



Musik gehört zum Menschen

Wirkung und Bedeutung von Musik.

Im Weltall herrscht Stille. Gott gefiel es aber, dass Geräusche, Klänge und Musik unser Dasein auf unzähligen Ebenen bereichern. Musik ist in ihrer Vielfalt von Komponenten eine Verbindung zwischen Himmel und Erde. In der Weihnachtszeit tönt es wieder aus allen Ecken. Musik wird regelrecht „instrumentalisiert“ und versetzt eine ganze Gesellschaft in Stimmung. Warum funktioniert das? Und: Welche Bedeutung hat Musik in der übrigen Zeit des Jahres? Wie bewusst oder unbewusst prägt der Umgang mit Musik unseren Alltag?

Es lässt sich nicht leugnen, dass jeder, der am öffentlich-gesellschaftlichen Leben teilnimmt, sich den Wirkungen von Musik nicht entziehen kann. Ob in Kaufhäusern, auf öffentlichen Plätzen, in Schule und Kindergarten, in Wartezimmern - fast überall kommen wir mit digitalisierter, perfekt inszenierter Musik in Berührung. Der Vielfalt sind praktisch keine Grenzen gesetzt: Selbstverwirklichung und individueller Lebensstil sind Erkennungszeichen unserer Ge-

sellschaft. Handy-Klingeltöne überwinden die Grenzen der Privatsphäre - nachts, im Urlaub, überall und jederzeit.

Ältere Personen erinnern sich an die Musikpraxis ihrer Zeit. Vor 50 und mehr Jahren war es keine Besonderheit, wenn in der eigenen Familie gemeinsam - nicht selten mehrstimmig! - gesungen und musiziert wurde. Ob daheim oder auf Reisen - Alte und Junge machten auf diese Weise ihrem Herzen Luft. Castings und Rankings waren von keinerlei Interesse und ebenso wenig ging es um die Zurschaustellung von Einzelbegabungen, denn man stützte und ergänzte sich einfach gegenseitig und erfreute sich an der bunten Mischung. Volks- und Kirchenlieder waren Allgemeingut. Heute hingegen müssen wieder Konzepte entwickelt werden, um das zu kompensieren, was durch räumliche Trennung der Familienglieder (Kleinfamilien, Alleinerziehende) an natürlichem Lebensraum mit den reichhaltigen Möglichkeiten der Identifikation

und Interaktion verloren geht. Darüber hinaus verstärken Wettbewerb und Konkurrenz in wirtschaftlicher wie gesellschaftlicher Hinsicht, so scheint es, heute eher noch die Grenzen, die Musik zu überwinden vermag.

Unter Hirnforschern und Pädagogen ist es kein Geheimnis, dass Musik in ausnahmslos jedem Stadium menschlichen Lebens wahre Trainingsfelder des Bewusstseins und der Persönlichkeitsbildung eröffnet. Bereits das ungeborene Kind reagiert hochsensibel auf akustische Reize, denn ab der 16. Schwangerschaftswoche - und damit deutlich früher als andere Organe - ist das Gehör bereits voll entwickelt.

Ein Beispiel, für die Komplexität des Themas, ist die singende Mutter. Ihr Gesang beruhigt, indem sich die Hirnaktivität ihres Kindes in einem Areal verringert, das bei Angst aktiviert wird. Zeitgleich produziert sie für sich selbst sog. Glückshormone und Oxytocin, welches ihr eigenes Immunsystem stärkt. Außerdem werden die

erzeugten Schwingungen in die Resonanzräume (z.B. Nebenhöhlen...) und den ganzen Körper übertragen und wirken wie eine Ganzkörper-Innenmassage. Eine besonders tiefe Ein- und Ausatmung wird gefördert und regt auf eine mit Sport vergleichbare Art und Weise den Kreislauf an.

Generell wird bei Menschen, die sich mit Musik beschäftigen, eine Senkung der Ausschüttung des Stresshormons Cortisol beobachtet. Bei Männern nimmt die Konzentration des Aggressionshormons Testosteron ab.

Die Auswirkungen von Musik auf die Sprachentwicklung, sowie soziales Lernen von Säuglingen und Kleinkindern sind unbestritten. Zudem werden es jene Lieder aus der Kindheit sein, die eines Tages dem alten Menschen, oft trotz fortschreitender Demenz, bis zuletzt in Erinnerung bleiben. Wie gut ist es also, wenn die mittlere Generation den unschätzbaren Wert guter Musik erkennt und den Jungen und Alten der Gesellschaft damit ein Stück Lebensqualität gibt. Ohnehin sind Pädagogen schon seit Langem davon überzeugt, dass sich Lerninhalte erheblich leichter im Gedächtnis festigen, wenn sie musikalisch unterstützt vermittelt oder wiederholt werden. Wer ein Instrument spielt, formt damit fast beiläufig seine Persönlichkeit. Fleiß, Ausdauer, Konzentration, Kooperation, Kommunikation, Sinn für Proportionen (Raum/Zeit), sind Fähigkeiten, die einen hohen Stellenwert genießen. Weitgehend unterschätzt wird die Entwicklung auditiver Vorstellung. Diese Fähigkeit kann bei Kindern (!) wirkungsvoll gefördert werden und ist unverzichtbar für musikalisch-kreatives Tun.

Geradezu meisterhaft ist die Vorgehensweise der Werbe- und Filmbranche. Gezielt wird Musik genutzt, um Inhalte - auch Lügen! - zu vermitteln oder Gefühle und Stimmungen zu erzeugen. Ohne bewusst darauf zu achten, kennen wir mehr der mit eingängiger Musik unterlegten Werbeslogans, als uns lieb ist. Der einst nervenzerreißende Lieblingsactionfilm würde plötzlich zu einer einzigen Qual,

Musizieren bedeutet, das Hamsterrad des Alltags anzuhalten, bewusst Raum zum Atemholen zu schaffen und den Seelenspeicher mit neuen Vorräten zu füllen.

wenn er statt dramatischer Orchestermusik von seichtem Gitarrenspiel begleitet wird. In einer Hinsicht ist nämlich jeder Mensch „musikalisch“: Keiner kann sich diesen Wirkungen ganz entziehen. Nicht ohne Grund wird Musik auch als universelle Sprache der Menschheit bezeichnet, mit der man sogar das Tor des Verstandes umgehen kann, um auf direktem Weg ins Unterbewusstsein einzudringen.

Solche und andere Erkenntnisse lassen Forscher mit mehr Fragen als Antworten zurück. Das Rätsel der Herkunft dieses erstaunlichen Mediums ist in der Wissenschaft ungelöst. Was war zuerst da, die Gene oder die Kultur? Dem Gott der Bibel für diese besondere Gabe zu danken, scheint im Zeitalter von Materialismus und Humanismus überflüssig zu sein - weder kann man ihn beweisen, noch kennt man ihn.

Das Wesen dieses Schöpfer-Gottes kennenzulernen ist der Schlüssel. Er ist Ursprung des Lebens mit all seinen Ausdrucksformen. Die Beziehung zu ihm inspiriert unser Denken, Fühlen und Wollen. Wenn der Ewige unser kleines Leben in seinen großen Plan „hineinwebt“, dann entdecken wir, dass er uns die Musik zum Gebrauch und Genuss gegeben hat. Im Bewusstsein seiner Gegenwart zu singen und

zu spielen, in Gottesdiensten wie in Alltagssituationen - als Kind, Schüler, Teenager, Student, Jugendlicher, Single, Ehepaar, Vater, Mutter, Rentner, Großeltern, in Beruf und Gemeinde, egal, ob gesund oder krank, ob arm oder reich, begabt oder weniger begabt - ist ein Geschenk, das ihn erfreut und ehrt!

Das Klangergebnis hört sich in verschiedenen Kulturen und Epochen unterschiedlich an, hat aber die ewig unveränderlichen Kennzeichen echter Anbetung. Das gut gestimmte Instrument, die Gestaltung der einzelnen Töne, die Interpretation von Melodie- und Spannungsbögen, die Körperhaltung und nicht zuletzt die Kommunikation zwischen Mitspielern und Dirigent - all diese Dinge machen die Wirkung eines Musikstückes aus, unabhängig davon, ob es sich um Lieder mit geistlichen Inhalten handelt, oder nicht.

Musik gehört zum Menschen. Inwiefern hat sie einen festen Platz in meinem persönlichen Alltag? Damit ist nicht der unterhaltsame Gebrauch von Musikkonserven gemeint, sondern die Pflege von Gesang und Instrumentalspiel nach getaner, oder sogar während der Arbeit. Diese Form aktiver Entspannung fördert Gemeinschaft und Lebensqualität. Wer sich hier allerdings keine festen Zeiten und Gewohnheiten „installiert“, wird sicher von anderen Terminen und Beschäftigungen belegt. Musizieren bedeutet oft, das Hamsterrad des Alltags anzuhalten, bewusst Raum zum Atemholen zu schaffen und den Seelenspeicher mit neuen Vorräten zu füllen. Unsere Gesellschaft, unsere Gemeinden, unsere Familien, jeder persönlich wird dadurch bereichert!

Martina Kausemann



Martina Kausemann, Jg. 1963, Dipl. Musiklehrerin mit den Schwerpunkten Elementare Musikerziehung, Klavier, Blockflöte, Querflöte. Mit besonderer Dankbarkeit erinnere ich mich an meine Eltern, die mir die Liebe zu Gott, seiner Gemeinde und der Musik vorgelebt haben.

