



Der Schutzengel
Die Reise mit einem himmlischen Begleiter
von Jörg Stolte, Komponist und Sounddesigner

Quelle: „Freie Psychotherapie“ - 01/2010 Seite 59 - Martina Mußmann

Wir alle haben schon nach einer passenden Musikbegleitung für verschiedene Anwendungen gesucht, wie für Hypnose, das autogene Training, zur Meditation. Ich habe allzu oft die Erfahrung gemacht, einige Titel der Musik CD's sind brauchbar für die Anwendungen, es tauchen allerdings Musikstücke auf, die den Klienten aus der Ruhe bringen oder durch einen zu großen Umbruch der Kompositionen oder einfließende Subliminals (unterschwellige Botschaften) die Anwendung sogar stören können.

Jörg Stolte empfiehlt folgende Vision: Stellen Sie sich vor, Sie sind frühmorgens in einem wunderschönen Park unterwegs, setzen sich auf eine Bank und lauschen dem Gesang der Vögel. Unerwartet setzt sich jemand zu Ihnen und spricht Sie an. Es ist IHR Schutzengel. Er lädt Sie ein, gemeinsam mit ihm eine ganz besondere Reise zu unternehmen.

Erleben Sie einen phantastischen „Wolkenflug“ über die faszinierende Welt der Berge, ins Tal über duftende Blumenwiese und durch einen märchenhaften Wald. Unternehmen Sie gemeinsam eine abenteuerliche Flussfahrt, genießen Sie anschließend einen herrlichen Strand und träumen Sie nachts unter einem funkelnden Sternenhimmel. Nach einem wundervollen Sonnenaufgang über dem Meer setzen Sie Ihre Reise mit einem Segelschiff fort. Schließlich erreicht das Schiff den Hafen und ihr Weg führt Sie zurück in den Park, dem Ausgangspunkt Ihrer Reise.

Die Komposition ist so rein, klar mit fließenden, harmonischen Übergängen, sanften und mit erfrischenden Klängen. Durch die Geräusche, wie Vogelgesang, Meeresrauschen und der frischen Brise des Windes, erlangt man während der Vision das Gefühl, zu fliegen, der

Natur Aug in Aug gegenüberzustehen – ja sogar mit ihr eins zu sein. Die einzelnen Stücke gehen so behutsam ineinander über, dass man nicht in seinen Gedanken/Visionen unterbrochen wird.

Die Subliminals wurden so sanft eingebaut, dass man sie nicht wahrnimmt, selbst mit scharfer Konzentration kann man nicht sagen, an welchen Stellen sie eingesetzt wurden. Das ist auch nicht nötig, da man beim Hören der Musik, sofort in eine tiefere Ebene gleitet. Die Subliminals wurden von Edda Rotberg, Heilpraktikerin und Therapeutin für Analytische Hypnose GTH, entwickelt und gesprochen.

Diese wundervolle Musik habe ich bei verschiedenen Anwendungen getestet. Beim Selbsttest, mit der dazugehörigen Vision, konnte ich mit Leichtigkeit, meine Gedanken bis zum Schluss durch das Programm fließen lassen. Wichtig hierbei . Die war auch die Erfahrung, nicht einzuschlafen. Ich fühlte mich während der Sitzung frisch und danach fühlte ich mich entspannt und wach.

Einen Freund haben ich zu dieser Musik auf die beschriebene Reise geschickt. Die einzelnen Situationen haben ich ihm, wie in einer Hypnose erzählt. Auch er ist nicht eingeschlafen und empfand die Anwendung als außerordentlich positiv, entspannend und erfrischend. Er konnte sich die Reise gut vor dem inneren Auge vorstellen.

Auch zum Autogenen Training ohne Visualisierung ist die Musik angenehm, sie unterstützt die langsame Atmung. Und bringt eine angenehme Ruhe in die Gedanken und den Körper.

Das wohl treffendste Urteil hat meine Tochter abgegeben. Wir saßen an einem Sonntag gemütlich im Wohnzimmer beim Tee und jede mit einem Buch. Als Musik wählte ich diese CD. Mein Tochter (17) kannte die Musik nicht, auch nicht die Idee der Komposition. Nach dem dritten Titel legte meine Tochter ihr Buch aus der Hand, schloss die Augen und atmete so ruhig, dass ich dachte, sie sei eingeschlafen. Nachdem die CD abgespielt war, öffnete sie die Augen und blickte ins Leere. Ich fragte sie, ob sie geschlafen hätte, sie erwiderte: „Nein, ich habe der Musik gelauscht, was für eine schöne Musik, die müsste als Hintergrundmusik im Leben der Menschen ablaufen, damit scheint alles so viel leichter.“

Besprechung: Martina Mußmann
Jörg Stolte, Komponist und Sounddesigner,
Der Schutzengel -
Die Reise mit einem himmlischen Begleiter
www.cd-schutzengel.de

ISBN 978-3-00-027473-2