

## Klangpostkarten statt Hörschrott



Nicht nur die Popmusik ist globalisiert, auch die Geräusche. Das sagt der blinde Klangforscher und Musiktherapeut Wolfgang Fasser im Interview mit dem Tages-Anzeiger. Der typische Sound unserer Zeit sei das Gepiepse technischer Geräte und ein permanentes Rauschen des Verkehrs. «Wir leben mit viel Hörschrott. Es gibt nicht

viele Hörenswürdigkeiten.» In der Stadt singen gar die Vögel höher, damit sie sich gegen die zunehmende Konkurrenz behaupten können. Fasser sucht sich in der Natur Nischen, um mit einem Mikrofon Klangpostkarten aufzunehmen. Später hört er diese immer wieder an. «Ich empfinde mich nicht als blind. Denn ich höre. Ich schaffe mir Hörbilder.» Der ständige Lärm stumpft ab. Wer mit den Augen sehen kann, hört bald mit den Ohren weg. «Wir gewöhnen uns ans Weghören. Wir eignen uns an, taub zu werden.» Fasser rät deshalb, sich zwischendurch Zeit zu nehmen, um den Geräuschen der Umgebung zu lauschen.

Über Wolfgang Fasser und seine Musiktherapie in der Toskana läuft seit Ende Oktober ein Dokumentarfilm im Kino: «Nel giardino dei suoni» – Im Garten der Klänge. Nicola Belluccis Werk ist mit dem Prix de Soleure ausgezeichnet worden. *MH*  
www.nelgiardinodeisuoni.ch

## Tönt gut: Erdenergiezentrum auf dem Buschberg

Am 21. November 1994 war Lucius Werthmüller, Präsident des Basler Psi Vereins, bei der Öffnung des Erdenergiezentrums auf dem Buschberg bei Frick dabei. Nur durch die Anwesenheit der meditativ eingestimmten Gruppe, schien sich die dort eingeschlossene Energie, nach nur wenigen Minuten zu befreien. Werthmüller nahm die aus der Erde dringenden Töne auf, so dass sie immer noch zugänglich sind. Ihre Schwingung soll eine bewusstseinsverändernde Wirkung haben.

Die vier lauten, durchdringenden Töne, die damals aus der Erde kamen, entsprechen nicht der gängigen Vorstellung von Erdtönen, die man wohl eher mit einem diffusen Brummen verbinden würde. «Wir glauben, dass dies menschengemachte Energien sind», erklärt Werthmüller. Laut dem englischen Medium Geoff Boltwood, der bereits ein Jahr zuvor das Erdenergiezentrum bei Glastonbury geöffnet hatte, handelt es sich bei diesem Phänomen um Energien und Informationen, die im 4. Jh. n. Chr. dort eingeschlossen wurden. Nacheinander geöffnet könnten die Zentren ein Netzwerk zur Unterstützung des menschlichen Bewusstseins bilden. Die Öffnung selbst bescherte Werthmüller einige Überraschungen, abgesehen von der «Energiekugel», die durch seinen Körper zu rasen schien und sich schliesslich in der Herzgegend niederliess, schlief er mehrere Nächte nicht und wurde kurzzeitig hellsehtig. «Für mich war das wie ein LSD-Trip», sagt er rückblickend.



Kaum war damals Werthmüllers Bericht im «Psi-Info» erschienen, stand schon die BaZ vor der Tür, dicht gefolgt vom Schweizer Fernsehen und einer Reihe renommierter Printmedien. Nach diversen Veröffentlichungen meldeten sich Techno-DJs, welche die Töne in ihre Stücke einbauen wollten und der Bauer-Verlag bot an, eine Meditations-CD zu produzieren. Werthmüller lehnte ab – Interesse mit den Tönen Geld zu verdienen hat er nicht: «Bis heute habe ich mich gescheut, die Töne aufs Netz zu stellen.» Inzwischen wurde die Wirkung der Töne wissenschaftlich untersucht. Der deutsche Psychologe Dr. Günter Haffelder bestätigte, «dass ausnahmslos alle Versuchspersonen Hirnstrommuster zeigten, die auf einen veränderten Bewusstseinszustand schliessen lassen».

Inzwischen hat sich die Buschberg-Gruppe ein neues Ziel gesetzt: Die Öffnung des Erdenergiezentrums bei Montfort in Südfrankreich. Lokalisiert ist es bereits. Nun warten sie noch auf die Erlaubnis des Landbesitzers.

## Der Prinz ruft zur Revolution der Harmonie

Der britische Thronfolger Charles rechnet in seinem neuen Buch «Harmonie» mit den Schattenseiten der menschlichen Zivilisation ab. Für alle Politikfelder fordert er eine Rückkehr zu den Prinzipien des Natürlichen – basierend auf einem ganzheitlichen, ja spirituellen Weltbild. Wer den Prinzen nur aus Adelsklatsch-Gazetten kennt, wird überrascht sein: «Harmonie» ist ein Sachbuch-Meisterwerk, das Fachkompetenz und gedankliche Kühnheit beweist. «Dies ist ein Aufruf zur Revolution» beginnt das Buch. «Harmonie» gibt plausible Antworten auf brennende Fragen unserer Gegenwart: Was bedeutet es, in einem positiven Sinne «konservativ» zu sein? Wie könnte eine Politik aussehen, die von mystischen Grundannahmen ausgeht? Schliesslich: Was können wir tun? Richtigem Tun geht nach Ansicht von Charles immer richtiges Denken voraus. Das schliesst vor allem die Erkenntnis mit ein, dass wir Teil des Ganzen sind. So berichtet Charles nicht nur über katastrophale Fehlentwicklungen der letzten Jahrzehnte, er zeigt auch «Best Practices», wie sie von Vordenkern und Pionieren des Neuen vorgelebt werden. Dass das Buch von Weltmedien wie der «Zeit» lächerlich gemacht wird, ist ein Gütesiegel. Der Mann muss von den Machthebeln ferngehalten werden. Es würde sonst die Revolution ausbrechen. *RR*



**The Prince of Wales: Harmonie – eine neue Sicht unserer Welt.** Riemann, 2010, 348 S., Fr. 42.90/ Euro 24.95

## Wer lärmt, bezahlt – die Lärmsteuer

Sportwagen und andere Lärmschleudern verursachen Lärm, den die Allgemeinheit bezahlt – mit Lärmschutzwänden, dicken Fenstern oder gar mit schlaflosen Nächten. Leise Geräte sind teuer, doch die lauten wären nicht billiger, müssten ihre Käufer selbst für den Lärm aufkommen. Der Telepolis-Redakteur Peter Mühlbauer schlägt eine kluge Lösung vor, die Lärmsteuer: Je lauter ein Gerät, desto höher die Steuer. Ein Ferrari-Liebhaber, der trotz des Aufpreises nicht auf leisere Geräte umsteigt, bezahlt dann immerhin eine angemessene Steuer – die für den Lärmschutz eingesetzt werden kann.

*MH*

Quelle: Telepolis

## Ein «Musikament» gegen Migräne

Michael Endes «Momo» ist das munterste Mädchen der Stadt. Sie vermag die eigene Melodie trotz Lärm und Hektik zu hören. Wer seine Musik im heutigen Lärm verloren hat, dem hilft vielleicht ein «Musikament» weiter: Bei der so genannten Psychophonie werden Hirnströme der Patienten aufgezeichnet, nach mathematischen Regeln übersetzt und auf CD gespeichert. «Das Gehirn ist ein riesiges Orchester», sagt der Physiker und Psychophonie-Experte Bruno Fricker. Täglich angehört, lindert die Musik Migräne, Traumata und andere Störungen des autonomen Nervensystems. Anders als bei Momo wird diese Musik nicht unbedingt als harmonisch empfunden. Trotzdem heilt sie in vielen Fällen, wie eine Langzeitstudie mit Migränepatienten zeigt. Die Musik stabilisiert den Organismus, damit Freude, Trauer und Wut wieder ausgelebt werden können. *MH*

Das Erstellen einer Psychophonie-CD kostet 1 000 Franken. Einzelne Krankenkassen übernehmen je nach Zusatzversicherung den Betrag. [www.psychophonie.ch](http://www.psychophonie.ch)

## Der Rhythmus der Zellen

In der Antike galt das Leben als Rhythmus, Krankheiten hingegen als Stillstand. Nun kommen Forschungen zur Zellbiologie der Universität Erlangen-Nürnberg zum gleichen Befund: Die Körperrhythmen wie etwa der Herzschlag sind bis in die Zellen ablesbar. Eine gesunde Skelettmuskulatur schwingt bereits in der Ruhe. Für das blosse Auge sind Vibrationen aber nur in Extremzuständen wie beim Schüttelfrost sichtbar. Bei Krankheiten verlangsamen sich die Zellschwingungen, Schmerzen sind die Folge. Auf dieser Grundlage hat der Arzt und Wissenschaftler Ulrich Randoll die «Matrix-Rhythmus-Therapie» entwickelt. Sie stimuliert mit einem technischen Gerät, dem «Resonator», die Nervenenden und versetzt den Körper wieder in Schwingung. Die mechanisch-magnetischen Vibrationen des Gerätekopfs regen den Stoffwechsel zwischen Körperzellen und

## Motzchöre statt Katzenjammer

Lieder wie «Ich zähle täglich meine Sorgen» verwandeln Probleme in Heiterkeit. Eigentlich genial. Aus Finnland kommt jetzt eine Idee, die das Prinzip systematisch anwendet. «Beschwerdechöre» bündeln die Nöte ihrer Mitglieder zu Liedern. Wenn wir uns schon täglich über alles und jenes beschweren, dann könnte man das doch in eine schöne Form bringen, sagen die Initiatoren. Seit 2005 gibt es die Chöre rund um den Globus – auch in der Schweiz. «Zusammen über die ganze Welt zu motzen ist befreiend!», meint Bettina Ledergerber vom Verein Rührwerk. Sie gründete im März 2010 in Zürich einen Beschwerdechor, der je zur Hälfte aus geistig Behinderten und Nicht-Behinderten besteht. «Zu Beginn waren die Behinderten gar nicht gewöhnt, sich über etwas beschweren zu dürfen.» Grund genug, um daraus einen Refrain zu machen: «Redet mit öis, nöd über öis!». Da aber ein fünfminütiges Lied kaum ausreicht, um alle Sorgen loszuwerden, durften die Chormitglieder bei den Auftritten im August und September einzeln nach vorne treten, um ihr ganz persönliches Leid zu klagen. Ab Mai 2011 motzt der Chor wieder öffentlich. *MH*

[www.verein-ruehrwerk.ch](http://www.verein-ruehrwerk.ch)

## Pippo Pollina: «Freiheit wird sein»



«Wenn du wüsstest, wie schlecht sie reden über dich, ohne je deinen febrigen Blick gesehen zu haben, ohne die Blüten deines Frühlings zu kennen und den April deiner Blumen.»\* Pippo Pollinas Liebeserklärung an seine Heimat Palermo klingt süß und traurig zugleich. Man kann nicht Sizilianer sein, ohne die Schönheit dieser Landschaft gleichsam aufgesogen zu haben. Und man kann als sensibler Mensch nicht dort leben, ohne an der Doppeldiktatur der Schamlosigkeit aus Mafia und Berlusconi-Politik zu leiden. Beides prägt Musik und Texte von Pippo Pollina. Seine Auftritte sind stets durchdrungen von einer ernsten Glut, die wärmt und tröstet, aber auch aufklärt und anstachelt. Pippo Pollina ist der wahre Erbe der grossen Liedermacher der Weltkultur: Jacques Brel, Lucio Dalla und Víctor Jara. Mit Konstantin Wecker stand er auf der Bühne. Unvergessen Pippos ersten Konzerte mit Konstantin: als diese raue, starke Stimme plötzlich aus dem Nichts auftauchte und zu klagen begann: über den «Faschismus, der zurückkehrt von Berlin bis Rom». Und Hoffnung entzündete: «Lass uns alles mit dem Herzen tun, lass sie eintreten, diese neue Wirklichkeit.» Da war in der «Alternativszene» Deutschlands ein Star geboren.

Die Schweizer kennen Pippo Pollina schon länger. Pippo war Redakteur der Monatszeitschrift «I Sizziliani», bis deren Chefredakteur von der Cosa Nostra ermordet wurde. Durch seine Konflikte mit der Mafia wurde seine Lage in der Heimat unhaltbar. 1985 brach er zu einer dreijährigen Weltreise auf – und landete in der Schweiz. Heute lebt er in Zürich und ist mit einer Schweizerin verheiratet. In keinem anderen Land kann man derzeit so oft ein Pippo-Pollina-Konzert besuchen. Der Künstler trat u.a. mit Linard Bardill auf und spricht gut deutsch. 15 Alben und über 3 000 Konzerte zeugen von einer unermüdlichen Schaffenskraft. Pippo Pollina singt über Tschernobyl, über Pinochet, über den Tod des Poeten, über die Liebe, den Wein, den Duft der Erde und jene kleine Augenblicke des Glücks, die man einer Amok laufenden Welt abtrotzen muss. Immer wieder auch über sein Lebensthema: die Freiheit: «Gegen jede Macht, jede Anmassung, gegen jeden Schmerz, gegen die Rache, gegen die Gewalt der Gleichgültigkeit, um niemals zu vergessen – Freiheit wird sein!» *RR*

[www.pippopollina.com](http://www.pippopollina.com)

\*) Pippo singt seine Texte auf Italienisch.

Zum besseren Verständnis hier übersetzt.



deren Umgebungsflüssigkeit wieder an. Die Therapie ist zum Beispiel zur Behandlung von Rücken- und Kopfschmerzen geeignet und hilft bei rund drei Viertel der Patienten, wie eine Diplomarbeit zeigt. Die Matrix-Rhythmus-Therapie wird bisher nur in Deutschland und Österreich angeboten. Die Geräte können jedoch nach einem Einführungsseminar zum Eigengebrauch gekauft werden. *MH*

<http://systems.marhythe.de> – Preis: Euro 3569,00.



## Musik ist ein Menschenrecht!

Die Musikpädagogin Isabelle Meister Steffen ist eine Pionierfrau. In ihrer Musikschule musizieren Babies mit ihren Eltern, Schüler jeden Alters und alte Menschen nach Herzenslust drauflos. Ihr Credo: Musikalität ist dem Menschen angeboren, sie muss nicht gezüchtet, sondern vor allem befreit werden. Ihr Buch «Musik von Anfang» zeigt, wie es geht und vor allem auch warum. Das Ohr ist ab dem fünften Schwangerschaftsmonat entwickelt und ein essentielles Organ für unsere Selbstwahrnehmung. Föten strampeln, wenn sie Musik hören, Babies rasseln und Kinder singen gedankenverloren vor sich hin. Musik löst, wie sie schreibt, «beim Kind sprachliche Äusserung, motorische Aktivität und Freude aus und fördert ein Denken, das sich auf Auditiv-Sinnhaftes stützt, also zunächst einmal nicht sachbezogen und weder sichtbar noch greifbar ist». Isabella Steffen plädiert deshalb für «ein Menschenrecht auf musikalische Bildung, und zwar nicht mit der Begründung, sie mache intelligenter, so

zialer, kreativer u.a.m., das sind wichtige Nebenerscheinungen; Musik hat ihren Sinn und Zweck in sich selbst.»

Für dieses Menschenrecht kämpft sie nicht mit Erklärungen, sondern durch ihr Beispiel: Ihre Musikschule ist ein klingender Ameisenhaufen voller begeisterter Menschen, sie hat schon gegen 200 Musikpädagoginnen in der musikalischen Früherziehung ausgebildet und im August finden die ersten Kinder-Musiktage statt mit Dimitri Ashkenazy, Remo Largo, Jürg Jegge, Peter Bichsel, Anton Haefeli und anderen Koryphäen. Da wird auch ein bisschen klug geredet, aber vor allem komponiert, improvisiert, gesungen und gespielt. Die Musizierfreude der Kinder geht den Erwachsenen ans Herz. Am letzten Konzert der Musikschule mit 150 Kindern und Erwachsenen mit ihren Instrumenten und einer proppenvollen Kirche, die mitsang, flossen die Tränen. Nach dem Konzert kam ein Grossvater, hinterliess seine Visitenkarte und bat Isabella, ihm die Rechnung für die



**Isabella Meister-Steffen**, Gründerin des Zentrums für Musik  
«Solotutti: «Wir müssen unsere Ausbildungsmethoden den Kindern anpassen, nicht umgekehrt»

Kosten des Konzertes zu schicken. Abgesehen von einigen löblichen Ausnahmen wird Solotutti und die Kindermusiktage von öffentlichen Stellen allerdings so stiefmütterlich behandelt, dass wir diesen Text hier beenden müssen, um nicht ausfällig zu werden. Aber vielleicht haben Sie ja Lust, mitzuhelfen? CP

Infos: Solotutti, Gurzelengasse 34, 4500 Solothurn,  
Tel. 032 623 22 06, [www.solotutti.ch](http://www.solotutti.ch)

### 1. Kinder Musiktage, 19.–21. August 2011.

Isabella Steffen: **Musik von Anfang an**  
– auf der Suche nach dem Musikschatz in uns.  
Synergia Verlag, 2010. 104 S.,  
Fr. 34.90/Euro 24.90.



## Heinz Ratz: «Gegen die Starre – sprungbereit»

«Sie kommen aus ihren Löchern wie Ratten, die Blicke voll Elend und Hilflosigkeit. Da klettert die Angst über eure Krawatten, bis ihr nach Schutz und Sicherheit schreit.» Die Sprache von Heinz Ratz ist hart. Aber hart ist schliesslich auch die Sache, um die es geht: die erbarmungslose Not inmitten unserer Glitzerstädte. Mit seinem «Lauf gegen die Kälte» 2008 wollte der Liedermacher und Dichter auf das Schicksal der Wohnungslosen aufmerksam machen. Einen Monat lang wanderte er zu Fuss von Dortmund bis München und trat abends mit seinen Liedern auf. Eintritt frei, Spenden für Betroffene erbeten. Aus der einmaligen Aktion wurde ein «moralisches Triathlon». 2009 durchschwamm Heinz Ratz die deutschen Flüsse

– um auf das Artensterben aufmerksam zu machen. Für 2011 ist die dritte Etappe geplant: Da möchte sich Heinz Ratz aufs Fahrrad schwingen. Sein soziales Thema: Menschen- und Frauenhandel. Heinz möchte das schlafende soziale Bewusstsein vieler Menschen aufwecken, Leuten Mut machen, die spüren, dass etwas nicht stimmt in unserer Gesellschaft. Heinz Ratz redet vor dem Hintergrund persönlicher Betroffenheit. Er lebte, als er 24 war, ein Jahr lang selbst als Obdachloser.

Heinz Ratz' leidvolle persönliche Erfahrungen haben sein künstlerisches Schaffen eingefärbt. Man kann seine Verse düster nennen – oder einfach nur realistisch: «Wer Geld hat, greift nach höheren Rechten und feiert sich selber voll Leidenschaft. Aber hört ihr den Ruf aus den dreckigen Nächten? Auch die schlafende Armut, auch die Armut hat Kraft.» Und die Musik? Wer Heinz Ratz' Band «Strom und Wasser» hört, darf nicht erwarten, dass es wie Weihnachten mit Sarah Connor klingt. Der Sound ist minimalistisch und lässt viel Raum für das Textverständnis. Seine Produktionen sind gewollt «unfertig» und torpedieren so den Mythos von der CD als durchgestyltem Gesamtkunstwerk. Leben, scheint der Künstler sagen zu wollen, ist niemals so glatt. Es ist rau, sperrig und tut oft weh. Und doch gibt es dieses Aufflammen der Revolte und dieses Brennen vor Liebe – «gegen die Starre. Sprungbereit». RR

[www.heinzratz.de](http://www.heinzratz.de)



## Piepton gegen Teenager

Kinder hören mehr, und das ist nicht immer zu ihrem Vorteil. In Grossbritannien ist ein Kasten entwickelt worden, der dermassen schrille Töne aussendet, dass Jugendliche bis 25 die Flucht ergreifen. Das Hörspektrum eines Kindes liegt zwischen 16 und 20 Tausend Hertz und nimmt mit zunehmendem Alter ab. Ältere Menschen hören den Störton mit rund 18000 Hertz nicht mehr. Ein spießiger Bäcker hat den so genannten «Mosquito» zum ersten Mal ausprobiert und sich so die herumlungernenden Teenager vor seinem Laden vom Hals geschafft. Seither wird das Gerät auf der ganzen Welt verkauft. Aber «wer an einer Grube gräbt, fällt selbst hinein»: Jugendliche haben den Mosquito jetzt als Klingelton entdeckt. Damit können sie ihre Mobiltelefone in der Schule vom Lehrer unbemerkt klingeln lassen. MH

## Mozart in der Kläranlage

Was kommt Ihnen in den Sinn, wenn Sie an Mozart denken? Sicher kein Klärschlamm. Eine seltsame Wendung des Schicksals brachte die beiden dann doch zusammen. Die Betreiber der Treuenbrietzener Kläranlagen im Nordosten Deutschlands nutzen klassische Musik, um die für die Reinigung zuständigen Mikroben anzuspornen. Die Idee entstand bei der Erfinder-Firma Mundus in Wiesenburg nahe Treuenbrietzen. Dort wusste man, dass Pflanzen und Mikroben stark auf Musik ansprechen. «Wieso also keinen Versuch wagen?» Die Mikroben tanzten fortan zu klassischer Musik – mit phänomenalem Ergebnis: Trotz des besonders strengen Winters, der die Mikroben sonst lahm legt, erreichte die Anlage beinahe die Werte des Sommers.

«Mikroben haben kein Gehör wie wir, aber sie nehmen die Klänge wahr», erklärt Anton Stucki von Mundus. «Die Musik des Naturschallwandlers optimiert ihren Stoffwechsel.» Der Naturschallwandler gibt einen Kugelschall von sich, der sich gleichmässig von einem Punkt in alle Richtungen ausbreitet – wie bei einem Stein, der auf die Wasseroberfläche trifft. In Treuenbrietzen stiessen die Erfinder mit ihrer Idee auf offene Ohren. «Mozart ist besonders geeignet, weil er in seinen Werken den Kosmos eingefangen hat.» **MH**

www.mundus-gmbh.de, Vertreterin in der Schweiz:  
www.elodia.ch

## Zuhause im Klang der Tiefe

Es ist ein kleiner Keller und zugleich ein Universum – das Reich der Klänge im Klangkeller in der Berner Altstadt. Da treffen sich die Menschen zu meditativen Konzerten, zum Mantrasingen und Klangbehandlungen. Man tritt ein, lauscht, staunt, versinkt in der Musik. Auf einem roten Teppich stehen Instrumente, deren Namen auf der Gasse vor der Kellertür noch nie gehört worden sind: eine «Fujara», die Obertonflöte aus der Slowakei; oder eine «Tanpura», die Langhalslaute aus Indien. Das Herzstück des Kellers ist ein riesiger chinesischer Gong, sein Grollen eine Naturgewalt. Dieser tiefe Klang zieht sich durch Willi Grimms Leben wie ein roter Faden. Es ist kein Zufall, dass gerade der 64-jährige Musiker im Vorstand der «Vereinigung Klangkeller Bern» sitzt. Er spielt im Duo «Naturton», vertreibt Instrumente und bietet Klangtherapien an, um nur einige seiner Tätigkeiten zu nennen. Schon als Teenager fühlte er sich von der Tiefe angezogen: von erdigen Klängen und von tiefen Höhlen. Er spielte Bassgitarre in Rockbands und erkundete die Beatushöhlen oberhalb des Thunersees. «Die Höhlenmenschen faszinierten mich», erzählt er. 1968 wanderte er nach Australien aus, nachdem er in einer Zeitschrift von den Aborigines gelesen hatte. Dort lernte er Didgeridoo spielen und lebte mehrere Wochen mit den Eingeborenen. «Nun konnte ich den Bass und die Höhlenforschung kombinieren.» Nach drei Jahren hatte er jedoch genug: «Als ich merkte, wie viel ich über Australien gelernt hatte, dämmerte es mir, wie wenig ich über die Schweiz wusste.» Er war der Erste, der Didgeridoos nach Hause brachte. «Damals hiess es noch: «Was will der mit seinen Rohren?»»

Adresse: Junkerngasse 43 in der Berner Altstadt. Der Klangkeller finanziert sich über einen Verein – Mitglieder bezahlen Fr. 50.– im Jahr. Weblinks: www.klangkeller-bern.ch, www.naturton.ch



Willi Grimm spielt im Klangkeller in Bern auf einem Brujaos, einer Mischung aus tibetischem Tempelhorn und Didgeridoo.

In seinen 30ern entdeckte er, wieso ihn die Tiefe anzog: «In meinem Geburtshoroskop fand sich kein Erd-Element, nur Feuer, Luft und Wasser. Ich musste mir die Erde sonstwie aneignen.» Der tiefe Klang blieb ihm immer erhalten, aber seine Passion zur Höhlenforschung löste sich vor zwanzig Jahren dramatisch auf: Ausgerechnet an Weihnachten steckte er mit einem Freund in einer Höhle fest. «48 Stunden waren wir da unten mit nichts als einer Tafel Schokolade und einer Handvoll Studentenfutter.» Schliesslich wurden sie gerettet, doch der Überlebenskampf hinterliess seine Spuren: «Mir wurde auf einmal bewusst, wie viel Zeit ich den Höhlen widmete statt meiner Familie.» **MH**

## Mit und für die Zellen singen

Es gibt wohl kaum etwas, über das man sich so leicht lustig machen kann, wie der Körperzellen-Rock von Astrid Kuby und Michael Mosaro. Wenn tausend Menschen ein Kinderlied für Erwachsene singen, dazu tanzen und die Zellen des Körpers fröhlich werden, dann kommt einem das vor wie Schunkeln in einem esoterischen Festzelt. Aber: man hüte sich vor einem vorschnellen Urteil. Dass Zellen auf Schwingungen aller Art reagieren, ist mittlerweile wissenschaftlich erwiesen. Wenn dazu Worte gesprochen und gesungen wird, erhöht sich der Effekt. Und wenn man sich dazu noch bewegt, und dies in Gemeinschaft, dann entsteht eine ansteckende Wirkung, der man sich nur entziehen kann, indem man sich bewusst abgrenzt.

Ich habe den Zellenrock zum ersten Mal mit einer (sehr kritischen) Kollegin

in den sicheren Räumen unseres Büros ausprobiert, um mich nicht der Lächerlichkeit preiszugeben. Und siehe da: Es funktioniert, die Bedeutung der einfachen Worte fliesst spürbar durch den ganzen Körper.

*Jede Zelle meines Körpers ist glücklich,*

*jede Körperzelle fühlt sich froh.*

*Jede Zelle an jeder Stelle,*

*jede Zelle ist voll gut drauf.*

Die ansteckende Wonne, die sich mit dem Zellenrock ausbreitet, steht natürlich einem äusserst scharfen Kontrast zur Weltuntergangsstimmung, die unser Leben (mit plausiblen Gründen) zunehmend durchsetzt. Entsprechend vernichtend sind teilweise die Kommentare im Internet zu den Zellenrock-Videos. Lassen Sie sich davon nicht irre machen, probieren Sie es aus und entscheiden Sie selber, ob und wie Sie Ihre Zellen glücklich machen wollen.



Astrid Kuby ist von Haus aus Tanzlehrerin und in zweiter Ehe mit dem Dokumentarfilmer und Mitbegründer der Grünen, Clemens Kuby verheiratet, mit dem zusammen sie 2005 die «Europäische Akademie für Selbstheilungsprozesse» gründete. Der Körperzellen-Rock entstand 2008 mit dem Wiener Musiker Michael Mosaro als Mitmach-Lied. Nach dem durchschlagenden Erfolg produzierten sie zusammen das Album «Sing&Dance» mit zehn deutschsprachigen Mitmach-Mantren und Gute-Laune-Texten. **CP**

Weitere Infos, Videos und Bestellmöglichkeiten:  
www.astridkuby.de