

**„Man muss kein Instrument spielen. Singen allein genügt schon. Ich habe in Dresden, Leipzig und anderen Städten Kinderchöre gegründet und weiß, dass die jungen Sänger sich alle gut entwickelt haben. Auch in New York werden schwarze Kinder von der Straße weg in Chorprojekte gebracht. Die Musik macht sie leichter erreichbar, besser erziehbar.“**

Kurt Masur im Rheinischen Merkur zum Wert des Singens

## Zur Gesundheit: Singen!

Wissenschaftler haben längst erforscht: Es ist weit mehr als nur eine Tradition - es ist vielmehr eine angeborene Grundbegabung der Menschen, mit der Chorleiterinnen und Chorleiter, Sängerinnen und Sänger innerhalb und außerhalb des Deutschen Chorverbandes umgehen. Und die Gesellschaft handelt mehr als fahrlässig, wenn sie diese Begabung nicht endlich wieder vom frühesten Kindesalter an gründlich fördert – ein Überblick über vorliegende Befunde

Der wortgewaltige Dirigent und langjährige Gewandhauskapellmeister Kurt Masur war für einen Moment sprachlos: Unterwegs auf einer Tournee mit den New Yorker Philharmonikern, wurde er in Taipeh gefragt, ob einheimische Studenten beim Konzert den Chor in Beethovens 9. Sinfonie singen dürften. Masur über das Ergebnis: „Ich machte eine erste Klavierprobe, und da sangen 150 auswendig in deutscher Sprache. Sie sangen in solcher Qualität, dass es mich heute noch friert, wenn ich daran denke. Sie sangen mit leuchtenden Gesichtern, weil sie genau wussten, was sie sangen.“ 30.000 junge Chinesen harrten vor dem Konzerthaus aus, während das Konzert auf eine Leinwand übertragen wurde. Und draußen stimmte dann ein zwölf Jahre junger Chinese auch noch die „Ode an die Freude“ auf Chinesisch an, die Besucher sangen mit. „Wir lernen das in der Elementarschule“, erfuhr Masur zur Begründung, wie er kürzlich im „Rheinischen Merkur“ geschildert hat.

Singen und Klassische Musik – was in China und anderswo auf der Erde nach wie vor hohen Stellenwert besitzt und als erstrebenswertes Objekt künstlerischer Auseinandersetzung gilt, erlebt im Deutschland unserer Tage eine Vermittlungs-Krise. Wo Elternhaus, Kindergarten und Schule sich zunehmend als unwillig und damit auch unfähig erweisen, die eigentlich angeborene elementare Ausdrucksform des Singens zu vermitteln und die angeborene Freude an Musik zu pflegen, da gerät das Interpretieren klassischer oder Klassikverwandter Tonsätze schlicht in Vergessenheit. Nur noch neun Prozent der nachwachsenden Generation sind begeistert von klassischer Musik. Und nicht viel höher ist der Prozentsatz derer, die im Nachwuchsalter aktiv singen oder musizieren.

„Wenn wir in der Musikerziehung in Deutschland so weitermachen wie bisher, dann wird sich das deutsche Publikum die Beethovensinfonien künftig von einem chinesischen Orchester anhören müssen“, mahnte Kurt Masur im „Rheinischen Merkur“.

Derzeit sind immerhin im Laienbereich noch rund fünf Millionen Sängerinnen und Sänger und sechs Millionen Instrumentalisten in Deutschland am Werk, allerdings überwiegend Menschen erwachsener bis älterer Jahrgänge. Aber weil schon aus biologischen Gründen weniger Musikbegeisterte nachwachsen, gilt: Augenscheinlich wird es Zeit, die fast schon vergessenen Stärken und Vorzüge der Kultur-Tradition offensiver als bisher ans Licht zu heben. Der Deutsche Chorverband als weltgrößte Organisation der Laienchöre nimmt diese Herausforderung an. Dieser Beitrag liefert die derzeit verfügbaren Informationen, um auf allen Ebenen fundiert fürs Singen im Chor argumentieren zu können - aktuelle Erkenntnisse von Musikwissenschaft, Pädagogik und Medizin.

„Im Chor findet man Freunde, auf die man sich verlassen kann. Und man lernt, wie wichtig es ist, sich um Harmonie zu bemühen.“. Schon dieser Satz des DCV-Präsidenten und Bremer Bürgermeisters Henning Scherf fasst zusammen, worum es im Wesentlichen geht: Singen ist die Form des Musizierens, die unmittelbar aus dem Menschen selbst kommt – ein Ergebnis von Verstand und Emotion zugleich, ermöglicht dank eines Spiels von Muskeln, dem der Körper den notwendigen Resonanzboden verleiht. Geist, Seele und Körper bilden eine Einheit, und das Zusammenwirken vieler solcher Einheiten im Chor macht dessen fast unschätzbare gesellschaftliche Bedeutung aus. Jedes Chor-Mitglied kann darüber aus eigener Erfahrung berichten, und damit allein sind schon um die 750.000 Werbe-Stimmen fürs Singen aktiviert.

## Musik ist Ausgangspunkt der menschlichen Kulturgeschichte

Wie aber sonst noch die Mehrheit der Sing-Skeptiker und Gesangs-Flüchtlinge überzeugen?

- These eins: Singen und Musizieren wirken wie Medizin auf jeden Menschen. Sie steuern unser Verhalten, sogar ohne unser Zutun. In der März-Ausgabe der Fachzeitschrift „Gehirn & Geist“ etwa findet sich Überzeugendes dazu in einer Arbeit der Neuropsychologin Sandrine Viellard aus Montreal. Da geht es um die psychologische „Tiefenwirkung“ von Musik. Die Autorin berichtet beispielsweise über Forschungen des Neurobiologen Antonio Damasio von der University of Iowa. Er hat nachgewiesen: Gefühle spielen selbst dann eine wichtige Rolle, wenn Menschen rationale Entscheidungen zu treffen glauben. Unterschiedliche Musik ist in der Lage, höchst unterschiedliche

Gefühlsreaktionen auszulösen: Freude oder Traurigkeit, Angst oder Beruhigung. Und davon wird dann der Weg des Verstandes beeinflusst.

An der Universität Montreal untersuchten die Wissenschaftler am Labor für Neuropsychologie der Musik auch, wie sich Dur oder Moll, schnelles oder langsames Musiktempo auf die Reaktionen von Zuhörern auswirken. Ergebnisse: Moll im langsamen Tempo macht traurig. Moll im schnellen Tempo sorgt für Ärger oder Furcht. Ein schnelles Dur wirkt fröhlich. Dur plus Langsamkeit wird als beruhigend empfunden. Sandrine Viellard: So sei die Gefühlsreaktion auf Musik offenbar besonders tief verankert – eine Form der Kommunikation, die nicht einmal der Sprache bedarf. Möglicherweise bestehe die ureigentliche Bedeutung von Musik darin, „den sozialen Zusammenhalt innerhalb von Gruppen zu fördern und die Stimmung ihrer Mitglieder zu synchronisieren.“ Und weiter: „Als kulturelle Errungenschaft, deren Ursprung noch vor der Entstehung der Landwirtschaft anzusiedeln ist, stellt die Musik damit möglicherweise den Ausgangspunkt der menschlichen Kulturgeschichte dar.“

- These zwei: Singen ist die erste Form der Sprache. Yehudi Menuhin hat formuliert: „Singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen“. Entwicklungspsychologen haben laut Süddeutsche Zeitung nachgewiesen, dass die musikalische Begabung zu den Grundausstattungen der Menschwerdung gehört. So gebe es Kinder in Afrika, die bereits mit fünf Jahren hundert Lieder singen und problemlos Polyrhythmen klopfen können.

Wer diese Grundbegabung fördern will, muss allerdings früh damit anfangen – so wie es in den Kindergärten geschieht, die vom DCV wegen täglicher Sing-Stunden in vorgegeben hoher Qualität mit dem Qualitätssiegel „Felix“ ausgezeichnet werden. Oder so, wie es versuchsweise bei Projekten in den Sängerbänden Baden-Württembergs und ab Herbst im NRW-„Liedergarten“ schon ab dem 18. Lebensmonat geschieht. Oder in der „Kinder-Uni“, die das Darmstädter Institut für Neue Musik in diesem Frühjahr versuchsweise angeboten hat. Oder im „Musikgarten“, den die Musikschule Bad Vilbel jetzt für 17 Euro pro Monat anbietet.

Ganz wichtig: Die Prägung hin zur Musikalität funktioniert nur in den Jahren vor der Pubertät. Danach arbeiten nach Erkenntnissen der Hirnforschung die Synapsen im Hirn, die im Kindesalter den direkten Draht zwischen Emotion und Verstand herstellen, nicht mehr auf gleiche Weise. Musisch wird man also in den frühen Jahren und bleibt es dann – oder man wird es nie mehr!

### **Singen stärkt nicht nur die Stimmbänder**

- These drei: Singen macht gesünder. Dazu hat die weit verbreitete „Apotheken-Umschau“ im Januar Erkenntnisse zusammengetragen. Dazu gehört die Studie des Frankfurter Musikwissenschaftlers Dr. Gunter Kreutz, die noch vom Deutschen Sängerbund gefördert und bereits in „Lied & Chor“ veröffentlicht worden war. Ergebnis eins: Aktive Chorsänger hatten nach einstündiger Probe erkennbar mehr Immunglobulin A im Speichel – ein Abwehr-Eiweiß, das Infektionen im Mundraum erschwert. Beim bloßen Zuhören entwickelt Musik diesen Effekt nicht, wies Kreutz ebenfalls nach.

Der Psychologe Peter Keller aus Bad Schussenried wird zitiert mit der Erkenntnis: Gesang harmonisiert Körper, Geist und Seele. Professor Martin Ptok von der Medizinischen Hochschule Hannover registriert: „Die Stimmbänder werden straffer und dicker. Der Resonanztrakt, also die Nebenhöhlen des Kopfes, können besser mitschwingen. Die Muskeln, die den Kehlkopf nach unten ziehen, werden kräftiger.“ Sogar die Entwicklung der Greisenstimme werde gehemmt, wenn jemand lebenslang singt, stellte Ptok fest. Nicht zu vergessen: Gute Zwerchfellatmung beim Singen verbessert die Luftzufuhr in die Lungen.

- These vier: Es ist höchste Zeit, mehr fürs Singen zu tun. Professor Dr. Hans-Günter Bastian, Direktor des Instituts für Musikpädagogik an der Universität Frankfurt, hat spätestens im Jahr 2000 die Renaissance der positiven Betrachtung angestoßen. Damals wies er nach sechs Jahren Langzeitstudie in Berlin nach: Aktives Singen und Musizieren macht musizierende Kinder ausgeglichener und selbstbewusster als ihre Altersgenossen, die ohne Musikerfahrung aufwachsen. Musizieren fördert Sensibilität und sozialen Einsatz – und es verbessert sogar die allgemeine Denkfähigkeit.

Im Ergebnis lehren heute längst nicht mehr nur Waldorfschulen Musik und Singen als tragendes Fach ihres ganzheitlichen Konzepts. 104 Kindergärten in Bayern haben einen Musiklehrplan ausprobiert, an dem die Violinistin Anne-Sophie Mutter mitgewirkt hat. Die freie Grundschule „Clara Schumann“ in Leipzig setzt aufs Singen und Musizieren. Und damit auf die eigentlichen Interessen des Nachwuchses. Musik ist laut Shell-Jugendstudie deren liebste Freizeitbeschäftigung, nur nicht die Form des Musikunterrichts, wie sie an den meisten Schulen angeboten wird.

Aber nicht nur weil es „in“ ist; nicht nur, weil es gesund ist; nicht nur, weil es angeboren ist: Singen und Musizieren ist aus sich selbst und an sich gut und braucht neue Unterstützung. Denn es macht Freude – denen, die singen ebenso wie denen, die zuhören. Es gehe letztlich darum, „Musik um der Musik willen zu machen“, sagt Professor Bastian. Und das sagen hoffentlich ab sofort auch mindestens alle 750.000 Sängerinnen und Sänger aus dem Deutschen Chorverband – wo immer sie gefragt werden.