

## Makam-Musiktherapie nach Dr. Güvenc

Mittels Makam-Musik und pentatonischer Volksmusik ins Zentrum des Heils.

### Ursprung der Makam-Musik

Kommend von der griechischen Harmonielehre, übermittlelt durch arabische Gelehrsamkeit und persische Kunstfertigkeit wurde die Makam-Musik gemeinsam mit der schamanistischen Spielweise der Türken im kulturellen Schmelztopf von Horasan (heutiges Turkmenistan, Afghanistan u. Persien) zu einem Höhepunkt gebracht. Diese Musik wurde in der osmanischen Epoche bis ins 19. Jh.



weiterentwickelt. Erst im vorigen Jahrhundert geriet diese Musikform ins Hintertreffen. Heute wird die Makam-Musik als Weltkulturerbe erkannt und von Neuem wieder entdeckt. Historisch gesehen vereint Makam-Musik die Prinzipien der griechischen Ethoslehre mit den Erfahrungen aus den Heilsitzungen der Schamanen Zentralasiens und den kosmologischen Kenntnissen der altorientalischen Kulturen.

Im Vergleich zur europäischen Tonalität, die auf Halbtonschritten aufbaut, differenziert die Makam-Musik Neunteltöne, die an die 500 Tonarten verifizieren lässt. Basierend auf einer einstimmigen Melodie-Struktur wird die Makam-Musik mit einer vielgestaltigen Rhythmik zum Einsatz gebracht.

### Makam-Musik als Therapie

Die Makam-Musik wurde als eine Hilfsdisziplin der Medizin genutzt. Sie wurde in den osmanischen Spitälern (Damaskus, Istanbul, Sivas, Edirne, Kayseri) für Patienten aller Art rezeptiv eingesetzt. In den musiktheoretischen Werken, den Historiken und Reiseberichten findet man über viele Jahrhunderte hinweg therapeutische Angaben über diverse Makams.

In der Makam-Musik werden psychische wie auch physische Wirkungsfelder zur Aktivierung gebracht. So hat z.B. die Makam Rast laxative Eigenschaften, wirkt auf den Gehirn- und Sehbereich, evoziert Freude, Beweglichkeit, ist von feuriger Natur und wird dem Tierkreiskeizeichen Widder zugeordnet. Sie wurde bezüglich ihrer Klarheits-fördernden Wirkung auch bei wissenschaftlichen Versammlungen aufgeführt.

Die Makam-Musiktherapie wurde in den vorigen 70er Jahren von Dr. Oruç Güvenc aus Istanbul anhand seiner musikalischen Fähigkeiten, seiner Feldstudien in Anatolien und Zentralasien, sowie mittels alter musiktheoretischer Schriften zu neuem Leben erweckt. Nach seinen eigenen Worten war es die geistige Haltung diverser Musiker in Zentralasien,

wie auch die tiefe Spiritualität der türkischen Derwischmusik, die ihn von der therapeutischen Kraft dieser alten Musiktherapie-Tradition überzeugt hatten. Kunst, Wissenschaft und Spiritualität vereinernd liess er die Makam-Musiktherapie neu erstehen und kombinierte sie mit der Pentatonik Zentralasiens.

### Aufbau der Makam-Musiktherapie

Die Makam-Musiktherapie nach Dr. Güvenç, die auch unter den Namen altorientalische Musiktherapie bekannt ist, umfasst im allgemeinen zwei Arten:

#### *a) aktive Musiktherapie:*

Mittels pentatonischer Volksmusik und archetypischer Bewegungselemente aus den Heil- und Schamanentänzen Zentralasiens wird der Klient zur Aktivierung körpereigener Kräfte angeregt. Mit einem frei improvisierten Tanz wird dieser Zyklus abgeschlossen.

Die Pentatonik wirkt gegen Entscheidungshemmungen, fördert das Selbstbewusstsein und verleiht in gemeinsamen Improvisationen auch „Nicht-Musikern“ einen harmonisch-musikalischen Selbstaussdruck.



Ney-Flöten

#### *b) passive oder rezeptive Musiktherapie:*

In ihr kommen die spezifischen Wirkkräfte der Makam-Tonarten in meditativer Weise zum Einsatz. Der Klient ruht und lässt sich von der für ihn bestimmten Makam-Musik in innere Gefilde geleiten. Nebst den klanglichen Feinheiten wie der der Ney-Rohrflöte, der Rebab-Geige und der Ud-Laute, die zumeist von einem Walzerrhythmus auf einer Dombra oder Trommel begleitet werden, kommt auch die „Stimme des Wassers“, hervorgerufen durch Plätschern in einem Wasserschüssel, zum Klingen.

Während die aktive Musiktherapie eine körperintegrierende Handlung darstellt, ist die passive Musiktherapie eine Zeit der Seele, wobei der Klient zur Entspannung kommt, und auf dem Weg zu einem inneren Frieden musikalisch begleitet wird. Die Musiktherapie setzt somit eine Wechselwirkung zwischen körperlicher und seelischer Dimension in Gang.



Ud-Laute

## Anwendungsbereich und Zielsetzung

### *als Haupttherapie*

Die Makam-Musiktherapie ist nicht nur als Begleittherapie einsetzbar, sondern vermag gerade im Umfeld chronischer wie auch psychosomatischer Erkrankungen das Zentrum des Heilimpulses bilden. Im 10.Jh. hat al-Farabi, einer der maßgeblichen Begründer dieser Therapieform und der heutigen Medizin im Allgemeinen, dies in folgender Weise zum Ausdruck gebracht:

“Wenn der Körper krank ist, ist die Seele des Menschen geschwächt. Durch die Stärkung der Seele vermag der Körper wieder zu Kräften gelangen. Mittels der Schwingungen dieser Musik wird die Seele gestärkt und in ein rechtes Verhältnis zum Körper gesetzt.“

### *als psychologische Lebenshilfe*

Neben der seelischen und der körperlichen Dimension regt die Musik auch die Persönlichkeit zu einem wahren Ausdruck ihrer selbst an. In vielen Fällen können neue Persönlichkeitsstrukturen mittels dieser Kunst zum Vorschein gebracht werden, und in einem kognitiven Prozess zu einer Erweiterung der Lebenskonzepte führen und somit eine Anhebung der Lebensqualität evozieren.

Die Aufmerksamkeits- und Bewusstseinsdauer eines Menschen kann durch diese spezielle Musik ausgedehnt werden. Dies ermöglicht eine übergreifende Sicht getrennter Lebensaspekte und fördert mittels der Makam-Musik die Integration der getrennten Elemente in ein Gesamtes. Auch die Eingliederung von starken Affekten und verlorenen Gefühlsinhalten werden dadurch erreicht.

### *als soziales Geschehen*

Das Musizieren für einen Menschen zeigt sehr klar den Wert zwischenmenschlicher Beziehungen. Ebenso wird das gemeinsame Musizieren, im Sinne eines sozialen Erlebens, gerade in unseren isolierenden Gesellschaftsstrukturen zu einer bedeutsamen Hilfe in der Auflösung krankmachender Verhaltensweisen. Die Makam-Musik ist auch als östliche Musiktherapie in der Integrationsarbeit zwischen unterschiedlichen Kulturen sehr erfolgreich, da die Essenzen der Lebenserfahrung der alten Kulturen des Mittleren Osten in Liedform erhalten sind und zum Schwingen kommen, und weiters hat sie die Eigenschaft das Tor zum Herzen der Menschen in aller Welt zu öffnen. So sind die Inhalte dieser Musik universell und allerorts nachempfindbar. Auch im Bereich eines Eingliederungsprozesses von Randgruppen in unsere Gesellschaft bietet die Makam-Musiktherapie Vorteile, da nicht





Dombra

nur sozial-ökonomische Probleme damit in Verbindung sind, sondern darin oft auch gefühlsbedingte, nicht vom Verstand aus antizipierbare Thematiken vorherrschen. Makam-Musiktherapie, als feines Gefühlsmedium, leistet gerade darin unvergleichliche Hilfe, und eröffnet dem hinzu ver-söhnliche Dienste.

#### *in der Rehabilitation*

Die aktive Musiktherapie wird in der Rehabilitation, im Besonderen in der Korrektur von koordinationsbedingten Störungen des Bewegungsapparats, eingesetzt. Dies gehört zu einem markantem Potential dieser Musiktherapie.

In direkter Weise reagiert der Musiktherapeut auf die körperlichen Übungen eines Patienten und motiviert diesen in seinen Bemühungen, und erhöht dadurch die Erfolgsrate um ein Vielfaches.

#### Zusammenfassung

Aus der Vielzahl der Anwendungsmöglichkeiten der Makam-Musiktherapie ergibt sich folgender Konsenz:

- a) Makam-Musiktherapie ist ein verbindendes Element verschiedener therapeutischen Angehensweisen und gehört zu den ältesten Behandlungsmethoden;
- b) Makam-Musiktherapie zeigt ihre Stärke in der psychologischen Gefühlsarbeit, da sie selbst ein feingestimmtes Medium von Gefühlsinhalten ist.
- c) Mit der Makam-Musiktherapie können neue Ressourcen in Körper und Geist erschlossen werden, unter anderem deswegen, weil die Frequenzen der Makams auf natürlich-kosmische Gesetzmässigkeiten basieren und stark in uns resonieren.

Abschließend sei erwähnt, dass die zuvor erwähnten Ergebnisse der Makam-Musiktherapie immer im Kontext des tatsächlichen Musizierens bei Klienten gültig sind, und nicht abstrakta gemeinhin für jegliche Art von Musikerleben gilt, obgleich natürlich auch darin heilsame Prozesse von statten gehen können.

---

Artikel von Denis Mete. Er absolvierte 1997 die Ausbildung zum altorientalischen Musiktherapeuten, setzt durch turkologische Studien die Forschung fort und arbeitet therapeutisch u.a. mit Behindertenwerkstätten und bietet Einzel- wie auch Gruppensitzungen. 2003 mitbegründete er den Verein makamhane-Begegnung durch Musik, mit Schwerpunkt Integration und Pflege der Makam-Musik. Er bietet dort einmal wöchentlich Makam-Musiktherapie in Gruppen an und unterrichtet dort ebenso die Ney-Flöte. Mehr Info u.Kontakt: [denis@artmete.at](mailto:denis@artmete.at) bzw. [denis@makamhane.com](mailto:denis@makamhane.com) // [www.artmete.at](http://www.artmete.at) , [www.makamhane.com](http://www.makamhane.com)