

Home > Service > Treffpunkte > 2016 > 02 > Eine Reise auf den Klangbögen der Musik

Kurse mit der Musiktherapeutin Anna Röcker im Lassalle-Haus

Eine Reise auf den Klangbögen der Musik

Foto: Stefan Kubli

Sabrina Durante, 02.02.2016

5

INHALT TREFFPUNKTE

> **Gemalte Musik**

Das Aargauer Kunsthaus zeigt Werke von Camille Graeser

> **Eine Reise auf den Klangbögen der Musik**

Kurse mit der Musiktherapeutin Anna Röcker im Lassalle-Haus

> **«Annelies» – ein Oratorium, das Emotionen weckt**

Der Teamchor Jona führt ein Chorwerk von James Whitbourn auf

> **Wettbewerb für Geigerinnen und Geiger**

Valiantforum 2016 in Murten

> **Die kommende Generation im Focus**

Das Arosa Musik Festival wartet mit Neuerungen auf

> **Weiterbildung mit Kalaidos**

Nachdiplomstudiengänge werden vorgestellt

> **Christoph Croisé spielt in Altdorf**

Neujahrskonzert mit Nachwuchstalent

«Musik ist unglaublich vielseitig. Musik ist Therapie, Musik ist Wissenschaft, Musik sind auch die ewigen Gesetze der Natur und des Universums. Musik durchdringt die Materie.» Yehudi Menuhin

Bestimmt haben Sie das auch schon erlebt: Sie hören ein Musikstück, eine Melodie, und auf einmal geht das Herz auf – Sie könnten jauchzen vor Glück. Oder aber Sie kommen wütend nach Hause, weil etwas gründlich schiefgelaufen ist und greifen instinktiv nach der CD, die Ihnen Luft verschafft.

Musik trifft mitten ins Herz, ohne Umwege über den Intellekt. Als einziger unserer Sinne ist der Hörsinn direkt mit dem limbischen System verbunden, dem Gefühlszentrum im Gehirn. Und so tritt Musik unmittelbar in Resonanz mit unseren Stimmungen, kann diese vertiefen oder verändern. Vor allem aber ist Musik einer der sichersten Türöffner zu den Bereichen des Unbewussten, sie löst Blockaden oder Widerstände und ermöglicht uns den Zugang zu verborgenen Ressourcen.

Musik als Ratgeberin

Machen Sie einen Selbstversuch! Steht etwa eine Entscheidung bevor, mit der Sie sich schwer tun, könnten Sie folgendes ausprobieren: Führen Sie sich als erstes die Situation vor Augen, um die es geht. Was steht auf dem Spiel? Welche Alternativen stehen zur Verfügung? Legen Sie dann *Ein Heldenleben, Des Helden Weltflucht und Vollendung* von Richard Strauss ein, so dass Sie nur noch den Knopf drücken müssen, um die Musik abzuspielen. Legen Sie sich hin, entspannen Sie sich und führen Sie sich die Frage vor Augen, zu der Sie eine Antwort suchen. Dann suchen Sie in Gedanken einen Weg, gehen zu einer Weggabelung, lassen die Musik auf sich wirken – welche Bilder, Symbole, Gefühle tauchen auf? Wohin führt Sie der Weg? Was verändert sich? Lassen Sie sich nach dem letzten Takt des Stücks noch etwas Zeit, um die Eindrücke zu verarbeiten.



Foto: zVg/Lassalle-Haus

Als ich bei meinem ersten Kurs mit Musiktherapeutin Anna Röcker im Lassalle-Haus genau dieses Stück hörte und damit «auf Reise» ging, wusste ich nicht gleich nach dem Ausklingen der Musik, welches jetzt die richtige Entscheidung wäre. Aber anhand der Bilder und Stimmungen, die während meiner Musikreise aufgetreten sind, habe ich gespürt, welcher Weg besser passt, auch erkannt, welche Widerstände da sind, die meine Wahl erschwerten. Ich kann nur sagen: Es kam gut, ich konnte etwas loslassen, eine Aktivität aufgeben, die viel Zeit und Energie in Anspruch nahm und mit der ich doch nie ganz

> Geheimtipp in Bern

Forum Kammermusik

> Luzern erhält ein neues Musikhaus

Die Berner Krompholz Musik AG eröffnet eine Filiale

> Uraufführung von Lourié-Liedern

Musikfestival der Arthur Lourié Gesellschaft Basel

[RSS-Feed](#)

SWISS MUSIC GUIDE



**More than
4'000 contacts**
of the swiss music
industry

**Commandez
le guide**

Mit einem Klick auf das Bild erhalten Sie direkten Zugang zu über 4000 Musikadressen in der Schweiz

LINKEMPFEHLUNGEN

www.jecklin.ch

www.mk-akademie.ch

www.salv.ch

www.musikhug.ch

www.ejcf.ch

solarlunar.ch

Anna Röcker

zufrieden war.

Musik verbindet uns mit dem Unbewussten

Warum ausgerechnet *Ein Heldenleben* von Strauss? Die Wahl des Stücks ist nicht zufällig – die Gründerin der Musiktherapie GIM (Guided Imagery and Music), Helen Bonny, Musikerin und Psychologin, hat sich intensiv mit der Wirkung von Musik auseinandergesetzt. Die benutzten Stücke stammen ausschliesslich aus der klassischen Musik, quer durch alle Epochen. In der klassischen europäischen Musik spiegelt sich die Geschichte des Abendlandes wider, sie gehört wie die Mythen und Märchen zu unserem geistigen Gut. Und wie die Märchen und Mythen kann uns die klassische Musik mit dem kollektiven Unbewussten verbinden. Musik ist individuell und kollektiv zugleich: Man fühlt nur das, was man fühlen kann oder was man in sich hat. Gleichzeitig gibt es Übereinstimmungen in der Wahrnehmung von Musik und den Bildern, die sie hervorruft. Das kann mit dem Tempo zusammenhängen, der Klangfarbe, dem Rhythmus, dem Dur- oder Moll-Klang, aber auch mit den Traditionen und kulturellen Gewohnheiten. So wird im europäischen Kulturkreis jeder beim ersten Hören von Chopins *Trauermarsch* die Musik mit Trauer assoziieren – für Menschen in Ostasien aber gilt das nicht unbedingt. Für diese Art von meditativen Reisen wird die Musik nach dem Iso-Prinzip eingesetzt, man vergleicht also Gleiches mit Gleichem bzw. mit Ähnlichem. Eine melancholische Stimmung wird am besten mit einem melancholischen Stück aufgefangen – sagen wir mit *Der Schwan* aus Camille Saint-Saëns' *Karneval der Tiere*, Ärger wiederum eher mit einer energischen Musik wie etwa Bachs *Toccat*a und *Fuge* in d-Moll oder Holsts *Mars* aus der *Planeten-Suite*. So habe ich es bei Anna Röcker erlebt – fast alle im Kurs sprachen auf diese Kompositionen ähnlich an.

«Gruppenreisen» mit Musik

Musikreisen bekommen eine besondere Qualität, wenn sie in der Gruppe und unter kundiger Anleitung stattfinden. Zum einen kann man die Erfahrung teilen – auch aufwühlende Bilder sind so besser tragbar – zum anderen hilft die Kursleiterin, die Bilder und Symbole zu deuten bzw. in den für sich selber richtigen Kontext zu bringen. Die auftauchenden Bilder und Gefühle können ein Weg sein, sich besser kennen zu lernen, mehr über die eigenen Verhaltensweisen und die innere Motivation herauszufinden. Ist ein Thema, ein Gefühl oder auch eine Erinnerung erst einmal ins Bewusstsein getreten, lassen sich Problemfelder besser angehen, Lösungswege leichter entwickeln. Ich jedenfalls wusste nach dem Kurs: Die Suche nach immer neuen Betätigungsfeldern führt nirgends hin. Es ist alles da, was ich brauche, um zufrieden zu sein.

www.studiobox.de[> mehr](#)

Hier geht es weiter zur **Konzertagenda**, zum **Kurskalender**, zum **Tagungskalender** und zu den **Wettbewerben**.

Musikreisen unter kompetenter Leitung der Musiktherapeutin Anna Röcker im Lassalle-Haus, Bildungszentrum der Schweizer Jesuiten ob Zug, im Frühling und Herbst:

15. bis 17. April 2016, Freitag 18:30 Uhr bis Sonntag 13:30 Uhr

Die heilsamen Bilder der Seele entdecken. Mit Visualisierungen und Musikreisen das innere kreative Potenzial aktivieren.

www.lassalle-haus.org/kursdetails/product/2016M170996.html

7. bis 9. Oktober 2016, Freitag 18:30 Uhr bis So 13:30 Uhr

Die Energiepotenziale weiblicher und männlicher Archetypen. Mit Musik und Aktiver Imagination den heilsamen inneren Bildern auf die Spur kommen

www.lassalle-haus.org/kursdetails/product/2016M301119.html

Weiterführende Literatur:

Anna Elisabeth Röcker, *Musikreisen als Heilungsweg. Blockaden lösen, Lebensenergie gewinnen, Kreativität freisetzen*. Mit 3 CDs. Goldmann Arkana, 2005.

Anna Röcker:

Die Musiktherapeutin und Heilpraktikerin Anna Röcker (62) lebt und arbeitet in München. Ihre Ansatzpunkte in eigener Therapiepraxis sowie in Weiterbildungskursen in Deutschland und der Schweiz sind die Ausbildung der eigenen Intuition, die Arbeit mit Musik und mit inneren Bildern sowie die kreative Visualisierung innerer Prozesse.



DIE AUTORIN

Sabrina Durante (48) ist im Kommunikationsteam des Lassalle-Hauses und eine stille Geniesserin der Kurse von Anna Röcker – für einmal hat sie ihre Gefühle in Worte gefasst. Sie ist Mutter von zwei Kindern und legt Wert auf eine musikalische Ausbildung, beide spielen denn auch leidenschaftlich ein Musikinstrument. Selber spielt sie Klarinette, am liebsten Klezmer, und ist regelmässig sowohl in der Zürcher Tonhalle als auch an einer Stubete anzutreffen.



*Foto: Manuela
Burkart/Lassalle-Haus*

Kommentare

Neuer Kommentar

Ihr Beitrag wird nach redaktioneller Prüfung veröffentlicht.

| [IMPRESSUM](#) | [SITEMAP](#) | [VEREIN SMZ](#) | [AGB/DATENSCHUTZ](#) | [NETIQUETTE](#)