

**Die Wirkung von Musik – nicht nur auf den Geist,
sondern auch auf den Körper?**

Kurzvortrag von Julia Maria Kim

Certamen Carolinum 2014

Endrunde 6. – 8.11.2014

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	1
2 Ausgangstext	1
2.1 Allgemeines	1
2.2 Noctes Atticae IV, xiii, 1-4.....	2
3 Musik und ihre Wirkung auf den Geist bzw. die Seele	4
4 Musik und ihre Wirkung auf den Körper – Anwendung in der antiken Medizin	7
5 Bezug zur Moderne.....	8
5.1 Wirkung auf die Seele	8
5.2 Wirkung auf den Körper.....	9
6 Fazit.....	10
7 Textzitat	11
8 Literaturverzeichnis	13

1 Einleitung

Musik begleitet uns durch unser ganzes Leben, egal wo, sei es zuhause beim Hören unserer Lieblingsmusik, im Einkaufsladen, ebenso aber auch im Kino, in Konzertsälen oder in der Oper. Schon ab der 20. Schwangerschaftswoche kann der Mensch sie wahrnehmen. So durfte ich schon im Bauch meiner Mutter, als sie ihr Orgelexamen absolvierte, den Klängen lauschen. Noch im Kindergarten ging ich zur musischen Früherziehung und lernte ab der ersten Klasse Cello spielen. Seitdem hat mich die Faszination an der Musik nicht mehr losgelassen, sodass ich sogar noch ein Zweitinstrument, das Klavier, zu spielen begann.

Durch all die Jahre hindurch durfte ich immer wieder erfahren, wie viel Freude man sich selbst und anderen Leuten mit dem Musizieren machen kann. Das gemeinsame Singen vor dem Schlafengehen oder das Musizieren besonders zu Weihnachten gaben mir ein Gefühl von Geborgenheit. Auch wenn ich einmal traurig war, konnte Musik mich wieder aufheitern.

Das Phänomen kennt jeder: Wer von uns hat nicht die Erfahrung gemacht, dass Musik ansteckt und sie uns in verschiedene Stimmungen versetzen kann? Doch kann Musik auch eine heilende Wirkung auf den Körper haben? Wenn ja, kann man sie auch zur gezielten Behandlung in der Medizin anwenden?

Diese Fragen kamen mir in den Kopf, als ich darüber nachdachte, warum sich der Mensch mit Musik umgibt. In meinem Vortrag möchte ich mich mit diesem Thema auf der Basis der Erkenntnisse des römischen Autors Aulus Gellius beschäftigen und dabei aufzeigen, welche Erfahrungen mit Musik schon die alten Griechen und Römer gemacht haben und welche Ansätze es in der heutigen Zeit gibt, die Wirkung der Musik auf den Menschen gezielt zur Heilung zu nutzen.

2 Ausgangstext

2.1 Allgemeines

Über den Autor Aulus Gellius und seine Herkunft ist nur wenig bekannt. Fakt ist, dass er im 2. Jh. nach Christus zu Regierungszeiten Hadrians und Marc Aurels lebte. Geboren wurde Gellius wahrscheinlich zwischen 125 und 128 in Italien¹. Im Laufe seines Lebens lernte er von dem angesehenen Rhetoriker Titus Castricus, dem Philosophen Peregrinus Proteus und anderen namenhaften Gelehrten. Als junger Mann unternahm der Schriftsteller eine Bildungsreise nach Athen, wo er sich der Philosophie und den schönen Wissenschaften

¹ vgl. HOLFORD-STREVENS, S. 12

widmete². In dieser Zeit begann er auch mit der Arbeit an seinem Werk „Noctes Atticae“, die ihren Namen aufgrund des Aufenthalts auf einem attischen Landgut erhielten, wie er es selbst in seiner Praefatio angibt (vgl. Gell. Praef. 4).

„Die attischen Nächte“ – so werden sie im Deutschen genannt – sind in die Buntschriftstellerei einzuordnen. Gellius deckt mit seinen 20 Büchern, von denen fast alle vollständig überliefert wurden, eine Vielzahl von Themen ab. Dazu gehören Philosophie, Rechtswissenschaften, Dialektik, aber auch Medizin und Musik³. Der Sinn des Werkes, schreibt er, sei der, dass seine Kinder eine „angemessene Erholungslectüre“⁴ für die Freizeit bekämen. Dabei habe er keine bestimmte Ordnung in der Abfolge seiner Werkteile, vielmehr sei alles, was er gehört oder gelesen habe, *indistincte* (Gell. Praef. 2), also ungeordnet, niedergeschrieben.

2.2 Noctes Atticae IV, xiii, 1-4

Das dreizehnte Kapitel des vierten Buches thematisiert, dass es möglich sei, mit dem Flötenspiel Schmerzen zu lindern. Dabei verweist Gellius auf die beiden Autoren Theophrast und Demokrit. Letzterer berichte in seinem Werk „Anleitung über Rhythmus und Harmonie“ von der Heilung von Vipernbissen mithilfe der Musik (vgl. Gell. IV, xiii, 3). Im vierten Absatz erläutert Gellius den Zusammenhang zwischen Körper und Geist und sieht deshalb auch eine Verbindung zwischen der Krankheitsursache und dem Heilmittel für den Menschen.

In der Überschrift, aber auch im ersten Teil des vorliegenden Kapitels⁵ spricht er immer wieder das Flötenspiel (xiii, 3: *incentiones tibiaram*) an, das körperliche Leiden an den Hüftgelenken, im Lateinischen *ischia* (xiii, 1) genannt, oder auch *morsus viperarum* (xiii, 3), also Vipernbisse, heilen kann. Er schreibt aber auch, es müsse die richtige Art und Weise des Spiels angewandt werden (xiii: *certo modo*). Interessant ist auch die Wortwahl an dieser Stelle: Gellius wählt den Ausdruck „geschickt und taktmäßig“ (xiii, 3: *scite modulateque*). Dem Takt gemäß sollte das Flötenspiel in dem Sinne sein, dass die Musik in einem angemessenen Tempo, mit einer dementsprechenden Melodie, aber auch der richtigen Harmonie vorgetragen werde. Mit „mässig angewandt[es]“⁶ übersetzt WEISS das Wort *modulate*, doch halte ich es hier für angebracht, den Bezug zur Musik in der deutschen Wiedergabe beizubehalten. Denn mit *modulis* (xiii, 1) und dem besagten Adverb *modulate*

² vgl. WEISS, S. IX

³ vgl. WEISS, S. X f.

⁴ ebd., S. 1

⁵ gemeint ist Gell. IV, xiii, 1-3

⁶ WEISS, S. 252

führt Gellius wohl gezielt eine *Figura etymologica* an. Beide Begriffe verweisen auf die Melodie; sie werden durch weitere Ausdrücke aus der Musik, wie zum Beispiel dem Flötenspieler (xiii, 1: *tibicen*), unterstrichen.

Nach der Nennung der zwei konkreten Exempel für eine Heilung durch das Flötenspiel beschäftigt sich Gellius eingehend mit dem „so ganz und gar engen Zusammenhang zwischen Körper und Geist des Menschen“ (xiii, 4: *[t]anta prosus adfinitas [...] corporibus hominum mentibusque*). Nicht ohne Grund stellt er *hominum* im Satzbau zwischen Körper und Geist, nämlich um mithilfe des Hyperbatons von *corporibus* und *mentibus[que]* zu verdeutlichen, dass sich beides auf den Menschen bezieht. Außerdem unterstreicht der Autor durch das *[t]anta prosus* die Verknüpfung beider. Unlogisch scheint zunächst auch die von Gellius angeführte Verbindung zwischen Krankheitsursache oder Heilmittel (xiii, 4: *uitiis [...] aut medellis*) als Folge des Zusammenhangs zwischen Körper und Geist zu sein. Man könnte den Ausdruck aber auch anders verstehen, wenn man beachtet, dass Gellius ein *aut* gesetzt hat: Dann wäre die Schlussfolgerung, dass man bei der Ursachenfindung für die Krankheit, aber auch bei der Heilung, die Beziehung zwischen den beiden Bestandteilen des Menschen beachten sollte.

Darüber hinaus findet sich ein Chiasmus im letzten Satz des Kapitels: Erst wird *corporibus* vor *mentibus* geschaltet, kurz danach heißt es *animorum et corporum* (xiii, 4). Auch dieses Stilmittel hebt die Zusammengehörigkeit beider Bestandteile des Menschen hervor. Aus einem Dualismus wird also eher ein Monismus. Erwähnenswert an dieser Kreuzstellung ist, dass das lateinische Wort *corpus* übernommen, *mens* aber beim zweiten Mal durch *animus* ersetzt wird. Der Geist ist also nicht einfach nur Geist, sondern hat mehr Facetten als nur die, dass er einfach nur das Gegenteil des Körpers darstellt. So beschreibt *mens* eher das Denkvermögen und den Verstand, während mit *animus* die Empfindung und die Leidenschaft gemeint sind. Im Folgenden werde ich aber keine Unterscheidung zwischen den beiden Wörtern bzw. zwischen Geist und Seele vornehmen, da die intensive Beschäftigung mit diesem Problem zu weit vom Thema wegführen würde.

Gellius' Kapitel über die Musik und ihre Wirkung lässt sich folglich in zwei Abschnitte teilen. Der erste (vgl. xiii, 1-3) handelt von der konkreten Wirkung auf den Körper des Menschen, der zweite (vgl. xiii, 4) davon, welche Wirkung Musik auf den Geist bzw. die Seele haben kann. Er nimmt aber auch in Ansätzen Bezug auf das in der Philosophie viel diskutierte Leib-Seele-Problem.

3 Musik und ihre Wirkung auf den Geist bzw. die Seele

Bevor ich aber das besagte Problem des Zusammenhangs zwischen Körper und Geist thematisieren werde, möchte ich zunächst über die Wirkung der Musik auf die Seele sprechen.

Quintilian, ein bedeutender Rhetoriker des ersten Jahrhunderts nach Christus, erläutert in seinem Werk „*Institutio oratoria*“ sein Konzept zur Ausbildung und Erziehung des Redners. Dabei geht er nicht nur auf die rhetorische Technik, sondern auch auf sein philosophisches Erziehungsideal ein⁷.

In der vorliegenden Passage aus dem neunten Buch⁸ nennt er zunächst Gründe dafür, „dass die Wortfügung die höchste Wichtigkeit hat nicht nur zur Unterhaltung, sondern auch zur Erregung der Gefühle“⁹, im Lateinischen *motum [...] animorum* (iv, 9). Der erste Grund sei, dass zum Gemütszustand (iv, 10: *adfectus*) nichts Zugang habe, wenn es sich im Ohr „unliebsam bemerkbar mach[e]“¹⁰. Als zweiten Grund nennt er die Tatsache, dass der Mensch von Natur aus *ad modos* (iv, 10), zur Musik bzw. zur Melodie, hingezogen werde. Denn auch ohne Worte würden Töne den Menschen in verschiedene Stimmungen versetzen.

Der Begriff *adfectus*, den Quintilian hier verwendet, führt zum Thema, welche Wirkung die Musik auf unsere Gefühle hat. Affektive Erlebnisse „können [...] physiologische, körperliche ‚Folgen‘ haben“¹¹, schreibt der Philosoph SEIFERT in einem seiner Bücher. Quintilian nennt es *motum [...] animorum*, wir kennen diese „Erregung der Gefühle“ z. B. in Form von Erröten oder Herzklopfen, wenn wir aufgeregt sind¹². Aber auch Musik kann so eine Wirkung haben: Wer von uns hat nicht seine Lieblingsmusik, bei der sich, wenn wir sie hören, ein Gefühl von Glückseligkeit oder Ähnlichem in uns ausbreitet?

Und eben diese Wirkung sollen nach Quintilian schon die Pythagoreer gezielt angewandt haben. Sie hätten die Gewohnheit, nach dem Aufwachen ihre Geister (iv, 12: *animos*) „beim Klang der Lyra zu ermuntern“¹³ und vor dem Schlafengehen zum selben die Geister (iv, 12: *mentes*) von aufgewühlten Gedanken (iv, 12: *turbidiorum cogitationum*) zu befreien.

Nun fragen sich bestimmt einige: „Die Pythagoreer? Pythagoras? Was hat der mit Musik zu tun? Ist das nicht ein Mathematiker?“ Ja, genau der Mathematiker und Philosoph Pythagoras ist gemeint. Dass für ihn und seine Anhänger, die Pythagoreer, alles Zahl ist, schreibt der Arzt

⁷ vgl. KREFELD, S. 113

⁸ Quint. *Inst. orat.* IX, iv, 10 u. 12

⁹ RAHN, S. 369

¹⁰ ebd.

¹¹ SEIFERT, S. 275

¹² SEIFERT, S. 275

¹³ RAHN, S. 369

und Philosoph Sextus Empiricus in seinem Werk „Adversus Mathematicos“: „ἀριθμῶ δὲ τε πάντ' ἐπέοικεν“ (Adv. Mat. VII, 94). Zentral in ihrer Lehre ist dabei die τετρακτύς¹⁴, die Vierzahl. Gemeint ist hiermit eine bestimmte Zahl, die aus der Summe der ersten vier Zahlen zusammengesetzt ist und die vollkommenste Zahl ergibt (VII, 95: τὸν τελειότατον): die Zahl Zehn, die aus der Summe 1+2+3+4 gebildet wird. Auch die von Pythagoras gefundenen Intervalle in der Musik werden mithilfe des Schwingungsverhältnisses auf einem einsaitigen Instrument, dem Monochord, in Zahlen ausgedrückt. So ergibt sich beispielsweise für die Oktave das Verhältnis 2:1, weil ein Teil von zwei gedachten bei der Tonerzeugung schwingt¹⁵. Es bestätigt sich also: „Alles ist Zahl.“

Mit der Tetraktys und diesen Zahlenverhältnissen hängt die Harmonie, im Griechischen ἁρμονία, zusammen. Laut Sextus sollen die Pythagoreer behauptet haben, dass der „Kosmos der Harmonie gemäß“¹⁶ sei und diese wiederum sich aus einem System von drei Zusammenklängen zusammensetze (VII, 95: ἡ δὲ ἁρμονία σύστημα ἐστὶ τριῶν συμφωνιῶν), nämlich aus den Intervallen Quarte, Quinte und Oktave. Und eben diese ἁρμονία gelte auch für die Seele, die durch die Katharsis (= Reinigung) zur καλοκάγαθία gelangen sollte. Wörtlich übersetzt bedeutet καλὸς καὶ ἀγαθός „schön und gut“ und meint als Substantiv die sittliche Vollkommenheit. Seit Homer wurde von den Philosophen verschiedener Zeiten immer wieder über die Bedeutung dieses Ausdrucks diskutiert. So ist beispielsweise Aristoteles der Meinung, die Tugend sei in der Kalokagathia vollendet, wenn äußere Güter wie Reichtum (ἀγαθά) nur für das Tugendhafte (καλά) gebraucht würden. Wenngleich die Definitionen für die Kalokagathia in Nuancen von Philosoph zu Philosoph unterschiedlich sind, gleichen sie sich dennoch in dem Punkt, dass sie als Lebensideal zu erreichen gilt.

Über die Pythagoreer ist in dem Zusammenhang überliefert, dass sie an den „reinigenden Einfluss der Musik auf die Seele“¹⁷ glaubten. So erklärt sich auch die von Quintilian beschriebene Gewohnheit, Musik gezielt am Morgen und Abend zur Stimulation des Geistes einzusetzen.

Auch andere Autoren beschäftigten sich mit den Pythagoreern: Der griechische Philosoph und Neuplatoniker Iamblich schreibt in seiner „Vita Pythagorae“ von den sogenannten Ἀκούσματα, wörtlich übersetzt „gehörte Dinge“, eine Art Spruchweisheiten¹⁸. In denen wird unter anderem gefragt, was das Schönste sei, worauf die Antwort ἁρμονία (Vit. Pyth. 82) lautet. Auch sei die Tetraktys das Orakel von Delphi, und „eben das [sei] die *harmonia*, in

¹⁴ vgl. Sext. Emp. Adv. Mat. VII, 94 – 95

¹⁵ vgl. SCHRAMM und SOGNER, S. 112

¹⁶ KIRK, RAVEN und SCHOFIELD, S. 257

¹⁷ SCHRAMM und SOGNER, S. 116

¹⁸ vgl. KIRK, RAVEN und SCHOFIELD, S. 255

der die Sirenen singen¹⁹ und die Menschen betören. Hier wird der Spruch also mit dem Orakel von Delphi, also mit „dem Zentrum der Wahrheit“²⁰ identifiziert. Des Weiteren werden die Zahl (82: ἀριθμός) als das Weiseste (82: τὸ σοφώτατον) und die Heilkunst (82: ἰατρική) als das Weiseste, das von uns ausgeht, betitelt.

Zuletzt möchte ich noch kurz auf Platon, einen Schüler des berühmten Philosophen Sokrates, eingehen. Sein Werk Phaidon behandelt die Frage nach der Unsterblichkeit der Seele. Im vorliegenden Abschnitt²¹ erhebt Simmias im Gespräch mit Sokrates den Einwand der Unsterblichkeit der Seele. Ersterer stellt zunächst den Zusammenhang zwischen der ψυχή (Seele), die eine Stimmung (ἁρμονία) sei, und σῶμα (Leib) dar²², indem er sagt, dass bei Krankheit (νόσος) und anderen Übeln auch die Seele in Mitleidenschaft gezogen werde. Aus diesem Grund müsse diese zusammen mit dem Körper untergehen.

Mit diesem Einwand nimmt Simmias Anstoß an der Vorstellung der Seelenwanderung, von der Sokrates bzw. Platon, der ihm in seinem Werk entsprechende Worte in den Mund legt, überzeugt war. Nach den beiden Philosophen sei die Seele für das „Lebendigsein“ zuständig und habe ein Verlangen nach der Erkenntnis bzw. nach der Katharsis. So stelle die Gebundenheit der Seele an den Körper quasi eine Gefangenschaft und der Tod die Erlösung von derselben dar. Platon vertritt also eindeutig eine dualistische Vorstellung von Leib und Seele, weil sonst die Seelenwanderung nicht möglich wäre.

Ähnlich positioniert sich auch René Descartes, der im 17. Jh. lebte, zum Leib-Seele-Problem. Er nennt die Seele *res cogitans* („denkende Sache“), den Körper aber *res extensa* („ausgedehnte Sache“). Erst die *res cogitans* mache den Menschen zu einem solchen und nicht zu einem Tier oder gar einer Maschine. Denn nur mit ihr könne er Probleme lösen. Diese Tatsache lässt sich in dem Satz „Cogito ergo sum“ („Ich denke, also bin ich“) zusammenfassen, mit dem man heutzutage den Wissenschaftler und Philosophen verbindet.

Dem gegenüber steht der Monismus, den Demokrit oder auch Lukrez befürworten. Nach ihnen sei der *animus* („Geist“) als materieller Bestandteil des Körpers für Entscheidungen zuständig und würde nach dem Tod nicht mehr Fortbestehen, weil die Einheit von Leib und Seele zerstört werde.

Es ist also von der Vorstellung über den Zusammenhang zwischen Leib und Seele abhängig, inwieweit die Musik Wirkungen auf den Geist und somit auch auf den Körper haben kann.

¹⁹ KIRK, RAVEN und SCHOFIELD, S. 256

²⁰ SCHRAMM und SORGNER, S. 112

²¹ Plat. *Phd.* 86c – d

²² vgl. Plat. *Phd.* 86c

4 Musik und ihre Wirkung auf den Körper – Anwendung in der antiken Medizin

Vorrangig war nicht die Behandlung von Krankheiten mit Musik in der Antike üblich. Bekannt geworden ist der Gott der Heilkunst Asklepios, im Lateinischen Äskulap, der nach einem Mythos Rom und Latium in Form einer Schlange gerettet haben soll, als 293 v. Chr. dort eine Pest ausgebrochen war²³. Schon vorher wurde er in Epidauros verehrt, wo er den Kranken im Rahmen des Heilverfahrens im Schlaf erschien und ihnen Anweisungen zur Behandlung ihres Leidens gab.

Auch Hippokrates ist zu nennen, der als Begründer der Medizin als Wissenschaft gilt. Noch heute ist uns der Eid des Hippokrates mit seinen ethischen Grundsätzen bekannt. Darüber hinaus war die Viersäftelehre aus dem „Corpus Hippocraticum“ für die damalige Medizin bedeutend. Man ging davon aus, dass ein Mensch gesund sei, wenn im Körper zwischen den vier Körpersäften, den *humores*, ein Gleichgewicht herrsche. Celsus, Galen und später Paracelsus entwickelten diese Lehre weiter. Heutzutage spricht man in der Temperamentenlehre immer noch von vier verschiedenen Typen, nämlich den Sanguinikern, Cholirikern, Melancholikern und Phlegmatikern.

Es gibt jedoch bei verschiedenen antiken Autoren den Hinweis, dass neben diesen und anderen gewöhnlichen Behandlungsmethoden, wie z. B. Kräuterkunde, auch andere angewandt wurden.

Von der Wirkung des *carmen* direkt auf den Körper berichtet uns der Schriftsteller Gaius Plinius Secundus Maior aus dem ersten Jahrhundert nach Christus in seiner mehrbändigen Enzyklopädie „Naturalis historiae“. Er nennt beispielsweise Homer, der „sagte, daß Odysseus den Blutfluß aus einem verwundeten Schenkel durch einen Zauberspruch gestillt habe“²⁴. Das lateinische Wort *carmen* wird hier von KÖNIG mit „Zauberspruch“ übersetzt. Doch könnte auch die Bedeutung „Lied“ passen. Bei Homer an besagter Stelle²⁵ liest man ein dem *carmen* ähnliches Wort im Griechischen: *ἔπαιδιῆ* (V. 457). Etymologisch gesehen ist hiermit der Gesang in die Richtung von jemandem oder etwas gemeint²⁶.

Darüber hinaus nennt Plinius – genau wie Gellius – Theophrast, der von der Heilung der Hüftgelenke schreibt. Ebenso soll das *carmen* nach Cato bei verrenkten Gliedern und nach Varro bei Fußgicht helfen.

²³ vgl. KRUG, S. 36

²⁴ KÖNIG, S. 25

²⁵ Hom. Od. XIX, 456 – 458

²⁶ *ἔπαιδιῆ* setzt sich zusammen aus *ἐπί* (darauf) und *ᾠδή* (Gesang, Lied)

Inwieweit hier Zaubersprüche oder eben doch Instrumentenklänge gemeint sind, lässt sich nicht endgültig klären. Glaubt man Gellius, so ist es möglich mit Flötenmusik den Körper zu heilen²⁷. Nach ihm müsste also das *carmen*, von dem Plinius schreibt, mit „Musik“ oder „Lied“ übersetzt werden. Musik könnte demnach also auch eine heilende Wirkung auf den Körper haben, die einige Römer und Griechen gezielt einzusetzen wussten.

5 Bezug zur Moderne

5.1 Wirkung auf die Seele

Ebenso wie in der Antike beschäftigen sich heutzutage noch Menschen mit der Wirkung der Musik auf Körper und Geist. Natürlich hat sich die Musik im Laufe der Jahrhunderte gewandelt. Mittlerweile ist aus den ersten Versuchen im 6. Jh. v. Chr., Musik schriftlich festzuhalten, ein ausgeklügeltes Notationssystem entstanden. Außerdem haben wir mithilfe des Internets die Möglichkeit rund um die Uhr auf Musik unterschiedlichster Epochen und Stile zurückzugreifen. Doch bleibt die Wirkung von Melodie und Rhythmus auf den Menschen die gleiche.

In der Neurologie ist bekannt, dass Musik Lebensfreude und Selbstvertrauen steigern kann. Auch beim sogenannten Burnout-Syndrom kann sie stressmindernd wirken und zu einer schnelleren Erholung führen. Außerdem fördert Musik richtig angewandt die Konzentrationsfähigkeit und Kreativität des Menschen und unterstützt die geistige Flexibilität bis ins hohe Alter²⁸.

Musik löst bei uns bestimmte Emotionen aus. Dabei hängt es von der Art der Musik ab, welche Wirkung sie auf uns hat. Nicht unbedeutend ist hierbei die Tonart. Während moll-Tonarten bekanntlich eher melancholisch und besinnlich klingen, erwecken Dur-Tonarten in uns tendenziell Gefühle von Fröhlichkeit und Ausgelassenheit.

Bei Ludwig van Beethovens berühmter Symphonie Nr. 5, der sogenannten „Schicksalssymphonie“, wird deutlich, wie Musik unsere Empfindungen widerspiegelt. Sie steht in c-Moll und verursacht beim Hörer schon von Anfang an mit dem berühmten „Ta ta ta taa“ ein bedrückendes, aber klares Bild vom unabwendbaren Schicksal.

So haben also verschiedene Arten von Musik unterschiedliche Einflüsse auf unsere Seele.

²⁷ vgl. S. 2

²⁸ vgl. TRAPPE, S. 2

5.2 Wirkung auf den Körper

Doch nicht nur auf den Geist sondern auch auf unseren Körper hat Musik nachweisbare positive Wirkungen.

Sie wird gezielt zur Linderung von physischen Schmerzen angewandt. Denn hören wir unsere Lieblingsmusik werden „körpereigene Hormone ausgeschüttet, die schmerzlindernd und stimmungsaufhellend wirken“²⁹. An diesem Beispiel zeigt sich auch wieder der Zusammenhang zwischen Körper und Geist.

Doch längst nicht jede Musik ist, wie es auch schon Gellius andeutet³⁰, gleich gut geeignet. Es muss die richtige Art von Musik zum passenden Zeitpunkt gewählt werden. So baut Musik aus den Bereichen Heavy Metal und Techno Stress auf und führt zu einer erhöhten Herzfrequenz. Es soll sogar schon Todesfälle auf Techno-Partys infolge von Herzrhythmusstörungen gegeben haben³¹.

Besonders effektiv ist hingegen klassische oder meditative Musik. Sie wird auf Intensivstationen abgespielt, um so eine geringere Dosis von schmerzlindernden oder beruhigenden Medikamenten zu ermöglichen.

Darüber hinaus findet die Musiktherapie immer öfter Anwendung. Zum Beispiel kann man mit ihr Aphasiepatienten, also Menschen mit Sprachverlust nach bereits erworbener Sprache, ermöglichen, wieder zu sprechen, wenn die entsprechenden Hirnregionen, die für das Sprechen zuständig sind, nicht mehr richtig funktionieren³². Denn unser Sprachzentrum befindet sich in der linken Hemisphäre (Gehirnhälfte), aber Musikalität und Emotionen werden von der rechten aus gesteuert.

Darüber hinaus ist es bewiesen, dass Musik Auswirkungen auf die Gehirnplastizität hat. Wer von Kindesbeinen an ein Instrument erlernt, fördert den Ausbau bestimmter Hirnareale und verändert so die Anatomie des Gehirns³³. Es entstehen also immer mehr Verknüpfungen im Nervensystem. Darüber hinaus ist der Nervenstrang, der die beiden Gehirnhälften verbindet, Corpus callosum genannt, bei Musikern und musikkaffinen Menschen besonders stark ausgeprägt³⁴.

Musik beeinflusst folglich in vielerlei Hinsicht Körper und Geist des Menschen. Setzt man sie gezielt und richtig ein, kann sie in uns positive Gefühle wecken und sogar Schmerzen lindern.

²⁹ TRAPPE, S. 4

³⁰ vgl. Gell. IV, xiii, 3

³¹ vgl. TRAPPE, S. 3

³² vgl. ALTENMÜLLER und SCHLAUG, S. 213

³³ vgl. ALTENMÜLLER und SCHLAUG, S. 212

³⁴ vgl. TRAPPE, S. 3

6 Fazit

Wir sehen also: Schon die alten Griechen setzten sich mit Musik und ihrer Wirkung auf Körper und Geist auseinander. Was Gellius bei Autoren wie Theophrast oder Demokrit fand, nämlich dass das Flötenspiel *scite modulateque* („geschickt und taktmäßig“) angewandt Hüftgelenkschmerzen heilen kann, wird durch den heutigen Stand der Wissenschaft bestätigt.

Nicht unbedeutend für die Wirkungskraft ist dabei der harmonische Zusammenklang der Töne, um bestimmte Effekte mit Musik zu erreichen. Dass durch sie bestimmte biochemische Prozesse angeregt werden, die wiederum zur Folge haben, dass wir uns wohlfühlen, wird in der Medizin bewusst ausgenutzt. Weil Leib und Seele auf eine bestimmte Art und Weise zusammenhängen, wie Gellius schreibt, wird es möglich, die hohe Dosis von Analgetika und Ähnlichem herabzusetzen und den Körper so zu schonen.

Deshalb sehe ich in der Forschung auf dem gesamten Gebiet für das Heilen mit Musik viel Potenzial. Es lohnt sich aber auch für jeden einzelnen von uns sich mit Musik auseinanderzusetzen, wie es die Pythagoreer taten. Dabei werden nicht nur die Hirnstrukturen verbessert. Wenn wir Musik machen oder ihr zuhören, verursacht das in uns ein bestimmtes Gefühl, das in unsere Stimmung verändern kann. Um es in den Worten Platons auszudrücken: „Rhythmen und Töne dringen am tiefsten in die Seele und erschüttern sie am gewaltigsten.“³⁵ Nutzen wir also die positive Wirkung von Musik auf Körper und Geist und sorgen so für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit!

³⁵ Plat. Politeia

7 Textzitat

Ausgangstext (Primärquelle): Aulus Gellius: Noctes Atticae IV, xiii, 1-4

Quod incentiones quaedam tiliarum certo modo factae ischiacis mederi possunt.

1 Creditum hoc a plerisque esse et memoriae mandatum, ischia cum maxime doleant, tum, si modulis lenibus tibicen incinat, **2** minui dolores, ego nuperrime in libro Theophrasti scriptum inueni. **3** Viperae morsibus tibicinum scite modulateque adhibitum mederi refert etiam Democriti liber, qui inscribitur, in quo docet plurimis hominum morbidis medicinae fuisse incentiones tiliarum. **4** Tanta prosus adfinitas est corporibus hominum mentibusque et propterea vitiis quoque aut medellis animorum et corporum.

Eigene Übersetzung des Ausgangstextes

Dass das auf eine gewisse Art und Weise³⁶ angestimmte Spiel auf der Rohrflöte Hüftgelenkschmerzen heilen kann.

1 Dass von den meisten geglaubt und überliefert ist, dass, wenn Hüftgelenke sehr stark schmerzen, dann, wenn ein Flötenspieler mit seinen sanften Melodien anstimmt, **2** die Schmerzen gelindert werden, das habe ich vor Kurzem in einem Buch des Theophrast geschrieben gefunden. **3** Dass geschickt und taktmäßig angewandtes Flötenspiel Vipernbisse heilt, überliefert auch das Buch des Demokrit, das mit („Anleitung über Rhythmus und Harmonie“ bzw. „περὶ ῥυθμῶν ἢ λογικῶν κανῶν“)³⁷ betitelt ist, in dem er lehrt, bei sehr vielen kranken Menschen sei das Spiel auf der Rohrflöte Heilmittel gewesen. **4** Ein so ganz und gar enger Zusammenhang besteht zwischen Körper und Geist des Menschen und deshalb auch zwischen Krankheitsursache oder Heilmittel für Geist und Körper.

Homer: Odyssee XIX, 456 – 458

ὠτειλὴν δ' Ὀδυσῆος ἀμύμονος ἀντιθέοιο
δῆσαν ἐπισταμένως, ἐπαιδιῆ δ' αἶμα κελαινὸν
ἔσχεθον, [...]

Iamblichos: Vita Pythagorae 82

πάντα δὲ τὰ οὕτως <καλούμενα> Ἀκούσματα διήρηται εἰς τρία εἶδη· τὰ μὲν γὰρ αὐτῶν τί ἐστι σημαίνει, τὰ δὲ τί μάλιστα, τὰ δὲ τί δεῖ πράττειν ἢ μὴ πράττειν. τὰ μὲν οὖν τί ἐστι τοιαῦτα,

³⁶ gemeint sind bestimmte Harmonien, vgl. hierzu WEISS, S. 251

³⁷ vgl. WEISS, S. 252

οἶον τί ἐστὶν αἱ μακάρων νῆσοι; ἥλιος καὶ σελήνη. τί ἐστὶ τὸ ἐν Δελφοῖς μαντεῖον; τετρακτύς· ὅπερ ἐστὶν ἡ ἀρμονία, ἐν ἧ αἱ Σειρήνες. τὰ δὲ τί μάλιστα, οἶον τί τὸ δικαιοτάτον; θύειν. τί τὸ σοφώτατον; ἀριθμός, δεύτερον δὲ ὁ τοῖς πράγμασι τὰ ὀνόματα θέμενος. τί σοφώτατον τῶν παρ' ἡμῖν; ἰατρική. τί κάλλιστον; ἀρμονία. τί κράτιστον; γνώμη. τί ἄριστον; εὐδαιμονία. τί δὲ ἀληθέστατον λέγεται; ὅτι πονηροὶ οἱ ἄνθρωποι.

C. Plinius Secundus Maior: Naturalis Historiae XXVIII, iv, 21

dixit Homerus profluvium sanguinis vulnerato femine Ulixen inhibuisse carmine, Theophrastus ischiadicis sanari; Cato prodidit luxatis membris carmen auxiliare, M. Varro podagris. Caesarem dictatorem post unum ancipitem vehiculi casum ferunt semper, ut primum consedisset, id quod plerosque nunc facere scimus, carmine ter repetito securitatem itinerum aucupari solitum.

Platon: Phaidon 86c – 86d

86c [...] Εἰ οὖν τυγχάνει ἡ ψυχὴ οὕσα ἀρμονία τις, δῆλον ὅτι, ὅταν χαλασθῇ τὸ σῶμα ἡμῶν ἀμέτρως ἢ ἐπιταθῇ ὑπὸ νόσων καὶ ἄλλων κακῶν, τὴν μὲν ψυχὴν ἀνάγκη εὐθὺς ὑπάρχει ἀπολωλέναι, καίπερ οὕσαν θειοτάτην, ὥσπερ καὶ αἱ ἄλλαι ἀρμονίαι αἵ τ' ἐν τοῖς φθόγγοις καὶ ἐν τοῖς τῶν δημιουργῶν ἔργοις πᾶσι, τὰ δὲ λείψανα τοῦ σώματος ἐκάστου πολὺν χρόνον παραμένειν, ἕως ἂν ἡ κατακαυθῇ ἢ κατασαπῇ. **86d** Ὅρα οὖν πρὸς τοῦτον τὸν λόγον τί φήσομεν, ἐάν τις ἀξιοῖ κρᾶσιν οὕσαν τὴν ψυχὴν τῶν ἐν τῷ σώματι ἐν τῷ καλουμένῳ θανάτῳ πρῶτην ἀπόλλυσθαι. [...]

Marcus Fabius Quintilianus: Institutio oratoria IX, iv, 10 u. 12

10 primum quia nihil intrare potest in adfectus, quod in aure velut quodam vestibulo statim offendit, deinde quod natura ducimur ad modos. neque enim aliter eveniret ut illi quoque organorum soni, quamquam verba non expriment, in alios tamen atque alios motus ducerent auditorem. [...] **12** Pythagoreis certe moris fuit, et cum evigilassent, animos ad lyram excitare, quo essent ad agendum erectiores, et cum somnum peterent, ad eandem prius lenire mentes, ut, si quid fuisset turbidiorum cogitationum, componerent.

Sextus: Adversus mathematicos VII, 94 – 95

καὶ τοῦτο ἐμφαίνοντες οἱ Πυθαγορικοὶ ποτὲ μὲν εἰώθασιν λέγειν τὸ “ἀριθμῶ δὲ τε πάντ' ἐπέοικεν”, ὅτε δὲ τὸν φυσικώτατον ὀμνύειν ὄρκον οὕτωςί, “οὐ μὰ τὸν ἀμετέρα κεφαλᾷ παραδόντα τετρακτύν, / πηγὴν ἀενάου φύσεως ρίζωμά τ' ἔχουσαν”, τὸν μὲν παραδόντα λέγοντες Πυθαγόραν (τοῦτον γὰρ ἐθεοποιοῦν), τετρακτύν δὲ ἀριθμὸν τινα, ὃς ἐκ τεσσάρων τῶν πρῶτων ἀριθμῶν συγκείμενος τὸν τελειότατον ἀπῆρτιζεν, ὥσπερ τὸν δέκα· ἐν γὰρ καὶ

δύο καὶ τρία καὶ τέσσαρα δέκα γίνεται. ἔστι τε οὗτος ὁ ἀριθμὸς πρώτη τετρακτύς, πηγὴ δὲ ἀενάου φύσεως λέλεκται παρόσον κατ' αὐτοῦς ὁ σύμπας κόσμος κατὰ ἀρμονίαν διοικεῖται, ἡ δὲ ἀρμονία σύστημα ἔστι τριῶν συμφωνιῶν, τῆς τε διὰ τεσσάρων καὶ τῆς διὰ πέντε καὶ τῆς διὰ πασῶν, τούτων δὲ τῶν τριῶν συμφωνιῶν αἱ ἀναλογίαι ἐν τοῖς προειρημένοις τέτταρσιν ἀριθμοῖς εὐρίσκονται, ἔν τε τῷ ἐνὶ κὰν τῷ δύο κὰν τῷ τρία κὰν τῷ τέσσαρα.

8 Literaturverzeichnis

Primärquelle und Kommentar:

MARSHALL, Peter K. (Hrsg.): *A. Gellii Noctes Atticae, recognovit brevique adnotatione critica instruxit P. K. Marshall, Tomus I, Libri I-X*, Oxford University Press, Oxford (u. a.) 1991

HOLFORD-STREVENS, Leofranc: *Aulus Gellius*, Gerald Duckworth & Co. Ltd., London 1988

WEISS, Fritz (Hrsg.): *Aulus Gellius, Die attischen Nächte, zum 1. Male vollst. übers. und mit Anm. vers. von Fritz Weiss, Erster Band, I. – VIII. Buch*, Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt 1992, unveränd. reprografischer Nachdr. der Ausg. Leipzig, 1875

Sekundärquellen:

ALTENMÜLLER, Eckart und ROLLNIK, Jens D.: *Music in disorders of consciousness, in: Frontiers in Neuroscience, Auditory Cognitive Neuroscience, Volume 8, Article 190*, Juli 2014

ALTENMÜLLER, Eckart und SCHLAUG, Gottfried: *Neurobiological Aspects of Neurologic Music Therapy, in: Music and Medicine, 5(4) 210-216*, Sage Publications, 2013

EIGLER, Gunther (Hrsg.): *Plato, Werke in 8 Bänden, griechisch und deutsch, Bd. 3, Phaidon, Symposion (u. a.)*, Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt 1990, Sonderausg. zur 3. unveränderte Auflage

KIRK, Geoffrey, RAVEN, John E. und SCHOFIELD, Malcolm: *Die vorsokratischen Philosophen, Einführung, Texte und Kommentare, ins Dt. übers. von Karlheinz Hülsner*, Verlag J. B. Metzler, Stuttgart (u. a.) 2001

KÖNIG, Roderich (Hrsg./Übers., u. a.): *C. Plinius Secundus d. Ä., Naturkunde, Lateinisch – Deutsch, Buch XXVIII, Medizin und Pharmakologie, Heilmittel aus dem Tierreich*, Artemis Verlag, München (u. a.) 1988

KREFELD, Heinrich (Hrsg.): *Hellenika, Einführung in die Kultur der Hellenen*, Cornelsen Verlag, Berlin 2002

KRUG, Antje: *Heilkunst und Heilkult, Medizin in der Antike*, C. H. Beck, München 1984

RAHN, Helmut (Hrsg./Übers.): *Quintilian, Ausbildung des Redners, Teil 2, Buch VII-XII*, Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt 1995, 3., gegenüber der 2. unveränderten Auflage

SCHRAMM, Michael und SORGNER, Stefan Lorenz (Hrsg.): *Musik in der antiken Philosophie, Eine Einführung*, Verlag Königshausen & Neumann GmbH, Würzburg 2010

SEIFERT, Josef: *Leib und Seele, ein Beitrag zur philosophischen Anthropologie*, Universitätsverlag Anton Pustet, Salzburg (u. a.) 1973

TRAPPE, Hans-Joachim: *Musik und Gesundheit, Sonderdruck aus: Musik-, Tanz- und Kunsttherapie, 21 (1), 1-6*, Hogrefe-Verlag, Göttingen 2010

VOSS, Johann Heinrich: *Homer, Ilias und Odyssee, Altgriechisch und Deutsch*, Zweitausendeins, Neu-Isenburg 2008