

Die 3 Phasen des gestrichenen **herzviola®**-Tonspektrums

Wodurch führt die **herzviola®** zu natürlicher Kontemplation ?

1. Phase: Geburt, Wachstum

Der Wahrnehmungsprozess beginnt mit einem Dualismus: Bogenhaare reiben an der Saite, schabend entsteht, noch während die Bogenhaare streichen, ein Grundton, ich nenne ihn den *Einen* Ton. Dieser tritt spontan als „eng,verdichtet“ und in sich abgeschlossenen ins Bewusstsein.

Sobald aber die Bogenhaare die Saite verlassen, öffnet der Ton sich wie eine Blüte, verwandelt sich seine Qualität in „raumgebend, befreiend“ und es wird - integriert - die Ordnung der Teiltöne erlebbar. Wir „hören“ diese nicht nur technisch über die Ohren, sondern erleben sie auch mit der Haut, den Knochen, dem gesamten Nervensystem, wenn der Atem frei gelassen ist. Unmittelbar korreliert das Bewusstsein zwischen dem geriebenen, angestrichenen Grundton und den mühelos mit entstehenden, materiell weniger fassbaren Teiltönen, sodass der Eindruck eines plötzlich zusammengeführten Ganzen da ist. Ein einheitliches Tonspektrum, nicht getrennt vom ersten Eindruck, immer neu und innerlich sehr dynamisierend. Synchron erlebt, hört das Denken kurzzeitig auf; erleben sich Anwender und Empfänger im Moment, im Sein. Darin offenbart sich Bewusstsein an sich, welches keiner Erfahrung zugehörig ist: der Geist muss nicht weiter suchen; dadurch entspannt er sich. **Ein „In Sich ruhen“ geschieht.**

Diese Wahrnehmung des *Einen* Tones in der Vielfalt und die Vielfalt im *Einen* Ton, der Bezug davon zueinander scheinen ganz basal Orientierung und Zufriedenheit zu geben.

2. Phase: Vergehen, Verwandlung

Die Energie des Tones nimmt ab, aber nicht statisch, sondern verwandelt sich innerhalb eines spezifischen Prozesses. Dabei gibt es folgende Charakteristik: Sich zeigen, scheinbar verschwinden, wieder nach vorne kommen, wieder zurück und vor. Wie in einem inneren Tanz wird das Bewusstsein des Hörers sanft erregt. Von Moment zu Moment bis in die Stille geführt. Die Tonqualität ist deutlich nachvollziehbar angenehm leise werdend, sich immer mehr verfeinernd. Der Ton gibt seine Energie also behutsam ab. Gleichzeitig gibt es eine Zunahme innerhalb des Raum- und Zeiterlebens. Ebenso nimmt das Vermögen natürlicher Achtsamkeit über die körperliche Präsenz zu.

Die Herzviola führt in dieser Phase den Anwender **und** Hörer ganz mühelos zu feinsten Wahrnehmung. So spiegelt sich im Hörer seine eigene Sensibilität, das Körperbewusstsein bekommt einen hohen Stellenwert.

Der Träger des Tones, sein Ursprung aus dem er entsteht wird immer wahrnehmbarer; anfangs als sinnliche Wahrnehmung, dann in der Nachspürphase zusätzlich immer transzendenter.

3. Phase: kontemplativer Prozess, Sein

Der Ton wird sehr schön erlebbar immer noch schwächer - er reisst nicht plötzlich ab - feiner und feiner. Ein separates Ende ist unmöglich zu bestimmen, sodass sich das Bewusstsein in dem der Ton erscheint still herauschält. Der Ursprung des Tones wird präsent: Stille, mit der Qualität des darin „sich als Mensch selber Wiederfindens“. Eine Bewusstseinsweiterung- und Klärung hat stattgefunden. Innen und Außen fallen zusammen, werden als Einheit erkannt.

Aufgrund dieser geistigen Innenschau reagiert simultan der Körper; Der Atem lebt als Verbindung zwischen sinnlichem Erleben und Geistigem. (Der oben genannten Korrelation, der Transzendierung des Tonspektrums). Dieser kontemplative Prozess lässt Menschen Zugang zu sich finden, gute Anbindung erleben, der sie sich anvertrauen können.

Aus Schmerz, Angst, Verleugnung können über wiederholtes Erkennen schließlich Verständnis, Selbstempathie Zuversicht und Verwandlung erwachsen. Eine beherrztere Lebensplanung und Führung sind die Folge.

Voraussetzung für diese Prozesse im therapeutischen Rahmen:

Bereitschaft für achtsames Vorgehen, ohne Zeitdruck, unter geschützten, ungestörten räumlichen Bedingungen, Integration der Prozesse durch einen regen therap. Dialog. Auch der Anwender erlebt das Tonspektrum selber, gibt sich und seinem Gegenüber Zeit zum Nachwirken.



herzviola®
therapiekonzept
EDWIN SCHMITZ