

Hilde Luise Dieterich

Das geistliche Lied

Einsatz in Beratung, Seelsorge
und Psychotherapie

Allgemeine Beratung, Psychotherapie und Seelsorge im Wandel
Prof. Dr. Michael Dieterich (Hg.)

Hilde Luise Dieterich

Das geistliche Lied

Einsatz in
Beratung, Seelsorge und Psychotherapie

Reihe:

Allgemeine Beratung, Psychotherapie und Seelsorge im Wandel

Herausgeber: Prof. Dr. Michael Dieterich

SCM R.Brockhaus

zurücklegen. Es wiederholt die gleiche melodische Figur immer wieder, verzerrt aber die Intervalle zwischen den Tönen, indem es sie bei einem Durchgang einmal vergrößert und dann wieder verkleinert – alles unkontrolliert. Kleineren Kindern fehlt also der Sinn für harmonische Verbindungen einer Melodie, für sie ist es eine Art Achterbahnfahrt mit der Stimme.

Erst mit drei oder vier Jahren hören Kinder auf, jeden Ton von sich zu geben, der ihnen in den Sinn kommt, und beginnen stattdessen die Musik der Kultur zu reproduzieren, in der sie aufwachsen.

1.1.2 Säuglingsforschung über den Rhythmus¹⁸

Rhythmus liegt uns im Blut, wie man so schön sagt. Aber ist uns das Gefühl hierfür wirklich schon angeboren? Oder wird es erst im Laufe der ersten Lebensmonate erlernt und später verfeinert? Wenn uns ein guter Rhythmus „in die Beine fährt“, können wir kaum umhin, mit dem Fuß zu wippen oder zu tanzen. Auch wenige Monate alte Kleinkinder fangen schon an, sich mit sichtlicher Freude im Takt zu bewegen. Bei Neugeborenen allerdings ist nicht so eindeutig festzustellen, ob sie auf Melodie oder Rhythmik reagieren. Wissenschaftler der Hungarian Academy of Sciences in Budapest schauten wenige Tage alten Babys mit bildgebenden Verfahren ins Gehirn, während ihnen Schlagzeugtakte aus der Rockmusik vorgespielt wurden. Die acht Schläge langen Takte wiederholten sich ständig und waren eine Mischung aus Bass-Trommel, kleiner Trommel und Hi-Hat (zwei aneinander schlagende Becken). Während das Hi-Hat jeden der acht Schläge ausführte, waren Bass und kleine Trommel nur bei bestimmten Schlägen zu hören, der Bass diente dabei als Taktgeber.

¹⁸ Vgl. Frauke Focke in: Spektrum der Wissenschaft vom 26.1.2009.

SCM

Stiftung Christliche Medien

Band 2 der Reihe

Allgemeine Beratung, Psychotherapie und Seelsorge im Wandel
will einen fächerübergreifenden wissenschaftlichen Beitrag im
Grenzgebiet zwischen Psychologie, Medizin und Theologie liefern.
Michael Dieterich, Herausgeber



© 2013 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG

Bodenborn 43 · 58452 Witten

Umschlaggestaltung: Kathrin Retter, Weil im Schönbuch

Satz: Christian Kuka, Karlsruhe

Druck und Bindung: CPI–Ebner & Spiegel, Ulm

Gedruckt in Deutschland

ISBN 978-3417-26539-2

Bestell-Nr. 226.539

Inhaltsverzeichnis

VORWORT	13
EINLEITUNG	16
1 WARUM SINGEN MENSCHEN?	19
1.1. DIE FUNKTION DER SINGSTIMME.....	21
1.1.1 <i>Die Stimme der Kleinkinder und ihr Gehör</i>	22
1.1.2 <i>Säuglingsforschung über den Rhythmus</i>	23
1.1.3 <i>Vokalimprovisation in der Gruppe</i>	25
1.1.4 <i>Unser Ohr – das Tor zur Welt</i>	27
1.1.5 <i>Stimmbildung im Enkulturationsprozess</i>	32
1.2 EIN KURZER HISTORISCHER RÜCKBLICK ZUR ENTSTEHUNG DER DEUTSCHEN GESANGSKULTUR UND LIEDER.....	33
1.2.1 <i>Volksmusik: Lieder „von der Wiege bis zum Grab“</i>	35
1.2.2 <i>Lieder der Kinder</i>	36
1.2.3 <i>Warum fast eine Generation nicht mehr gesungen hat</i>	39
1.3 ALLGEMEINE WIRKUNG VON MUSIK U. LIEDERN AUF DEN MENSCHEN	41
1.3.1 <i>Soziologische Wirkungen</i>	44
1.3.1.1 Förderung sozialer Kompetenz	45
1.3.1.2 Singen als Mutprobe.....	46
1.3.1.3 Singen fördert die Persönlichkeit	47
1.3.1.4 Singen fördert die Gemeinschaft und soziales Engagement	48
1.3.1.5 Singen hilft, ideologische, ethnische und sprachliche Barrieren zu überwinden	48
1.3.2 <i>Physiologische Wirkungen</i>	49
1.3.2.1 Singen und Gesundheit: Ein Lied gegen die Erkältung.....	49
1.3.2.2 Singen für die Gesundheit: Es macht gute Laune	49
1.3.2.3 Stress wird abgebaut	50
1.3.2.4 Erleichterung der Arbeitsvorgänge.....	52
1.3.2.5 Musik – Hilfe zur Selbsthilfe aus dem Bereich der Musik- Medizin	53
1.3.3 <i>Psychologische Wirkungen</i>	55
1.3.3.1 Musik macht klug – Auswirkungen auf die Intelligenz?	56
1.3.3.2 Musik und Konzentration	58
1.3.3.3 Musik und Angst – Emotionale Labilität	58

1.3.3.4	Musik und Allgemeine Schulleistungen	59
1.3.3.5	Singen und Trauer	59
1.3.3.6	Singen in Bedrängnis als Bewältigungsstrategie	60
1.3.3.7	Singen – ein Ventil für aufgestaute Emotionen	60
1.3.3.8	Singen – ein unbemerkter Verfall dieses Potentials	62
1.3.3.9	Forschungsstand zur psychischen Funktion des Singens	63
1.3.3.10	Forschungsergebnisse aus der Ethnopsychologie	67
1.3.3.11	Entwicklungsförderung durch Singen bei Kindergartenkindern.....	68
1.3.4	<i>Ein kurzer historischer Abriss zum Einsatz der Musik in der Heilbehandlung</i>	71
1.3.4.1	Magisch-mythische Form der Musikheilung.....	72
1.3.4.2	Rational-wissenschaftliche Musikheilungen in Antike und Mittelalter.....	72
1.3.4.3	Renaissance und Barock	72
1.3.4.4	Romantik	73
1.3.4.5	Das 20. Jahrhundert.....	73
1.3.5	<i>Spirituelle Wirkungen</i>	73
2	DAS GEISTLICHE LIED	75
2.1	MUSIK UND GESANG IM TALMUD UND MIDRASCH – EIN MITTEL ZUR EHRE GOTTES	77
2.1.1	<i>Die Sangspflicht und Sangesschuld des Menschen</i>	78
2.1.2	<i>Königsjubil – Gott ist König</i>	79
2.1.3	<i>Musik und Gesang zum Wecken von Gottes Barmherzigkeit</i>	79
2.1.3.1	Ein Gesang Israels süht für die ganze Welt	80
2.1.4	<i>Das Lied als Dank des Menschen vor Gott</i>	80
2.1.5	<i>Singen statt kämpfen - glauben an Gottes rettendes Handeln</i>	81
2.1.6	<i>Gesang und Musik als Ausdruck der Freude</i>	82
2.1.7	<i>Der Kosmos als Musikinstrument</i>	83
2.1.8	<i>Zur Geschichte der jüdischen Musik</i>	85
2.1.8.1	Einzelheiten zur Geschichte der jüdischen Musik.....	86
2.1.8.2	Die biblische Periode	87
2.2	DIE GEBURT DER ABENDLÄNDISCHEN MUSIK AUS DEM GEIST DER CHRISTLICHEN KIRCHE	89

2.2.1	<i>Vorreformatrische Kirchenmusik</i>	89
2.2.1.1	Augustinus – ein Vertreter der eigenständigen Melodie.....	91
2.2.2	<i>Protestantische Kirchenmusik</i>	94
2.3	HYMNLOGIE – GOTTESHYMNUS UND CHRISTUSHYMNUS IN DER FRÜHEN .. CHRISTENHEIT	98
2.3.1	<i>Kurze Lobsprüche</i>	99
2.3.2	<i>Der Gotteshymnus</i>	102
2.3.3	<i>Christushymnen</i>	103
2.3.4	<i>Christushymnen zu lehrhaften und ermahnenden Zwecken im Gottesdienst</i>	106
2.3.5	<i>Lobpreis der frühen Christenheit</i>	108
2.3.6	<i>Geschichte der geistlichen Lieder in Armenien, der ältesten Kirche der Welt</i>	113
2.3.7	<i>Geschichte der Spirituals und der Gospel Songs</i>	115
2.3.7.1	Die Zeit vor 1865.....	115
2.3.7.2	Die Zeit zwischen 1865 und 1925	117
2.3.7.3	Die Zeit zwischen 1925 und 1985	117
2.3.7.4	Exkurs zum Bericht von der Wirkung der Musik in einem schwarzen Gottesdienst	119
2.4	DAS NEUE GEISTLICHES LIED – ZEITGENÖSSISCHE SINGFORMEN	120
2.4.1	<i>Entstehung und Entwicklung des Neuen geistlichen Liedes</i>	122
2.4.1.1	Zum ersten Aufbruch 1955	124
2.4.1.2	Konsolidierung.....	126
2.4.1.3	Neue Impulse und Differenzierung (1972-1978)	126
2.4.2	<i>Lobpreis und Anbetung (Praise and worship)</i>	128
2.4.3	<i>Der liturgische Gottesdienst oder die musikalische Messe</i> .	129
2.4.3.1	Seelsorgerliche Abholung	132
2.4.3.2	Vorbereitung für die Predigt.....	133
2.4.3.3	Hören auf Gottes Wort und die Antwort der Gemeinde	133
2.4.3.4	Der gottesdienstliche Abschluss	134
2.5	LIEDER UND MUSIK IN DER SEELSORGE	135
2.5.1	<i>Tröstende Musik</i>	140
2.5.2	<i>Welche Lieder, Musik und Medien sind zum Trost geeignet?</i>	142

2.5.2.1	Der Psalmengesang	142
2.5.2.2	Klezmer-Musik: Ein Singen ohne Worte	143
2.5.2.3	Europäische klassische Musik: Seelsorge für musikalisch Gebildete	144
2.5.2.4	Spirituals und Gospels: Singen als befreiende Glaubenshilfe .	148
2.5.2.5	Wie ein Mensch durch Gesang verwandelt wird	149
2.5.3	<i>Quälende Musik</i>	150
2.5.4	<i>Grundzüge musikalischer Seelsorge</i>	154
2.5.5	<i>Klage in der musikalischen Seelsorge</i>	156
2.5.6	<i>Wie kann Musik leidenden Menschen seelsorgerlich angeboten werden?</i>	159
2.5.7	<i>Von der Prophetie eines neuen Himmels und einer neuen Erde in der musikalischen Seelsorge</i>	161
2.6	ERSCHLIEßUNG VON RELIGIÖSEN LIEDERN, IHREN INHALTEN, IHREM WESENS U. IHRER FUNKTION	165
2.6.1	<i>Lobpreis</i>	166
2.6.2	<i>Über die Theologie von Lobliedern unterschiedlichen Stils..</i>	170
2.6.3	<i>Die Wirkungen der Musik ganzheitlich gesehen</i>	177
2.6.4	<i>Psychischer Aspekt:</i>	178
2.6.5	<i>Somatischer Aspekt:</i>	178
2.6.6	<i>Pneumatischer Aspekt:</i>	178
2.7	FAZIT	179
2.7.1	<i>Das Lied Moses – ein Sprechgesang als Fazit am Endes seines Lebens</i>	182
2.7.2	<i>Warum die Umfrage nach einem „Liedkulturerbe“?</i>	184
3	AUF DER SUCHE NACH „WICHTIGEN“ LIEDERN	186
3.1	ZUSAMMENSETZUNG DER STICHPROBE	186
3.1.1	<i>Häufigkeit</i>	188
3.1.2	<i>Anzahl der Lieder</i>	189
3.1.3	<i>Geschlecht der Befragten</i>	189
3.1.4	<i>Gemeindezugehörigkeit</i>	190
3.1.5	<i>Altersverteilung</i>	194

3.2	ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG	194
3.2.1	<i>Ergebnisse für alle befragten Denominationen gemeinsam</i>	195
3.2.2	<i>Ergebnisse für die Gruppe der evangelikal/pietistischen Gemeindeglieder</i>	197
3.2.3	<i>Ergebnisse für die Gruppe der traditionell landeskirchlichen Gemeindeglieder</i>	198
3.2.4	<i>Ergebnisse für die Gruppe der Pfingstgemeinden</i>	198
3.2.5	<i>Ergebnisse für die Gruppe der katholischen Gemeindeglieder</i>	199
3.2.6	<i>Synopse</i>	200
4	PRAKTISCHER EINSATZ VON LIEDERN IN DER GEMEINDEARBEIT	205
4.1	WELCHES LIEDEGUT IN WELCHEN GEMEINDEN UND KIRCHEN?	206
4.1.1	<i>Wie das Singen in der Gemeinde wieder Freude macht</i>	208
4.1.1.1	Auswahl passender Lieder	208
4.1.1.2	Erlernen unbekannter Lieder	209
4.1.1.3	Unterschiedliche Singstile zusammen bringen	209
4.1.1.4	Alter Inhalt in neuer Form	209
4.1.1.5	Förderung der Chorarbeit	210
4.1.1.6	Grenzen der Lautstärke	210
4.1.1.7	Abwechslung statt Routine	211
4.1.1.8	Wünsch Dir was!	211
4.1.1.9	Mit Kinder singen und spielen	211
4.1.1.10	Musik und Singen in der Familie	212
4.1.1.11	Wünsche an die „Liedermacher“	212
4.1.2	<i>Wie alte Lieder wieder bekannt gemacht werden können ..</i>	<i>213</i>
4.2	DIE AUSWAHL DER LIEDER IM GOTTESDIENSTABLAUF	214
4.2.1	<i>Seelsorgerliche Abholung – Einganglieder</i>	<i>215</i>
4.2.2	<i>Gloria</i>	<i>216</i>
4.2.3	<i>Vorbereitung für die Predigt</i>	<i>216</i>
4.2.4	<i>Gottes Wort und die Antwort darauf</i>	<i>217</i>
4.3	SINGEN, EIN AUFTRAG IN DER WELT	218
4.3.1	<i>Lernchancen für Jugendliche</i>	<i>218</i>

4.3.2	<i>Singen mit Kindern: „Canto elementar“ ein Modell für Christen?</i>	220
4.3.3	<i>Begegnungen mit Werken der geistlichen Musik</i>	221
4.4	MUSIK, EIN TEIL DER ALLGEMEINEN PSYCHOTHERAPIE, BERATUNG UND SEELSORGE (ABPS)	222
4.4.1	<i>Änderungen im Bereich von Soma:</i>	223
4.4.2	<i>Änderungen im Bereich von Psyche:</i>	223
4.4.3	<i>Änderungen im Bereich von Pneuma:</i>	224
4.4.4	<i>Liedverordnung in der Einzelberatung</i>	225
4.4.5	<i>Klassische Musik und Seelsorge in Gruppen</i>	227
4.4.6	<i>Das Lied und die Musik in den Seelsorgegruppen der BTS</i> ..	229
4.4.7	<i>Singen mit Kindern und Jugendlichen</i>	231
4.4.8	<i>Singen und musikalische Seelsorge mit alten Menschen</i>	232
4.4.9	<i>Singbesuche im Krankenhaus</i>	233
5	EVALUATION UND AUSBLICK	234
5.1	DIE ANWENDUNG DER MUSIK IN DER ALLGEMEINEN PSYCHOTHERAPIE, BERATUNG UND SEELSORGE (ABPS)	234
5.1.1	<i>Liedverordnung in der Einzelberatung</i>	234
5.1.2	<i>Klassische Musik und Seelsorge in Gruppen</i>	234
5.1.3	<i>Das Lied in den Seelsorgegruppen der Biblisch-therapeutischen Seelsorge</i>	235
5.1.4	<i>Singen und musikalische Seelsorge mit alten Menschen</i>	235
6	LITERATURVERZEICHNIS	236
6.1	LITERATUR ZUR VORLIEGENDEN ARBEIT	236
6.2	AUSFÜHRLICHE LITERATURSTUDIE ZUR MUSIK DES AT UND DES JUDENTUMS	238
7	ANHANG	244
7.1	EINZELHEITEN DER ERGEBNISSE DER BEFRAGUNG	244
7.2	CODE NUMMERN DER LIEDER	250
7.3	ALTERSZUSAMMENSETZUNG UND HÄUFIGKEIT DER STICHPROBEN	260

7.4	ERGEBNISSE FÜR DIE VERSCHIEDENEN DENOMINATIONEN IM EINZELNEN.....	261
7.4.1	<i>Evangelikal/pietistische Gemeinden</i>	261
7.4.2	<i>Traditionell evangelische Landeskirche</i>	262
7.4.3	<i>Pfingstgemeinde</i>	263
7.4.4	<i>Katholische Kirche (nicht repräsentativ)</i>	264

Tabellenverzeichnis

Tab. 1:	Welche Lautstärke ist noch gesund?	54
Tab. 2:	Häufigkeitsverteilung der genannten Lieder	189
Tab. 3:	Gemeindezugehörigkeit der Befragten.....	191
Tab. 4:	Die 20 wichtigsten Lieder dreier Gemeinderichtungen	202
Tab. 5:	Empfehlungen klassischer Musik zu einzelnen Themen	228

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1:	Schlagzeugrhythmus	24
Abb. 2:	Der Weg des Schalls ins Gehirn	30
Abb. 3:	Reaktionen auf Gehörtes	30
Abb. 4:	Zusammenhang von Singen u. Emotionen	62
Abb. 5:	Ablauf eines Gottesdienstes.....	131
Abb. 6:	Fragebogen	187
Abb. 7:	Geschlechtsverteilung der Befragten	190
Abb. 8:	Gemeindezugehörigkeit der Befragten	191
Abb. 9:	Altersverteilung der Befragten.....	194
Abb. 10:	Top Ten der genannten Lieder	195
Abb. 11:	Abstufung der Häufigkeit bis Lied 50	196
Abb. 12:	Häufigste Lieder im evangelikal-pietistischen Bereich	197
Abb. 13:	Häufigste Lieder im landeskirchlichen Bereich.....	198
Abb. 14:	Häufigste Lieder im pfingstgemeindlichen Bereich	199
Abb. 15:	Häufigste Lieder im katholischen Bereich	200
Abb. 16:	Insgesamt am häufigsten genannte Lieder	201

Vorwort

Bei dieser Arbeit¹ geht es um ein Thema, das sich wie ein roter Faden durch mein eigenes Leben zieht. Während des Recherchierens wuchs meine Überzeugung, Musik, speziell das Singen, in der Seelsorge wieder intensiver einzusetzen - so wie ich das aus meinem Elternhaus kannte: Mein Vater spielte sechzig Jahre in einer Dorfkirche die Orgel und in seiner Abwesenheit wurde er von meiner Mutter vertreten. So war mein sonntäglicher Platz als kleines Kind auf der Orgelbank. Tastatur, Pedale, Register und Pfeifen faszinierten mich und die vielen Klangmöglichkeiten ließen die Kirchenorgel nicht ohne Grund als „Königin der Instrumente“ erklingen. Beide Eltern hatten zudem jede Woche Chorproben mit verschiedenen Musikgruppen: Es gab eine Instrumentalgruppe mit Akkordeon und Gitarren, einen Frauen- und Posaunenchor, sie alle übten an unterschiedlichen Abenden in unserem Hause, weil nach dem 2. Weltkrieg kein kirchliches Gebäude zur Verfügung stand.

Meine Gedanken gehen zurück an den ersten Adventssonntag, der in unserm Dorf traditionell der musikalische Auftakt für die Weihnachtszeit war: Schon mit drei Jahren durfte ich mitkommen, wenn eine Singgruppe die älteren oder kranken Menschen zum ersten Advent besuchte und vor deren Haustüre oder auf der Treppe ein Adventslied sang. Dazu wurde eine Kerze oder ein kleiner Adventskranz übergeben, der von der Singgruppe zuvor gebunden worden war. Die Freude, die diese gebrechlichen Menschen zeigten – ich glaube, sie hatten schon darauf gewartet, dass wir kommen – und der Geruch in den oft alten und armen Häusern, die Kälte auf dem Weg und vor allem die geheimnisvollen Lieder, deren Inhalt ich damals kaum verstand, haben sich tief in mein Inneres eingegraben. Durch diese frühen Begegnungen mit der Musik erwarb ich mir schon im Vorschulalter einen reichen Schatz an Tonmöglichkeiten und Liedertexten.

In der Grundschulzeit wurde damals noch viel gesungen und ich wurde oftmals als „Vorsängerin“ in der Klasse eingesetzt, weil ich zu dieser Zeit schon Geigenunterricht hatte und stimmsicher war. Durch das häufige Singen der Lieder und die Hausaufgabe, die Verse auswendig zu lernen, hatten wir immer „ein Lied auf den Lippen“. Noch gab es nur

¹ Das Buch beruht auf der Masterthese der Verfasserin zum MSc im Fach Psychologie der Beratung an der LEE-University 2009.

ganz wenige Radiosender und meine erste Schallplatte kaufte ich mir, als ich 15 Jahre alt war. Wer also Musik liebte, musste selbst musizieren.

Im Alter von 15 Jahren begann ich auch mit den Mädchen, denen ich in der Kinderkirche biblische Geschichten erzählte, einen dreistimmigen Kinderchor, der dann immer wieder in den Gottesdiensten eingesetzt wurde.

In den folgenden Jahren intensivierte ich meine Tätigkeit auf musikalischem Gebiet mit der Violine und im Fach Gesang. Später studierte und unterrichtete ich danach in der Jugendmusikschule das Fach „Musikalische Früherziehung“. Auch hier konnte ich entdecken, welche Faszination von der Musik ausgeht, wenn Kinder mit unterschiedlichen Klangkörpern musizieren, selbst singen oder entsprechende Programmmusik anhören.

An manchen Sonntagen gestaltete ich mit vielen geistig behinderten Kindern den Kindergottesdienst und brachte hierzu mein kleines Akkordeon sowie einige Rasseln mit. Die Begeisterung, das Singen, Klatschen und Tanzen waren offensichtlich, wenn die „Tante mit dem Akkordeon“ kam und wir die ehrwürdigen Choräle auf derart volkstümliche Weise sangen.

Erst in der Mitte des Lebens führte mich der Weg in die Beratung und Seelsorge. Auch hier konnte ich erleben, wie wichtig und hilfreich Lieder für die Seelsorge sind. In meiner Beratungsgruppe wurde – oftmals unter Tränen – „unser Lied“ in den wöchentlichen Sitzungen gesungen, und dies über einen monatelangen Zeitraum.

Heute merke ich, dass sich die beiden Wege kreuzen: Immer mehr überzeugt mich die heilsame Wirkung von Musik, insbesondere aber von geistlichen Liedern, die therapeutisch eingesetzt werden können.

Mit dem hier vorliegenden Buch möchte ich u.a. aufzeigen, dass Lieder in Inhalt und Melodie zwar ständig wechseln, jedoch die Wirkungen auf den ganzen Menschen bleiben. „Liedermacher“ aller Generationen und Kulturen haben versucht, dem jeweiligen Zeitgeist gerecht zu werden. So kennen wir prosaische und poetische Lieder, Sprechgesänge und auch populäre Lieder, die Sehnsucht wecken sollen, um dem schwierigen Alltag illusionär zu entfliehen bzw. ihn leichter zu bewältigen.

Es gibt Lieder, die wie Wolken am Himmel vorüberziehen, und solche, die sich seit Jahrhunderten in den Herzen der Menschen fortgepflanzt haben. Woran liegt das? Gibt es eine Qualität, die sich trotz verändernder Sprache, Mode, Musikstil und Lebens- bzw. Glaubensstil durchsetzt?

zen kann? Oder ist von Bedeutung, dass schlicht in Vergessenheit gera-
tene Lieder und andere Musik von späteren Entdeckern wieder in die
Gegenwart geholt werden - so wie Johann Sebastian Bach durch Felix
Mendelssohn-Bartholdy wiederentdeckt wurde? Diese und andere Fra-
gen sollen nachfolgend untersucht werden.

Mein größter Wunsch – dem auch dieses Buch dienen soll – ist, dass in
unserer heute so sangesarmen Welt wieder die eigene Stimme mit ihrer
ganzheitlichen Wirkung entdeckt wird.

Mein besonderer Dank gilt den fast 600 Frauen und Männern, die bei
einer das Singen betreffenden Fragebogenaktion beteiligt waren und
damit diese Arbeit auch empirisch unterstützt haben. Sie zeigten durch
viele Kommentare, wie diese Thematik brennend auf ihrem Herzen liegt
– unabhängig von ihrer jeweiligen Denomination.

Danken möchte ich auch meinem Mann und meinen Kindern, die mich
ermutigt haben, in höherem Alter das Studium der Beratungspsycholo-
gie (M.Sc.) zu wagen. Es war eine besondere Erfahrung für mich, in
diesen zwei Jahren zu erkennen, dass durch das Studium meine grauen
Gehirnzellen angeregt und belebt wurden. Ich stellte fest, dass viele
Fachgelehrte an diesem Thema intensiv gearbeitet haben, wodurch mei-
ne Bescheidenheit und mein Respekt gegenüber den großen wissen-
schaftlichen Bemühungen der unterschiedlichen Disziplinen immer
deutlicher anwuchsen.

Die intensive Umfrageaktion und damit verbundene Rechenarbeit erfor-
derte einen großen zeitlichen Aufwand, bei dem mir Samuel Pfendt in
den statistischen Aufzeichnungen geholfen hat. Auch ihm möchte ich
auf diesem Wege herzlich danken.

Freudenstadt, Juni 2009

Einleitung

„Nichts auf Erden ist kräftiger, die Traurigen fröhlich, die Ausgelassenen nachdenklich, die Verzagten herzhaft, die Verwegenen bedachtsam zu machen, die Hochmütigen zur Demut zu reizen, und Neid und Hass zu mindern, als die Musik.“

Martin Luther²

Über die Bedeutung des Singens haben namhafte Musiker und Gelehrte aus der europäischen Kultur der letzten Jahrhunderte intensiv nachgedacht. Hier nur zwei Stimmen. Georg Philipp Telemann fasst zusammen: „Singen ist das Fundament zur Music in allen Dingen.“³ Noch deutlicher sieht Goethe die Musik und vor allem den „Gesang als Grundlage und Ausgangspunkt aller Erziehung und Bildung“⁴.

In der vorliegenden Arbeit soll der Schwerpunkt nicht so sehr auf die präzise Technik oder den musikalischen „Genuss“ gelegt, sondern die heilsame Wirkung der Musik in Seelsorge, Beratung und Psychotherapie untersucht werden.

Niemals zuvor in der Weltgeschichte gab es so viele Möglichkeiten wie heute, passiv Musik zu hören. In jedem Haushalt stehen Abspielgeräte, die Preise für CDs sind äußerst günstig, fast jeder kann sich MP3-Dateien aus dem Internet laden – und dennoch oder gerade deshalb wird immer weniger *aktiv* musiziert. Mit dieser Arbeit soll das Anliegen deutlich gemacht werden, die heilsamen Wirkungen des Musikeinsatzes wieder zu aktivieren, sie in unseren Familien, Kindergärten und Schulen – aber auch in den Gottesdiensten und in der Beratung und Therapie bewusst einzusetzen.

Hierzu wird im theoretischen Teil der Arbeit über die Wirkungen der Musik und des Singens recherchiert. Mit einer empirisch orientierten Fragebogenaktion wird daran anschließend erhoben, welche Lieder – nach Meinung der ausgewählten Stichprobe – im Sinne eines „Kulturerbes“ an unsere Nachkommen weitergegeben werden sollten. Abschlie-

² <http://www.evkirchebadlippsspringe.de/predigten/Predigten2007/Estomihi2007.ht>

³ Telemann, G.Ph. (1981). *Singen ist das Fundament zur Music in allen Dingen. Eine Dokumentensammlung*. Wilhelmshaven u.a. S. 17. Zit. bei Adamek, K. (1996). *Singen als Lebenshilfe*. Münster. S. 41.

⁴ Goethe, J.W. (1982). *Wilhelm Meisters Wanderjahre*, S. 151 ff. Zit. bei Adamek a.a.O.

Bend werden praktische Folgerungen gezogen und diese teilweise auch evaluiert.

Nachfolgend eine kurze Zusammenfassung der einzelnen Kapitel:

Das erste Kapitel geht der Frage nach, warum Menschen überhaupt singen, und zeigt die unterschiedlichsten Antworten. Ist Singen eine Bewältigungsstrategie? Der Sozialwissenschaftler und Singtherapeut Karl Adamek meint dazu, dass Singen zwar in dieser Funktion vor dem Hintergrund psychologischer und soziologischer Theorien bisher noch nicht systematisch und empirisch untersucht worden sei, sich jedoch in der Konsequenz langjähriger praktischer und wissenschaftlicher Auseinandersetzungen zeige, dass Singen eine Bewältigungsstrategie sein könne im Sinne eines deutschen Sprichwortes: *„Wer abends singt, dass laut es schallt, wird 120 Jahre alt.“*⁵

Auch eine Strophe von A. v. Chamisso (1781-1838) zeigt, dass Stimmungen wie Einsamkeitsgefühle, Zweifel und Ängste durch Singen als Bewältigungsstrategie aufgehoben werden können:

*„Hab einsam auch mich gehärmet, in bangem, düsterem Mut.
Und habe wieder gesungen, und habe wieder gesungen.
Und alles war wieder gut.“*⁶

Die erschütterndsten Beweise dafür, dass Singen eine Bewältigungsstrategie sein kann, zeigen Berichte von Überlebenden des Holocaust, wie das Singen, manchmal nur in Gedanken, dazu beigetragen habe, die Zeit der Konzentrationslager seelisch zu überleben⁷.

Das zweite Kapitel beschreibt auszugsweise die Geschichte und Quellen der geistlichen Lieder und zeigt Möglichkeiten auf, solche Lieder seelsorgerlich zu nutzen. Dabei wird der ganzheitlichen Wirkung von Musik, speziell dem Singen, nachgegangen unter Konzentration auf das Gebiet christlicher Lieder.

Im dritten Kapitel wird über eine Befragung von ca. 550 Menschen ab 50 Jahren aus unterschiedlichen christlichen Denominationen berichtet, bei der es darum geht, welches „geistliche Liedkulturerbe“ sie gerne an ihre Nachkommen weitergeben möchten. Bei der Flut von Musik, die täglich auf uns einströmt, dürfen die lebenserfahrenen Menschen den

⁵ Ebd. S. 23.

⁶ http://www.haenssler-classic.de/fileadmin/mediafiles/scm_shopproduct/PDF/098572000_Download_Liedtexte.PDF

⁷ Adamek a.a.O. S. 22.

Schatz ihrer Lieder nicht in einen Tresor legen und nur sich selbst dieses Reichtums bewusst sein – nein, er sollte in komprimierter und ausgewählter Form mitgeteilt und weitergegeben werden.

Das vierte Kapitel beschreibt mit den empirisch gewonnenen Ergebnissen einige Modelle für den praktischen Einsatz in Kirchen und Gemeinden. Dabei sollen – nachdem die Inhalte geklärt sind – Methoden gesucht werden, wie das Liedgut zum einen an Kinder und Jugendliche im Sinne einer musikalisch-geistlichen Ausrüstung für ihr Leben weitergegeben werden kann, zum andern wird auch der Bedeutung von geistlichen Liedern im Gottesdienst und in der Seelsorge nachgegangen und über deren Einsatz nachgedacht.

Im fünften Kapitel werden einige der im Kapitel 4 zusammengetragenen Möglichkeiten genauer untersucht und die Ergebnisse auch evaluiert.

1 Warum singen Menschen?

„Singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen“.⁸

Yehudi Menuhin

Mit diesem Satz beschreibt Yehudi Menuhin eine zum Menschen gehörende ursprüngliche Kommunikationsform, die in allen Kulturen der Welt zuhause ist und in deren Alltag Lust, Trauer, Schmerz und Freude ausdrückt.

„In jedem Kind musiziert es von Geburt an“, formuliert Hans Günther Bastian⁹, „jeder Mensch ist für die Musik geboren. Wir beobachten die Freude aller Kinder an Musik, ihr Mitdirigieren bei den ersten klingenden Takten, die Lust am Lallgesang, den Drang nach Bewegung zur Musik, die spontane Reaktion in Mimik und Gestik, die Freude am Wiegenlied der Mutter, das erste Ordnen von Tönen auf der Klaviertastatur, die frühe Rhythmusimprovisation auf Mutters Kochtöpfen, das faszinierte Zuhören, wenn die Ente in ‚Peter und der Wolf‘ sich auf das Wasser rettet usw....“ Bastian ist sich sicher, dass „jeder Mensch von Natur aus singen kann, so ungläubig manchem diese Botschaft auch scheinen mag. In der Badewanne oder im Fußballstadion, in der Thekenrunde singen sie alle – ohne Ausnahme. Stumm geworden sind manche allerdings vielleicht wegen traumatischer Erlebnisse in Kindheit und Schule („Sei still – Du singst falsch!“).“

Beim Singen wird die menschliche Stimme gebraucht und unterscheidet sich dabei vom Sprechen durch den Einsatz von präzise definierten Tonhöhen und durch eine mehr oder weniger definierte rhythmische Struktur. Die Bedeutung des Gesangs in der Musik ist aber auch deshalb so groß, weil es mit dem Singen möglich ist, Worte in eine musikalische Linie einzubinden.

M. Spitzer¹⁰ beschreibt die menschliche Stimme als sehr vielfältig, weil sie Sprache und Gesang, aber auch Lachen und Weinen, Flüstern, Ächzen und Stöhnen hervorbringen kann. Biologisch gesehen muss, wenn wir sprechen oder singen, vom Nervensystem und den die Stimme hervorbringenden Organen Lunge, Kehlkopf, Lippen, Zunge und Rachen-

⁸ Vgl. <http://www.il-canto-del-mondo.de> Unsere Idee.

⁹ Vgl. <http://www.Familienhandbuch.de/cmain>

¹⁰ Spitzer, M. (2002). *Musik im Kopf*. Stuttgart S. 251.

raum ein komplizierter koordinierter Aufwand getrieben werden, d.h. Sprache und Gesang sind feinmotorische Höchstleistungen eines Organs, das so selbstverständlich und unermüdlich funktioniert, dass wir es zumeist überhaupt nicht bemerken: unsere Stimme.

Man kann zwischen zwei Grundformen des Singens unterscheiden, dem virtuosen Kunstgesang und dem liedhaften volkstümlichen Singen¹¹. Wahrscheinlich ist der Gesang die älteste und ursprünglichste musikalische Äußerungsform der Menschen. Das Instrument ist der menschliche Körper selbst, der ja immer präsent ist, dadurch können Emotionen auch unmittelbar zum Ausdruck kommen. Der Gesang hat deshalb auch für den religiösen Kult eine besondere Bedeutung.

Dass Musik in Deutschland allerdings für immer weniger Menschen als wichtig gesehen wird, zeigt ein kleiner Ausschnitt aus einem Interview, das Christine Florin vom Rheinischen Merkur (RhM) mit dem bekannten Dirigenten Kurt Masur (KM) geführt hat¹².

K M.: *„...Europa läuft Gefahr, zu verflachen, die tiefere Auseinandersetzung mit der eigenen Kultur lässt nach. In China lernen Millionen Kinder Klavier. Sie lernen nicht nur die Technik, sie erobern sich europäische Kultur und damit auch geistige Freiheit... Viele Lieder sind in Vergessenheit geraten... Zusammen mit der Musikschule Leipzig habe ich eine Bewegung für das Volkslied angestoßen. Unser Ziel ist, dass in jeder Schule ein Lehrer – es muss nicht der Musiklehrer sein – mit den Kindern Volkslieder singt. Gemeinsames Singen verbindet viel mehr, als man glaubt.“*

Rh M.: *„Warum muss es ein Volkslied sein? Geht nicht auch eine Hymne aus dem Fußballstadion?“*

K M.: *„Auch die können viel bewegen, da haben Sie recht. Bei der friedlichen Revolution in Leipzig wurden alle Spottverse auf die Melodien von Fußballsongs gesungen.“*

¹¹ <http://de.wikipedia.org/wiki/Gesang>

¹² Interview mit Kurt Masur, Rheinischer Merkur Nr. 35 vom 28. August 2008.

1.1. Die Funktion der Singstimme

Nach Spitzer besteht die menschliche Stimme aus einem „Energiespeicher, den Lungen, einem Erzeuger von Schwingungen, den Stimmbändern, und einem Resonanzhohlkörper, zusammengesetzt aus Kehlkopf, Rachen und Nasenhöhle. Die Stimmbänder – von Antoine Ferrein (1693-1769) zwar mit den Saiten einer Geige verglichen – funktionieren jedoch eher wie ein Doppelrohrblatt- Blasinstrument (wie z.B. eine Oboe), deren Öffnen und Schließen bewirkt, dass ein kontinuierlicher Luftstrom aus der Lunge in Luftstöße zerhackt und dadurch lautlose, gleichförmig bewegte Luft in rhythmisch bewegte Luft, also Schall umgewandelt wird.¹³

Oftmals wird die Singstimme auch mit Polsterpfeifen verglichen; die „Polster“ sind die zwei Stimmlippen, welche zwischen dem Schildknorpel und jeweils zwei beweglichen Stellknorpeln (die zusammen mit dem Ringknorpel und dem Kehledeckel das Kehlkopfskelett bilden) einander gegenüberstehen und leicht nach oben gegeneinander geneigt gespannt sind. Zahlreiche Muskeln bewirken eine Anspannung und Entspannung der Stimmlippen, auch eine Verdickung oder Verdünnung ist möglich, da die Knorpelpaare sich aufeinander zu und voneinander weg bewegen können, wodurch entweder die Tiefe oder die Breite des Kehlkopfes verändert wird.

Für die Stimmlage sind in erster Linie die Länge der Stimmbänder und deren spezielles Schwingungsverhalten verantwortlich. So haben Kinder eine sehr hohe Stimme, die während des Wachstums sinkt, weil die Stimmbänder wachsen. Bei Jungen ist dies deutlicher ausgeprägt als bei Mädchen. Der Stimmbruch markiert die stärkste Wachstumsphase; für heranwachsende Frauen ist er nicht so deutlich spürbar.

Das Singen mit geschlossenen Lippen bezeichnet man als „Summen“, dabei wird die Luft durch die Nase abgeleitet, wodurch nur eine sehr kleine Luftmenge in Schwingung versetzt wird. Andere Kulturen kennen zahlreiche weitere Formen und Techniken des Gesangs. Beispiele hierfür sind der mongolische Kehlkopfgesang und der Obertongesang.¹⁴

¹³ Spitzer a.a.O.

¹⁴ Vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Gesang>.

1.1.1 Die Stimme der Kleinkinder und ihr Gehör

Der Wissenschaftler und Musiker Robert Jourdain¹⁵ geht davon aus, dass die erste Reaktion eines Säuglings auf einen musikalischen Reiz darin besteht, sich diesem zuzuwenden. Im Alter von einem Monat kann das Baby bereits zwischen Tönen unterschiedlicher Frequenz unterscheiden. Diese Erkenntnisse der Entwicklung des Kindes wurden durch die Ableitung feiner Veränderungen des Herzschlags gewonnen, die dann auftreten, wenn ein Kind durch Veränderungen seiner Umgebung erregt wird.

Im Alter von sechs Monaten reagiert ein Kind auf Veränderungen einer melodischen Linie, aber es zeigt interessanterweise keine Reaktion, wenn eine Melodie in eine höhere oder tiefere Lage transponiert wird. Dies macht deutlich, dass das Gehirn eines Kleinkindes eine bestimmte Tonfolge nicht einfach im Gedächtnis speichert, sondern vielmehr eine Reihe von Beziehungen zwischen den Tönen wahrnimmt¹⁶.

Jourdain meint weiter, dass sich in diesem Alter bereits eine Art von „Musikalität“ entwickelt hat, die sich in quiekenden und glucksenden Versuchen äußert, um Töne zu erzeugen.

Neue Forschungsergebnisse¹⁷ haben gezeigt, dass manche Kinder schon mit zwei Monaten die Tonhöhe und die Melodiekontur von Liedern wiedergeben konnten, die sie von ihrer Mutter gehört hatten.

Wenn Kinder in der Mitte des ersten Jahres anfangen zu brabbeln, beginnt auch eine Art spontanes Singen. Natürlich ist es nicht ganz einfach zu unterscheiden, was von dem Brabbeln Singen und was einfach nur Teil einer sich entwickelnden Sprache ist. Sprache hat eine eigene, ihr innewohnende Musikalität, die *Prosodie*. Wenn sich zwischen dem zwölften und achtzehnten Monat das Brabbeln zu ersten erkennbaren Worten entwickelt, beginnt das Kleinkind Vokale auf eine Weise zu dehnen, die eindeutig musikalisch ist. Allmählich taucht etwas auf, was sich grundsätzlich von der Sprache unterscheidet. Das Kind posaunt es heraus und benutzt dabei statt Wörter zufällige Silben: es singt.

Manche Eltern mögen wohl hinter solchen frühen musikalischen Leistungen einen kleinen Mozart vermuten; bevor man jedoch das, was das Kind jetzt macht, Musik nennen kann, muss es noch einen weiten Weg

¹⁵ Jourdain, R. (2002). *Das wohltemperierte Gehirn*. Heidelberg S. 91.

¹⁶ Man würde in der Gestaltpsychologie hierbei von „musikalischen Gestalten“ sprechen.

¹⁷ Jourdain a.a.O.