

Hörst du dich?

Nichts kann die Seele heilen als die Sinne,
so wie nichts die Sinne heilen kann als die Seele.
(Oscar Wilde)

Hast du gewusst, dass der Hörsinn nach 4.5 Monaten komplett ausgebildet ist und unabhängig von der Mutter funktioniert? Hast du gewusst, dass er das erste komplett ausgebildete Sinnesorgan beim Embryo ist? Hast du schon bemerkt, dass die embryonale Haltung im Fruchtwasser der Ohrform gleicht?



Hast du gewusst, dass der Hörsinn enorm wichtig ist, um eine emotionale Beziehung zu Menschen aufbauen zu können? Vielleicht denkst du, der Sehsinn ist in diesem Zusammenhang doch viel wichtiger. Nein, ist er nicht. Über das Gehör kannst du viel leichter und feiner wahrnehmen, wie es dem andern geht. Der **Hörsinn ist der emotionalste unter allen Sinnen**. Die Augen sehen, was über das Gesicht nach aussen getragen bzw. gezeigt wird. Dies muss nicht zwingend mit der Gefühlslage im Innern übereinstimmen.

Ein Psychiater der zuerst in einer Taubstummenanstalt und dann in einem Blindenheim arbeitete, berichtete, dass in einer Taubstummenanstalt grosse Aggressivität herrschte. Die Blicke, die die Taubstummen füreinander hatten, wollten einander vernichten. Die Blinden waren dagegen viel rücksichtsvoller, hilfsbereiter und sensibler. **Taubheit macht immer misstrauisch**, da man die Emotionen des anderen nicht spürt. Gemäss Philosoph Heidegger führt sehen in die Freiheit und Hören in die Geborgenheit.

Am Tag dominieren die Augen und die optische Wahrnehmung alles. Nachts beginnen jedoch die Ohren wach zu werden, die Haut dehnt sich nach aussen und wird zur Membran für die feinen Geräusche.

Das Ohr ist nicht nur für das Hören zuständig, sondern auch für die Balance. Das **Trommelfell ist der Druckausgleich zwischen Innen- und Aussenwelt**. Im Ohr läuft die Unverträglichkeit der Welt auf einen Höhepunkt zu.

Viele Probleme werden mit dem Kiefer bearbeitet. Der Druck auf dem Kiefer setzt sich auf das Balance-Zentrum fort. Wenn das **Ohr aus dem Gleichgewicht**

kommt, wenn das Trommelfell dem Druck nicht mehr standhält, gerät im körperlichen wie im spirituellen Sinn die **Aufrichtung des Menschen ins Wanken**. Die Balance wird durch ständiges mechanisches Bearbeiten des Kiefergelenks und der feinen Ohrkonstruktion durch ständigen, immer stärker werdenden Lärm, durch seelische Probleme, Stress und unerträgliche Lebensumstände auf die Zerreißprobe gestellt.

Sprechen und Hören ist im Wesentlichen ein Beziehungsvorgang. Wenn das Sehen nicht genügend mit dem Hören verbunden wird, bekommt es etwas Aggressives. Das Sehen will besitzen. Das Sehen dringt in die Welt ein. Für mich ist Sehen eher männlich und Hören eher weiblich. Es ist so wichtig, dass wir wieder ein Gespür für die **weibliche Dimension des Hörens** erhalten. Wie Notwendig ist es gerade in der heutigen Zeit, wieder wirklich zuhören zu lernen. **Das Zuhören ist eine Form von Liebe**, von Anteilnahme und von Verstehen, wie es dem Gegenüber geht und was diesem Menschen gut tut. Zuhören, sich Zeit nehmen für den andern, ist eine **Form von Akzeptanz und Wertschätzung**. Hören ist aber auch immer subjektiv gefärbt.

Zuhören in der reinen Form bedeutet, dass ich als Zuhörende **neutral** bin, das Gehörte **nicht bewerte**, dass ich mich ganz leer mache und nicht bereits eine Antwort oder einen Tipp während dem Zuhören zurechtlege. Wie oft hörst du auf diese Weise den Menschen in deinem Umfeld zu?

Ich bin davon überzeugt, dass bei vielen Menschen genau diese Art des Zuhörens Heilung bewirken kann. Mit dieser Form des Zuhörens machen wir unserem Gegenüber das grösste Geschenk. Er fühlt sich ernst genommen, wertgeschätzt, angenommen, geliebt und ganz. Was braucht es mehr?

Es ist nicht gleichgültig, was du deinen Ohren zumutest, denn das Gehörte kann buchstäblich auch etwas in dir in Wallung bringen. Durch Masuro Emotos Kristallbilder wissen wir, dass je nach Schwingungen, die auf Wasser übertragen werden, sehr schöne Kristalle entstehen können oder eben auch nicht. Um eine hohe Ordnung im Kristall zu erreichen, braucht es viel Energie. Ist die Energie zu niedrig, entsteht durch Schwingungsübertragung kein Kristall. Wir Menschen bestehen aus ca. 70 % Wasser. Schwingungen, welche von aussen auf uns «prallen», haben eine **Wirkung auf unser Körperwasser**. Hast du schon gehört, dass es an einem klassischen Konzert Ausschreitungen gegeben hat? Rock- oder Heavy-Metall-Konzerte sind prädestinierter dafür.

Das Gehörte hat einen grossen Einfluss auf unsere Emotionen und unsere Verfassung.

Übrigens enthält die Hörschnecke Wasser. Die Schwingungen, welche das Trommelfell zum Schwingen bringen, werden auf das Wasser in der Hörschnecke übertragen und von dort dann auf die Haarzellen.

Und noch etwas: Überbeanspruchung und Überforderung der Ohren führt zu Schwerhörigkeit, Schwindel, Hörempfindlichkeit, Gleichgewichtsstörungen oder Geräuschen in den Ohren. **Hinter jeder Hörbeeinträchtigung steckt immer ein tieferer Grund, ein Konflikt.** Bei der Schwerhörigkeit will ich vielleicht etwas nicht hören oder kann es nicht mehr hören. Beim Tinnitus steckt ein Selbstwerteinbruch dahinter: Ich bin nicht gut genug. Ich genüge nicht. Auch soll der Tinnitus mich darauf aufmerksam machen, dass ich dem Hellhören mehr Beachtung schenken soll und diese Fähigkeit nicht beachtet wird. Hörempfindlichkeit (Hyperakusis) und auch Drehschwindel haben mit Überforderung zu tun. Hörempfindlichkeit kann auch entstehen, wenn ich auf etwas Gehörtes nicht mehr reagieren kann und deshalb etwas Schlimmes passiert. Dadurch will ich in Zukunft noch besser hören, um eine Wiederholung eines solchen Ereignisses verhindern zu können. Eine Stimme anhören zu müssen, die ich nicht hören wollte, kann zu einem Hörsturz führen. Am Schluss einer Mittelohrentzündung kommt es zudem auch meist zu einem Hörsturz.

Das Ohr selber ist nicht ein Organ, das wie ein Autopeu mit zunehmendem Alter abgenutzt wird. Die Ursache für eine Schwerhörigkeit oder eine andere Störung ist immer ein Trauma. Ein Trauma kann zum Beispiel sein, etwas zu hören bekommen haben, was ich auf keinen Fall hören wollte.

Eine einseitige Hörschwäche spiegelt sich praktisch immer in einer mehr oder weniger dysbalancierten Körperhaltung und Körpergeometrie wider. Meist wird das stärkere Ohr nach vorne gedreht und das wirkt sich auf die Dauer auf die Statik des Körpers aus.

Heilung ist grundsätzlich möglich, von der Seele jedoch nicht in jedem Fall sofort gewollt. Meistens soll uns eine **Störung auf ein Lebensthema aufmerksam machen** und Heilung ist erst möglich, wenn dieses Thema erkannt und aufgearbeitet wurde. Bei Hörschwierigkeiten geht meist die **Ortung verloren**, mindestens teilweise. Ein Geräusch, einen Ton, einen Lärm orten zu können, bedeutet für uns Menschen Sicherheit. Im **Hörtraining** geht es darum, diese **Sicherheit wieder zurückzugewinnen, also die Ortungsfähigkeit verbessern** zu können. Über das **Ausrichten der Körpergeometrie** (Spiegelübung siehe am Schluss) kann sich die Hörfähigkeit oder das Gleichgewicht verändern. Ein weiterer wichtiger Schritt ist, die Ursache, also das Trauma, herauszufinden, damit dieses aufgelöst werden und Heilung geschehen kann.

Klänge, Töne, Gesänge von deiner eigenen Stimme bringen die Körperflüssigkeiten in angenehme Bewegung und schaukeln deine Ohren. Zum Beispiel ein stimmhaftes «S» auf der Zunge im Mund gehalten und zu einem weiten «Aaaa» öffnen. Oder einen Heilgesang in deiner eigenen Sprache, wie Kinder es oftmals

vorzeigen, anstimmen und sich dabei mit dem zu heilenden Organ verbinden, z.B. dem Ohr. Ein anderer Vorschlag ist, die Augen schliessen und deine Organe, eines nach dem andern innerlich anlächeln. Das tut nicht nur dem Organ gut, sondern auch deiner Seele.

Hier findest du **die Spiegelübung** aus dem Buch von Anton Stucki «**besser hören leichter leben**», die täglich ausgeführt, viel Veränderung bewirken kann.

Mehr Informationen über das Hörtraining findest du unter nachfolgendem Link: <https://www.mein-seelenkompass.ch/hoertraining.htm>

Die Naturschallwandler (das spezielle Lautsprechersystem der Mundus AG) sind ein wunderbares Instrument, das für die Hörtraings eingesetzt wird und auch für das tägliche Hören von Musik eine Wohltat für Körper, Geist und Seele bedeutet.

Mehr Informationen über die Naturschallwandler findest du unter nachfolgendem Link: <https://www.mein-seelenkompass.ch/shop-t.htm>