Disharmonische führen und es beseitigen, denn Gesundheit ist Harmonie aller physischen und geistigen Kräfte. Geist und Körper sind so innig verknüpft, wie ein Chauffeur mit seinem Wagen, und Störungen beim einen werden ohne weiteres als Hindernis des andern Teiles dastehen, denn jeder Teil ist in all seinen Funktionen mehr oder weniger vom andern abhängig.

Dem Wort des Dichters «Es ist der Geist, der sich den Körper baut», könnte man auch noch beifügen «und auch des Geistes Kraft, der ihn erhält». Der Geist ist die Direktion des Körpers. Der Geist erteilt die Befehle, die Handlungen auslösen, indem alle Meldungen durch Nervendrähte zu den Muskelfasern laufen, ausrichtend, wozu sie gesandt wurden. Ein gesunder Geist wird deutliche Befehle erteilen zum Wohle des Körpers und zum Kampfe rüsten, wenn die Notwendigkeit es erfordert. Ist es beim Sturme nicht nötig, dass der Kapitän mit entschiedener Stimme alle Mann an die Posten ruft, und dass beim Kampf jeder an seinem Posten gefunden wird?

Eine Krankheit ist ein Sturm, ein Kampf gegen Feinde von aussen und vor allem auch ein solcher gegen Feinde von innen, eine Revolution, eine Meuterei. Man hat schlechte, unbrauchbare Elemente hereingelassen, die sich nun bemerkbar machen und die ganze friedliche Organisation stören und zu vernichten drohen. Wenn eine solche Gefahr besteht, dann müssen alle Kräfte hervorgeholt werden, denn nur dann ist ein schneller, sichrer Sieg möglich, und wenn die Feinde nicht schon in der Übermacht vorhanden sind, ist ein Sieg auch gewiss. Es ist eine Kunst, die nur wenige Menschen gut verstehen, bei Krankheiten alle Kräfte hervorzuholen, die in uns schlummern und zur Verfügung stehen, und mehrere bekannte Männer haben jeweils versucht, dies durch eine Methodik zu erleichtern.

Denken wir nur an Dr. Dubois, Coué und andere mehr, und wenn sie nicht vielfach zu weit gegangen wären, würde ihre Arbeit von grösserem Nutzen gewesen sein. Man kann bekanntlich nur hervorholen, was im Menschen ruht und schlummert und nicht mehr, denn sonst würde das Wort des grossen Nazareners zunichte gemacht werden, wenn er sagte, dass wir alle unter dem Fluch der Sünde stünden, und dass ihr Lohn oder ihre Folge der Tod sei, bis dass er komme und dem Tod den Stachel raube. Obschon wir also das langsame Verbrauchtwerden der Lebens-elemente nicht hindern können, ist es uns immerhin möglich, die in uns vorhandenen Kräfte, die keineswegs zu unterschätzen sind, stets voll auszuwerten.

Betrachten wir das Bild der meisten Kranken, die hoffnungslos und deprimiert sind und zudem vielfach auch keinen geistigen Halt und Ausblick haben! Sind wir nicht selbst auch solche Kranke, wenn wir niedergeschlagen unter der Last der Verhältnisse leiden und den innern Halt verloren haben? Wer mag da den Geist anspornen zum Kampf gegen alles Niederdrückende, gegen die Wolken, die unser Dasein umdüstern? Wer muntert auf zur Ermannung, wenn weder eigene Anstrengung, noch die Bemühungen eines besorgten Freundes die feinen, drückenden Knoten zu lösen vermögen? Wer? — ja, wer bringt Erleichterung und Heilung? — Glaubst du, dass in feinen, leisen Tönen Hilfe möglich ist? — Sie dringen an unser Ohr, sie schwellen an zu gewaltig erhebender Musik und lösen den Druck, der auf Herz und Gemüt gelastet hat. Sie erzählen von dem edlen Erleben einer dankbaren Menschenseele, von ihrem Kampf, ihrem Überwinden und Siegen, und leise ziehen die kleinen Sorgen und der eigne Kummer von dannen, denn die Kräfte werden mählich frei zum Kampf, zum Siege. Die Schwungkraft erhebt das Haupt und stürmt mit neuem Mut gegen die feindlichen Mächte, deren Anblick vordem Sorgen bereitete hatte. Unser ganzes Sein schwingt mit im vollen Rhythmus der Töne. Das Drückende liegt dahinten. Der Lebenskampf schreckt nicht mehr zurück, denn die Musik hat uns geholfen, die innewohnenden Kräfte hervorzurufen. Sie aber erleichtern den Kampf gegen das Negative, da sie jede Heilmethode durch ihre wackere Unterstützung fördern und so den Heilprozess beschleunigen.

Edle Musik ist eine Übertragung inneren Erlebens edler Menschen, und ein richtiges Verstehen, ein erhebendes Miterleben kann krankhafte Schwingungen der Seele in einen gesunden Rhythmus verwandeln, denn der gesunde Rhythmus des Lebens ist ein Wechsel der Spannung und Entspannung. Edle Musik vermag niedere Empfindungen zu verjagen und alle Kräfte positivem Wirken zuzuführen. Sie wirkt sowohl belehrend, erziehend, als auch heilend auf den Leidenden. Musik ist wie eine Medizin, die in uns schlummernde Kräfte hervorholen kann.

Da jedoch leider auch das Negative in der Musik Ausdruck finden kann, kann gewisse Musik auch mit einer Giftmedizin, einem Narkotika verglichen werden und besonders gewisse moderne Musik kann dem heutigen Zeitgeiste entsprechend, den Menschen in Sphären des tiefsten Sumpfes hineinversetzen und ihn mit süßem Gifte tränken.

Schwere, besonders in Mollstimmung getauchte Musik, kann auf uns eine bleierne Last legen und besonders Kranke fallen in eine pessimistische Stimmung, die ihnen das Leben doppelt schwer erscheinen lässt.

Musik ist also, wenn richtig angewandt, ebenfalls zu den natürlichen Heilmitteln zu zählen, und es ist allen, die mit ihr vertraut sind, zu empfehlen, sie für sich und andere in ihrem dreifachen Sinne zu gebrauchen, und zwar als Ausdruck der Freude und des Dankes, als Sprache des Trostes und der Ermunterung und als Heiler und Helfer der Kranken durch den ihr inwohnenden Überschuss an sprudelnder Lebenskraft. A. V.

ERFOLGE DER FRÜHLINGSKUR.

Herzlich habe ich mich gefreut, als kurz nach dem Erscheinen der No. 2 eine Menge Berichte einliefen von entschiedenen Lesern, die die Kur begonnen hatten und heute noch gehen täglich Berichte ein von ausgezeichneten, erfreuenden Erfolgen.

Vielen ist es unglaublich, dass man mit einer solch einfachen Diätkur eine so gewaltige Körperreinigung zustande bringen kann, andere wurden vielleicht wankelmütig als Reaktionen, grosse Gewichtsverluste etc. eintraten und etliche liessen sich durch die Angehörigen beeinflussen und gaben die Kur auf.

Alle jedoch, die sie richtig durchgeführt haben, sind für ihre Ausdauer überreichlich belohnt worden.

Viele waren erstaunt, was da alles zum Vorschein kam, denn alles, was der Körper jahrzehntelang aufgespeichert hat, bringt er bei einer solchen Kur hervor und es gibt eine eigentliche Bilanz. Die Aktiven und Passiven kommen zum Vorschein und man sieht, wie man mit seinem Körper jahrzehntelang gewirtschaftet hat. Man darf nicht glauben, dass all die kleinen und grossen Fehler, die man dem Körper gegenüber gemacht hat, so spurlos verschwunden seien. Der tägliche Genuss von Bohnenkaffee, Schwarzttee und das gewohnte Schöppeli Wein, die Nikotinwirkung der Rauchwaren, ja vielleicht sogar eine frühere Medizinvergiftung haben neben der naturwidrigen Ernährung vielfach so starke Breschen in die Ringmauer der Gesundheit geschlagen, dass der Körper misten, ausbessern und flicken muss. Auch Schwächen und Veranlagungen unserer Vorfahren, die man entwickelt, statt be-