

**Hermann Rauhe:
„Die Bedeutung des aktiven Musizierens im Alter“**

Die heilsame Wirkung von Musik lässt sich von der Kindheit bis ins hohe Alter nachweisen, neuerdings auch durch die hochinteressanten Erkenntnisse der Neurophysiologie, die ich versucht habe, in der Broschüre „Zur heilsamen Wirkung von Musik: ein Plädoyer“ (Beobachtungen zur Zeit. Nr. 11, April 2010 [M.M. Warburg und Co.] in allgemein verständlicher Weise darzustellen.

Die intensive und nachhaltige Wirkung von Musik beruht darauf, dass der Mensch rhythmisch-musikalisch programmiert und als musikalisches Wesen geschaffen ist. Viele grundlegende Körperfunktionen sind rhythmisch gesteuert. Bestes Beispiel dafür ist das Herz: Der Herzschlag bildet die Grundlage unseres Lebens. Steht diese „Herz-Uhr“ still, sind wir tot. Auch die Funktionen unseres Gehirns beruhen auf äußerst differenzierten Rhythmen und elektrischen Schwingungen. Die kleinste Veränderung unseres Vorstellungsvermögens, auch Zeitangst und Zeitnot, Traumunruhe oder –beruhigung im Schlaf finden ihren Niederschlag in einer Veränderung der Rhythmen im Gehirn. Diese wiederum wirken auf ungezählte andere Regelsysteme unseres Körpers.

Auch das Atmen ist rhythmisch geprägt und genauso lebenswichtig wie der Herzschlag. Durch das Singen trainieren wir unsere Atmung, so dass die Atemmuskulatur und das Lungengewebe elastisch bleiben. Aufgrund verstärkter Zwerchfellaktivität kommt es zu einer Anregung und Stimulierung aller Organfunktionen in der Bauchregion.



Der Ehrenpräsident
Prof. Dr. Dr. h.c.
Hermann Rauhe
Fon 040.796 10 30
Fax 040.796 10 60
Mobil 0173. 21 54 855

E-Mail:
Hermann.Rauhe@gmx.de

Website:
www.hermannrauhe.de

Adresse Büro:
hochschule für musik
und theater hamburg
20148 Hamburg
Harvestehuder Weg 12

Adresse Privat:
Bredengrund 18
21149 Hamburg

Wir massieren damit die Organe des Bauchbereiches und unser Herz. Das fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden.

Das Atmen im gleichen Rhythmus kann sogar ein Gefühl der Verbundenheit erzeugen und damit zugleich eine soziale Funktion gewinnen. Wir Menschen brauchen Gemeinschaft und Beziehungen, um Sinn und Erfüllung im Leben zu finden.

Insbesondere ältere Menschen tendieren dazu, die Aufmerksamkeit auf Symptome und Krankheiten zu richten, wenn sie allein sind: Dies ist weniger der Fall, wenn sie sich einer Gemeinschaft mit anderen Menschen anschließen. Am besten, wenn sie zusammen singen und musizieren, denn das schafft Nähe und Geborgenheit, Zuversicht und Hoffnung.

Über die Bedeutung des Singens hat sich der großartige Geiger, Dirigent und Friedensbotschafter Lord Yehudi Menuhin in einem Vermächtnis geäußert, das er als Schirmherr des von Karl Adamek und mir gegründeten Internationalen Netzwerks zur Förderung der Alltagskultur des Singens „Il Canto del Mondo“ formuliert hat:

„Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen: Denn sie ist die natürlichste und einfachste Weise, in der wir ungeteilt da sind und uns ganz mitteilen können – mit all unseren Erfahrungen, Empfindungen und Hoffnungen. Das Singen ist zuerst der innere Tanz des Atems, der Seele, aber es kann auch unsere Körper aus jeglicher Erstarrung ins Tanzen befreien und uns den Rhythmus des Lebens lehren. Das Singen entfaltet sich in dem Maße, wie es aus dem Lauschen, dem achtsamen Hören erwächst. Singend können wir uns darin verfeinern, unsere Mitmenschen und unsere Mitwelt zu erhören. Immer geht uns der Gesang eines Menschen unmittelbar an, wächst ein Verstehen, Teilhaben und Begreifen über alle Begriffe hinaus... Singen macht, wie nichts anderes, die direkte Verständigung der Herzen über alle kulturellen Grenzen hinweg möglich...“.

Besser und treffender kann die große Bedeutung des Singens nicht formuliert werden.

Ich habe mich mein Leben lang intensiv und nachhaltig für das gemeinsame Singen in allen Situationen und Lebenslagen eingesetzt, nicht nur als Präsident des Netzwerks „Il Canto del Mondo“, sondern auch als Chorsänger, Chorleiter, Singleiter und seit 1996 als Ehrenkantor der Hauptkirche St. Michaelis (des „Michel“) in Hamburg.

Um mit den anwesenden Kirchenbesucherinnen und –besuchern, auch mit den vielen Touristen aus verschiedensten Nationen, spontan singen zu können, habe ich vor allem geistliche Kanons komponiert, vielfach in lateinischer Sprache, die so kurz, knapp und eingängig sind, dass sie als „Ohrwürmer“ sofort mitgesungen werden können.

Der erste und vielleicht erfolgreichste Kanon, den ich für Helge Adolphsen und den Michel komponiert habe, ist „HALLELUJA“:

Ich weiß nicht, ob es möglich ist, dass ich diesen kurzen Notentext vier Takte lang hier aufschreiben und zum Publizieren liefern soll oder nicht. Jedenfalls habe ich ja in meinem Vortrag diesen Kanon mit den Anwesenden gesungen.

Hauptpastor Helge Adolphsen und meine Frau Annemarie haben diese Kanons, die ich für Gottesdienste, Kirchentage, Bibelarbeiten und sonstige Anlässe komponiert habe, gesammelt und als Geschenk zu meinem 60. Geburtstag in dem Band „Singt und lobt“, 80 geistliche Kanons, erschienen im Gustav Bosse-Verlag Regensburg 1990, herausgegeben und kommentiert.

1995 brachten sie zum Deutschen Evangelischen Kirchentag in Hamburg einen zweiten Band mit meinen Kanons unter dem Titel: „Behütet und geborgen“ heraus, ebenfalls im Bosse-Verlag Regensburg.

Es war von Anfang an überraschend und zum Teil überwältigend, wie intensiv selbst Menschen, die eigentlich kein Verhältnis zur Kirche und zum Glauben haben, mitgesungen und dadurch ein intensives Gemeinschaftser-

lebnis erfahren haben: Für einige Minuten wurde aus einem zuweilen zusammengewürfelten Haufen von Touristen eine singende Gemeinschaft, um nicht zu sagen: eine Gemeinde.

Offenes Singen ist eben mehr als eine Ad-hoc-Veranstaltung für ein stärkeres Wir-Gefühl, ein intensiveres Miteinander und mehr Verbindlichkeit im Glauben. Das gemeinsame Singen ist in erster Linie ein Opus Dei, ein Werk Gottes. In ihr handelt Gott zuerst, und wir handeln dadurch, dass er an uns handelt und wir zum Loben und zum Danken Befreite werden, wie es Joseph Kardinal Ratzinger, der jetzige Heilige Vater, formulierte:

„Singend geben wir Antwort auf das Wort, das zu uns spricht, stellt uns unter die Wirkungsmacht des Wortes Gottes, mit der sich die Musik verbindet.

Das Singen wird zur Erfahrung, aus Verslossenheit aufgeweckt, aus Einsamkeit herausgeführt zu werden.

Diese Funktion des Singens wird besonders deutlich im Umgang mit demennten Menschen: Wenn es uns gelingt, ein Lied zu finden, das der demente Mensch vor dem 7. Lebensjahr gelernt und gesungen hat, dann geschieht ein Wunder: Er singt dieses Lied mit allen Strophen begeistert und engagiert; gewinnt die soziale Kontakt-, Orientierungs- und Wahrnehmungsfähigkeit wieder, erkennt auch die Angehörigen, d.h. er überwindet die Demenz, leider nicht auf Dauer, sondern nur temporär. Denn das Singen baut die Angst ab, die mit der Desorientierung einhergeht und sie verstärkt.

Über diesen „Türöffnungs“-Effekt habe ich auf verschiedenen Kongressen zum Thema Demenz gesprochen und wurde in diesen meinen Erfahrungen stets bestätigt. Es zeigt sich, dass Lieder, die ein Mensch bis zu seinem 7. Lebensjahr gesungen hat, sich offensichtlich tief ins Bewusstsein senken und selbst bei schwerer Demenz noch abrufbar sind.

Wie stark das Singen die Angst abbaut, wurde deutlich, als die Feuerwehrleute am 11. September 2001 in New York angesichts der katastrophalen Situation anfangen zu singen, um die Angst, die totale Erschütterung und die Bedrohung durch diesen schrecklichen Terrorakt zu bewältigen.

Singen reduziert also die Angst, die auf Verunsicherung beruht. Und eben diese Angst ist ein großes Problem bei Demenz: Die Menschen merken, dass sie eine Scheibe Brot nicht mehr mit Butter bestreichen und verschiedene andere Dinge nicht mehr tun können. Das irritiert und stört sie. Wenn sie dann ein Lied mit allen Strophen singen, ist das ein Erfolgserlebnis, eine Erfahrung der Selbstwirksamkeit durch die Bestätigung, dass sie doch noch etwas bewirken und steuern können.

Dies gilt nicht nur für das gemeinsame Singen, sondern für den gesamten Bereich der nonverbalen Kommunikation. Forschungen haben gezeigt, dass 80 % unserer Wahrnehmungs- und Entscheidungsprozesse nicht rational gesteuert sind, sondern emotional: Es betrifft also nicht nur die Musik, die wir singen oder spielen, improvisieren oder hören, sondern auch „den Ton, der die Musik macht“ beim Sprechen und verbalen Kommunizieren:

Der Tonfall, die Tonlage, Tonhöhengestaltung und Melodiekurve, die Pausengestaltung durch suggestive und meditative Pausen, die Lautstärke, das Tempo und der Rhythmus, das achtsame „lauschende Sprechen“ aus der Stille und Konzentration heraus sind entscheidend für die Wirkung, die wir beim Kommunizieren entfalten.

Die Stimme ist Ausdruck der Persönlichkeit, Sprachrohr der Seele und des Herzens. Der Stimmklang, die Stimmfarbe und Artikulation, die Resonanz und Tragfähigkeit der Stimme sind wichtiger als das, was wir sagen und kommunizieren. Hinzu tritt die Erkenntnis „Wer hört, gewinnt“: d.h. das aktive, einfühlsame Zuhören öffnet Herzen und schafft Sympathie. „Wer sich zuhört, wird gehört.“ Dies ist eine wichtige Erkenntnis für jede Kommunikation.

Wer sich für sein Gegenüber deutlich und wahrnehmbar interessiert, wird schon dadurch selber interessant.

Entscheidend ist die innere Einstellung: Nur wer sich selbst treu bleibt, überzeugt und wirkt authentisch, und „nur wer selber brennt, kann andere entzünden“ (Augustinus): Das bedeutet, dass unsere eigene Begeisterung, unsere Liebe und Leidenschaft, mit der wir unsere Aufgaben wahrnehmen, sich auf andere Menschen überträgt und sie motiviert und stimuliert.

Zu diesen wichtigen Komponenten nonverbaler Kommunikation gehört auch die Körpersprache: „Der Körper lügt nicht.“ Unser Körper ist ein wichtiges Ausdrucksmedium, das Signale sendet durch Körperhaltung, Bewegung, Mimik, Gesichtsausdruck, durch Gestik als Ausdruckskunst der Arme, Hände und Finger.

All diese Erkenntnisse vermittele ich regelmäßig in meinen Managerseminaren für Führungskräfte aus den verschiedenen Bereichen, z.B. bei der Weiterbildung der Hoteldirektoren der Maritim Hotel-Gesellschaft, als deren Aufsichtsrat, Coach und Trainer ich viele Jahre wirkte.

Diese Komponenten spielen in der Aus- und Weiterbildung immer noch eine viel zu geringe Rolle, das gilt besonders für die Lehr-, Heil- und Pflegeberufe.

Auf jeden Fall sollten wir die Kunst der nonverbaler Kommunikation und Beziehungsgestaltung in die Aus- und Weiterbildung von „Musikgeragogen“ einbeziehen. Denn nicht nur Kinder, sondern vor allem ältere Menschen reagieren intensiv auf die eben genannten Komponenten der Vermittlung im stimmlichen und körperlichen Bereich:

Musikvermittlung ist stets nicht nur mit Singen und Musizieren verbunden, sondern beruht selbstverständlich auch darauf, dass verbale Erklärungen gegeben und Beziehungen aufgebaut werden.

Und die Überzeugungskraft dieser Erklärungen, Erläuterungen und Kontaktaufnahmen hängt maßgeblich nicht nur von dem ab, was ich sage und vermittele, sondern wie ich es tue.

In diesem Zusammenhang möchte ich auf den Katalog ganzheitlicher Grundlagen einer positiven Ausstrahlung verweisen, den ich in dem Buch von Manfred Eichel und mir unter dem Titel „Nur wer selbst brennt, kann andere entzünden“, Murmann Verlag Hamburg 2006, Seite 110, publiziert habe.

Ich zitiere in diesem Zusammenhang nur einige Kostproben aus diesem Katalog:

„Glaubwürdig und authentisch sein,
sich selbst treu bleiben,
motivieren und überzeugen,
neugierig sein und neugierig machen,
souverän, locker und gelassen sein,
mit sich selbst im Einklang sein,
über innere Harmonie und Balance verfügen,
über ein sensibles Körpergefühl und einen stimmigen ganzheitlichen Körperausdruck in Haltung, Atmung, Mimik, Gestik und Stimme verfügen,
sich selbst akzeptieren,
Selbstzweifel und Unsicherheit überwinden,
selber brennen und andere entzünden,
sich und anderen souverän, heiter und entspannt begegnen,
mit sich selbst und anderen liebevoll umgehen (Augustinus: „Liebe – und tu, was du willst“),
die eigenen Wertvorstellungen vorleben,
andere Menschen bewusst, interessiert und unvoreingenommen wahrnehmen,
sich mit seiner Aufgabe voll identifizieren und sie leben,
sich selbst zurücknehmen und in Demut und Dankbarkeit dienen ,
das Leben mit Heiterkeit und kindlichem Humor betrachten:

Ein heiteres Gesicht ist für „den Menschen fast so gut wie Reichtum“ (Benjamin Franklin):

Fröhlichkeit, Lachen und Lächeln reißen mit, überzeugen und verbreiten eine angenehme Atmosphäre.

Eine freudig strahlende Mimik erzeugt auch in uns selber positive Emotionen, Motivationen und aufbauende Stimmungen...“

Wichtig gerade für die musikalische Arbeit mit Älteren ist die Erkenntnis, dass Musik motiviert, beflügelt, begeistert, aus Zwängen befreit, Herz und Sinne für das Positive öffnet, Freude am Leben weckt.

Musik vermittelt Eigenschaften und Fähigkeiten, die sinnerfülltes Leben ermöglichen. Deshalb haben Helge Adolphsen und ich die Musik als Modell sinnerfüllter Lebensgestaltung zu einer der wesentlichen Grundlagen für die gemeinnützige Einrichtung „NEW GENERATION“ für aktive Menschen ab Fünfzig gemacht und in dem Buch „Lob des Lebens. Vom Sinn der reifen Jahre“ (Kreuz Verlag 1998) publiziert. (Leider ist auch dieses Buch vergriffen.)

Erfülltes Leben ist die gelungene Musik! Mit Musik wird unsere Zeit frei, wird diese Stunde zu einem Streifen des Ackers, in den wir Freude und Hoffnung, Liebe und Schönes hineinwerfen können, damit sie Frucht bringen.

Unser Leben als „Zeitkunstwerk“ besteht immer aus der Planung und der Improvisation, aber auch aus dem Zusammenwirken verschiedener Themen und Motive, Tempi und Farben, Harmonien und Disharmonien wie in einem Konzert.

Wollen wir erfolgreiche Lebenskünstler werden und unser Leben nach allen Regeln der Kunst mit Liebe und Lust gestalten, so können wir viel von der Musik und ihren Gesetzmäßigkeiten lernen.

Schon die Kapitelüberschriften dieses Buches zeigen, um welche Lebensphilosophie für ältere Menschen es hier geht:

Man sieht nur mit dem Herzen gut – Musik öffnet Herzen – Musik baut Brü-

cken – Höre, und du bist Mensch – Höre, so wird deine Seele leben – Hören überwindet Grenzen – Hören öffnet Herzen – Verstehen schafft Verständigung – Rhythmus prägt unser Leben – Wer dankt und lobt, hat mehr vom Leben – Loben und Danken schafft ein freudiges Gemüt – Musik macht Mut – Begeisterung hält jung – Wer loslässt, gewinnt – Musik baut Angst ab und entspannt – Stille schafft Kraft – Mit den Grenzen des Lebens bewusst umgehen – Der Tod als „Schlüssel zu unserer wahren Glückseligkeit“ (Mozart in einem Brief an seinen Vater).

Musik schafft Beziehungen, weil sie selbst ein Beziehungsgefüge von Rhythmen, Tönen, Klängen, Formen, Bewegungsabläufen und Stimmen ist und weil sie auf Vermittlung, auf Kommunikation angewiesen ist.

Der Vorzug der Musik liegt darin, dass sie ganzheitlich wirkt.

Singen und Musizieren vermitteln Zuversicht und Vertrauen, hilft, das Gefühl der Ausweglosigkeit und Unvollkommenheit zu überwinden.

Musik überschreitet die körperlichen Grenzen, die uns z.B. durch Behinderungen, Krankheiten oder äußere Bedingungen gesetzt sind. Sie hilft uns, unveränderliche Einengungen, Begrenzungen und Handikaps hinzunehmen und nicht mit dem Schicksal zu hadern, zu klagen und unglücklich zu sein, sondern innerhalb der Möglichkeiten uns heil und ganz zu fühlen, uns optimal zu entfalten, zuversichtlich und fröhlich unser Leben zu gestalten. Denn Musik gibt der Seele Flügel. Sie ist Traum und Wirklichkeit zugleich, macht Übersinnliches sinnlich erfahrbar und öffnet ein Fenster zum verlorenen Paradies. So trägt die Musik zur geistig-seelischen und körperlichen Gesundheit und zur Menschlichkeit und zum Frieden bei.

Gemeinsames Musizieren lehrt, die Aufmerksamkeit von sich weg auf andere zu richten: Man kann nicht in einem Streichquartett spielen oder in einem Vokalensemble singen, ohne sensibel auf andere einzugehen, ihre Impulse aufzugreifen und sich mit ihnen abzustimmen.

Arthur Rubinstein hat einem gesagt: „Wenn ich mich während eines Konzertes an mich selbst erinnere, bin ich verloren.“ Er darf also während der gesamten Aufführung nicht über sich selbst nachdenken, sondern muss sich selbstvergessen und hingebungsvoll auf die Musik konzentrieren.

Musik verbindet und stiftet Gemeinschaft. Der Einzelne fühlt sich aufgehoben im Zusammenspiel mit anderen. Musik ist Ausdruck des „Beieinanderseins“ von Stimmen, die in harmonischer Beziehung zueinander stehen.

Musik ist nicht nur ein Modell humaner Lebensgestaltung, sondern auch ein Modell für modernes menschliches Management und erfolgreiche Organisations- und Unternehmenskultur, gerade auch im Vereins- und Verbandswesen.

Modernes Management ist in diesem Sinne wie gelungenes Musizieren: Es setzt Begeisterung, Hingabe, Stille, Konzentration, Einfühlungsvermögen, aktives Zuhören, Teamfähigkeit, Fantasie, Kreativität, Vorausdenken, sinnerefüllte Zeitgestaltung, Gelassenheit, Angstfreiheit, Meditationsfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein voraus.

Menschen, die aktiv singen und musizieren, sind deshalb die besseren Manager, weil sie die eben genannten Eigenschaften trainieren, die oft wichtiger sind als bestimmte fachliche Fähigkeiten.

All dies gilt in besonderem Maße für die Musikpädagogik, den musikalischen Umgang und die Musikvermittlung bei älteren Menschen.

Erkenntnisse der elementaren Musikpädagogik müssen in diesen Zusammenhang gestellt, modifiziert und zu musikpädagogischen Handlungsfeldern gestaltet werden.

Renate Pöcheim zeigt in ihrem Workshop „Singen und Musizieren im Alten-Wohn- und Pflegeheim“, wie Erkenntnisse und Erfahrungen der elementa-

ren Musikerziehung, insbesondere im Bereich der Rhythmik auf die Musikgeragogik, übertragen und modifiziert angewendet werden können.

Wie dies umfassend und systematisch geschehen kann, haben Theo Hartogh und Hans Hermann Wickel in ihren Publikationen und Vorträgen überzeugend dargelegt.

Marie-Claire Egger erläutert diese grundlegenden Ansätze anhand von praktischen Beispielen.

Wie die Stimmentwicklung im Alter optimal geschehen kann, hat Karl-Hans Strauß in seinem Vortrag „Aktives Musizieren mit Senioren“ überzeugend demonstriert.

Wolf Peschl hat ein Leben lang auf verschiedensten Ebenen gezeigt, wie nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern gerade auch Senioren durch geschickte Literaturoauswahl und gezielte Stimmbildung zum aktiven Musizieren im Chor und Ensemble motiviert und zu Erfolgserlebnissen geführt werden können.

Welche Bedeutung das gemeinsame Musikhören und der Austausch über verschiedene Interpretationsansätze gewinnen kann, hat Roland Wächter in seinem Vortrag „Musikalische Interpretation“ überzeugend dargelegt. Wichtig ist das aktive Hören und Diskutieren über das Gehörte.

Denn nicht nur das aktive Singen und Musizieren trägt zur sinnerfüllten Gestaltung der letzten Lebensphase bei, sondern gerade auch das aktive Hören; denn Musik prägt unser Leben von Anfang an: „Höre, so wird deine Seele leben“, heißt es beim Propheten Jesaja. Das Hören ist der Spirituellste unserer Sinne. Deshalb enthalten die großen Bücher der Weisheit in vielen Religionen unzählige Höraufforderungen: Sie alle unterstreichen die herausragende Bedeutung des Hörens. Allein in den fünf Büchern Mose der Bibel kommt der Begriff Hören 91 Mal vor.

Die meisten intensiven seelischen Beziehungen zwischen Menschen verlaufen über das sensible geduldige und einfühlsame Hören:

Wir sind „ganz Ohr“, wie im Mutterleib, wo wir bereits 4 ½ Monate vor der Geburt mit dem schon dann voll ausgebildeten Hörorgan (der Cochlea), den Herzschlag, den Atem und die Stimme der Mutter als prägendes Urerlebnis empfinden. Dieses pränatale akustische Umfeld vermittelt dem Ungeborenen Gefühle von Schutz, Sicherheit und Geborgenheit.

Musik spielt im Leben eine wichtige Rolle. Wir verwenden Musik, um wesentliche Markierungspunkte zu umrahmen wie Taufen, Weihnachten, Geburtstage, Kommunion, Konfirmation und Heirat bis zur Beerdigung.

Musik dient als Ausdruck unterschiedlicher Erfahrungen und Lebensphasen. Liebeslieder, Gemeinschaftslieder, Lieder über den Tod, die Einsamkeit, die Jugend und das Alter drücken das innere Erleben der Menschen aus.

Jeder Mensch macht im Laufe seines Lebens unterschiedliche Erfahrungen mit seiner ganz persönlichen Musik. Musik zieht sich wie ein roter Faden durch das Leben eines jeden Menschen:

Deshalb spielt der Faktor der musikalischen Erinnerung in der Rehabilitation und Therapie eine so zentrale Rolle: Dies konnte ich bei meinen klinischen Versuchen in der neurologischen Rehabilitationsanstalt von Schlaganfällen intensiv und systematisch erfahren.

Ein als unheilbar geltender halbseitig gelähmter und auch aphatischer Offizier konnte nur dadurch rehabilitiert werden, dass seine Frau sich daran erinnerte, wie sie sich beim Tanzen des Tangos „O Donna Klara“ kennen und lieben lernten.

So fand der resignierende, deprimierte, aphatische Patient seinen Lebensmut, Lebenswillen und Antrieb durch diese Melodie wieder:

Deshalb sprechen wir inzwischen vom „O-Donna-Klara-Effekt“ in der neurologischen Rehabilitation von Schlaganfällen. Entsprechendes gilt, wie ich

eingangs formulierte, auch für demente Patienten, für Alzheimerpatienten, für Depressive und Parkinsonpatienten.

Diese Erfahrungen habe ich in zahlreichen Publikationen ausführlich beschrieben, deren Liste ich in meiner Homepage veröffentlicht habe:

www.hermannrauhe.de

Abschließend möchte ich besonders hinweisen auf ein vom Internationalen Netzwerk „Il Canto del Mondo“ initiiertes Projekt „Canto elementar“: In diesem generationenübergreifenden, erfolgreichen und mehrfach ausgezeichneten Projekt gehen Seniorinnen und Senioren in die Kindergärten, um mit den Kindern zu singen, denn die meisten Erzieherinnen können nicht singen, wollen aufgrund der verheerenden Äußerung von Theodor W. Adorno in der „Kritik des Musikanten“ (1956) nicht singen und kennen auch nicht die Volkslieder. Die Ursachen dafür habe ich ausführlich analysiert und formuliert in meinem Beitrag „Singen als Sprache der Seele: Plädoyer für eine Neuorientierung der Musikpädagogik im Geiste Yehudi Menuhins“ in Band XVII der Schriftenreihe des Fachbereichs Erziehungs- und Kulturwissenschaften der Universität Osnabrück unter der Überschrift „Vermittelte Musik: Freundesgabe für Walter Heise zur Emeritierung“, herausgegeben von Hartmuth Kinzler.

Das Singpatenprojekt „Canto elementar“ erweist sich als außerordentlich erfolgreich und erhielt 2010 den Gunther und Juliane Ribke-Preis und ist nominiert für den Deutschen Nationalpreis 2012.

Hinweisen möchte ich auch auf die erfolgreiche Veranstaltungsreihe „Musik – Mensch – Medizin“ in der großen Eingangshalle des neuen Universitätsklinikums Hamburg: Es geht um die Humanisierung der Arbeits- und Lebenswelt dieses Klinikums, das zu den größten und erfolgreichsten europäischen Einrichtungen gehört.

Donnerstags von 18.30 – 19.15 Uhr singen und musizieren Studierende der Hochschule für Musik und Theater und Mediziner zusammen antriebsfördernde und entspannende Musik unter dem zentralen Motto „Musik –

Mensch – Medizin“. Jede Veranstaltung hat ein bestimmtes Motto, die erste Veranstaltung hieß „Swing schafft Schwung“ (zusammen mit Mitgliedern der NDR-Bigband). Es folgten dann „Mendelssohn motiviert“, „Beethoven bewegt“, „Mozart motiviert“, „Jazz hält jung“, „Strauss gegen Stress“, „Schubert schafft Schwung“ und „Vivaldi vital“.

Kooperationspartner sind NDR-Info, die Hochschule für Musik und Theater Hamburg und NEW GENERATION, die gemeinnützige Einrichtung für aktive Menschen ab 50+.

Die Veranstaltungen werden über Video in die Krankenzimmer übertragen, damit auch jene Patienten die Veranstaltung erleben können, die nicht in die große Eingangshalle kommen können.

Außerdem produzieren wir CDs von den Veranstaltungen, die gegen ein geringes Entgelt (Spenden für diese Reihe) erworben werden können. Veranstaltungsort ist also das Foyer des neuen Universitätsklinikums (Gebäude O 10), Martinistraße 52, in Hamburg-Eppendorf. Nähere Informationen sind zu erhalten über www.musikmenschmedizin.de

Hinweisen möchte ich auch auf die vielen Veranstaltungen, die NEW GENERATION als gemeinnützige Einrichtung für Menschen ab 50+ e.V. veranstaltet. Nicht nur in dem eigenen vorbildlichen Domizil NewLivingHome, Julius-Vosseler-Straße 42, 22527 Hamburg, sondern in verschiedenen Örtlichkeiten der Stadtteile Hamburgs und Umgebung bis Buxtehude, Stade, Ahrensburg, Norderstedt usw.

Nähere Informationen gibt die Vierteljahresschrift NEW, das Magazin für NEW GENERATION-Mitglieder und Freunde und die Homepage unter www.new-generation-hh.de

Anfragen können gerichtet werden auch über e-mail: info@new-generation-hh.de oder per Fax: 040 2781 67 22.

Das NEW GENERATION-Büro ist von montags bis donnerstags täglich von 10 – 12.00 Uhr und 14 – 16.00 Uhr erreichbar unter 040 27 81 67 67.

Hinweisen möchte ich auf die von Ernst-Ulrich von Kameke und mir gegründete Musikakademie für Senioren e.V., deren Leitgedanken meinen Ausführungen entsprechen: Jung und gesund bleiben durch aktives Musizieren, Überwindung von Sorgen und Einsamkeit durch Musik und Gemeinschaft, Anregung zur Hausmusik in der eigenen Familie, „Jugend unterrichtet Alter“ und „Jung musiziert mit Alt“, Kennenlernen der heilenden Kräfte der Musik für sich selbst und im Umgang mit kranken Menschen.

Die Musikakademie für Senioren will die Liebe zur Musik wecken oder erhalten: Durch gemeinsames Musizieren und Singen, durch Orchester- und Kammermusik-Seminare, sowohl aus dem Bereich der Klassik als auch der Unterhaltungsmusik, durch Kurse für Instrumentalistinnen und Instrumentalisten, für Sängerinnen und Sänger, durch musikgeschichtliche Vorträge, Komponistenportraits und die Behandlung vieler spannender Themen: Oper, Sinfonik, Kirchenmusik, Kammermusik, neue Musik, Unterhaltungsmusik, Chorsingen, Musiktheorie und durch Reisen.

Die Musikakademie für Senioren veranstaltet Seminare an verschiedenen, schön gelegenen Plätzen mit namhaften Dozentinnen und Dozenten. Manche dieser Pädagogen sind jung und betonen damit die Idee des gegenseitigen Verstehens zwischen den Generationen. Ausführliche Informationen sind erhältlich über die Homepage www.musik-akademie.de

Die überregionale Seniorenakademie Lübecker Bucht e.V. wurde vor 30 Jahren gegründet und veranstaltet viele Seminare, Workshops, Reisen zu interessanten Themen, zu denen auch die unserer Fachtagung in Aarau gehören: Weitere Informationen sind erhältlich über www.senioren-akademie-luebecker-bucht.de Diese Akademie veranstaltet zusammen mit den Musikhochschulen Hamburg, Lübeck und Rostock jedes Jahr im Dezember die Maritim Musikwoche im Seehotel Timmendorfer Strand an der Ostsee. Die diesjährige Musikwoche findet vom 4. – 11. Dezember 2011 statt und wird von Pastor Szepan und mir geleitet. Ein Flyer mit ausführlichem Tagungsprogramm kann bei der Senioren-Akademie Lübecker Bucht

oder beim Maritim Seehotel angefordert werden oder über info@timm@maritim.de

