

# Inhalt

- 4 Vom Suchen und Finden –  
Geleitwort von Prof. Dr. Rolf Verres
- 8 Reisen Sie gern?**
- 10 Ein Konzert mit Folgen
- 12 Eine Reise beginnt
- 15 Mein Reisebegleiter
- 18 Gemeinsam unterwegs**
- 20 Faszination Orient
- 23 Alle Naturvölker singen und tanzen
- 26 Paradiesische Klänge
- 28 Reise in die Vergangenheit**
- 30 Die Wurzeln der AOM
- 34 Baksı –  
die Schamanen Zentralasiens
- 37 Historische und kulturelle  
Hintergründe
- 40 Die Uighuren –  
ein Volk der hohen Kultur
- 42 Uighurischer Tanz
- 44 Sufitum –  
finde den Garten des Herzens**
- 46 Heilsame Pfade
- 48 Schamanen treffen Sufis
- 49 Hoca Ahmed Yesevi –  
Urvater des Sufitums
- 51 Göttlicher Klang – heilender Klang
- 53 Liebe und Achtsamkeit
- 56 Zugang zu göttlichem Wissen
- 58 Ein Blumenstrauß voller Musik**
- 60 Schamanische Musik und Tänze
- 60 Pentatonische Musik
- 61 Makam-Musik
- 64 Klassische türkische Musik
- 66 Folkloremusik in Zentralasien und  
Anatolien

67 Sufimusik	108 Spitäler – Gesundheitshuser des Orients
69 Janitscharenmusik	110 Lange Tradition
<b>70 Instrumente in der AOM</b>	111 Nach den ästhetischen Grundsätzen der Natur
72 Klangliche Vielfalt	114 Horasan, Land der aufgehenden Sonne
72 Trommeln	116 Ganzheitlicher Nutzen der AOM
74 Kilkopuz – altes Streichinstrument	<b>120 AOM in Forschung und Praxis</b>
75 Ney – besondere Schilfrohrflote	122 Eine alte Tradition neu entdeckt
77 Weitere Instrumente	124 AOM international
78 Der Klang des Wassers	127 Brücke zwischen Tradition und Moderne
81 Der Körper als Instrument	128 Die unsichtbare Macht der Musik
83 Die menschliche Stimme	130 Ausklang
<b>86 AOM für Körper, Geist und Seele</b>	<b>132 Nützliches zum Nachschlagen</b>
88 Harmonisches Gleichgewicht	134 Ausbildungsmöglichkeiten
89 Fühlen Sie sich gesund?	137 Kontakt
91 Wenn Klänge den Menschen verstimmen	138 Tumata
94 Lieber gesund als krank!	139 Historischer Überblick
95 Aktive Musik- und Bewegungstherapie	140 Literaturhinweise
102 Rezeptive Musiktherapie	141 Register
104 Image-Musik	143 Über dieses Buch
104 Rhythmen	
107 Verwandlung durch Trance	