

Musik mit Leib und Seele

Was wir mit Musik machen und sie mit uns

Bearbeitet von
Claudia Spahn, Bernhard Richter

1. Auflage 2015. Taschenbuch. ca. 248 S. Paperback
ISBN 978 3 7945 3129 5
Format (B x L): 12 x 18,5 cm

[Weitere Fachgebiete > Musik, Darstellende Künste, Film > Musikwissenschaft
Allgemein > Musikpsychologie, Musiksoziologie](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei


DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

1 Singen und Musizieren mit Leib und Seele

Für uns Menschen ist Musik allgegenwärtig. Dabei begegnet sie uns in ganz unterschiedlichen Formen: als hörbares Ereignis wie beim Klang einer Klarinette, die zum Tanz aufspielt, als gedachtes Ereignis wie bei einer Melodie, die uns im Kopfe herumgeht, oder auch als Konzept von Musik wie bei der Sphärenharmonie von Pythagoras (um 570 v. Chr. bis nach 510 v. Chr.), wonach Musik durch die Bewegung der die Planeten tragenden „Kugeln“, die sogenannten Sphären, im Weltall entstehen soll.

Musik ist ihrem Wesen nach zutiefst menschlich, denn sie wird durch den Menschen erzeugt und wirkt auf ihn zurück – sei es auf den Musizierenden oder auf den Zuhörenden. Musik ist demnach eine „humane“ Kunst – wie der Autor und Pianist Roberto Cotroneo in seinem im Jahr 2006 in Buchform veröffentlichten BRIEF AN SEINEN SOHN ÜBER DIE LIEBE ZUR MUSIK mit dem Übertitel FRAG MICH, WER DIE BEATLES SIND ausführt.

Dass Musik eine ganz besondere Form des Ausdrucks darstellt, war vermutlich schon den Flötenschnitzern bewusst, die vor 35 000 Jahren mit viel Mühe und Geschick aus dem Flügelknochen eines Geiers ein funktionstüchtiges Instrument anfertigten. Nach heutigem Kenntnisstand und den Veröffentlichungen von William Fitch und William Hardy McNeill kann angenommen werden, dass gemeinsames Singen, Musizieren und Tanzen eine wichtige Funktion für die soziokulturelle Evolution besaß, da hierdurch die Kooperationsbereitschaft der Wir-Gruppe und deren Zusammenhalt gestärkt wurden.

Musik, Gesang und Tanz stellen in den unterschiedlichsten Kulturen weltweit zentrale Elemente des Soziallebens sowie auch der Heilkunst dar. Hildegard von Bingen (1098–1179), der deutschen Mystikerin, Äbtissin und Heil-

kundlerin, lagen Fragen der Gesundheit und die Pflege der Musik gleichermaßen am Herzen. Musik war für sie verbunden mit einem Zustand himmlischen Wohlbefindens – dem Gesundheitsideal schlechthin. Aus ihrer christlichen Überzeugung heraus drückt sie dies so aus: „In der Musik hat Gott den Menschen die Erinnerung an das verlorene Paradies hinterlassen.“ Mittlerweile besitzen wir zahlreiche wissenschaftlich fundierte Belege dafür, dass Kultur im Allgemeinen und das Singen im Besonderen positive gesundheitliche Wirkungen für den einzelnen besitzen. Dem interessierten Leser sei für einen aktuellen Überblick über die vielfältigen Wirkungen von Musik das von Günther Bernatzky und Gunter Kreutz herausgegebene Buch **MUSIK UND MEDIZIN** empfohlen.

Schon Mitte der 1990er Jahre konnte die Arbeitsgruppe um Bygren zeigen, dass Menschen, die häufig an kulturellen Veranstaltungen teilnehmen, eine signifikant höhere Lebenserwartung haben als Menschen, die kulturell nicht aktiv sind. Dass Musizieren auf Körper und Geist gleichermaßen positiv wirkt, ließ sich auch beim Singen nachweisen. So konnte die Arbeitsgruppe um Gunter Kreutz bei Menschen, die aktiv singen, gesteigerte Abwehrkräfte des Immunsystems feststellen. Singen führt außerdem unmittelbar – wie Thomas Biegl fand – zu vermehrter Ausschüttung von „Glückshormonen“, den Endorphinen.

Ein anschauliches Beispiel dafür, wie stark die Musik uns erreichen kann, ist bei Kindern zu beobachten, die wie gebannt zuhören, wenn man ihnen etwas vorsingt – fast könnte man sagen: wie hypnotisiert! Eine vergleichbare Intensität im emotionalen Ausdruck zeigen auch Kinder, die voller Freude – und völlig selbstvergessen – beim Fahrradfahren aus vollem Halse singen!

Wie schrecklich es für die Gesellschaft wäre, wenn die Musik fehlen würde, möchte man sich gar nicht ausmalen müssen. Die Augsburger Puppenkiste hat im Jahr 2000 den

sehens- und hörenswerten Versuch unternommen, das Thema „Musik und Kultur für Groß und Klein“ in einer 13-teiligen Serie mit dem Titel LILALU IM SCHEPPERLAND aufzuarbeiten. Die Filmemacher zeigen nicht nur, was der Verlust der Musik für das Land Melodanien bedeutet (das Land, in dem nicht „Milch und Honig“, jedoch unablässig schöne Töne fließen), sondern sie sorgen auch dafür, dass die von einer bösen Hexe mit dem sinnreichen Namen „Synkopia“ (Herrscherin des Schepperlandes Kakofonien) entführte melodanische Prinzessin Lilalu durch ihre Freunde Pimpernell und Lukulla befreit wird und schließlich die Musik obsiegt: ein Happy End – glücklicherweise!

Singen und Musizieren kann man also wahrlich als „Grundnahrungsmittel“ begreifen – so wie der Philosoph und Komponist Friedrich Nietzsche (1844–1900) es formulierte: „Ohne die Musik wäre das Leben ein Irrtum.“

Leib und Seele – Problem, Dilemma, Einheit?

Aus der Sicht eines Musikers scheint es klar zu sein, dass Musizieren nur in der Einheit von Leib und Seele möglich ist. Diese Einheit hat Man Ray (1890–1976) in seiner berühmten Fotografie LE VIOLON D'INGRES im Jahr 1924 *ver(sinn)bildlicht*, die zu Beginn dieses Kapitels zu bewundern ist. Auf dem Bild sieht man den nackten Rücken einer Dame mit Turban, auf welchem die beiden F-Löcher einer Violine platziert sind. Das Modell, deren schöner Rücken uns „anlächelt“, ist die legendäre Kiki de Montparnasse (eigtl. Alice Ernestine Prin, 1901–1953), Muse aller Musen im Paris der 1920er Jahre, den „Années folles“. Der Bildaufbau ist ein Zitat des berühmten Bildes LA BAIGNEUSE DIT DE VALPINÇON (Die Badende von Valpinçon; 1808) von Jean-Auguste-Dominique Ingres (1780–1867), den Man Ray verehrte. Der Titel ist reichlich doppelbödig: Auf Fran-

zösisch bedeutet „Violon d’Ingres“ „Steckenpferd“. Er leitet sich ab vom Maler gleichen Namens, der wohl recht leidenschaftlich auf der Geige „dilettierte“ (sich ergötzte) – Kiki war zu der Zeit, als das Foto entstand, die Geliebte von Man Ray – honi soit qui mal y pense.

Wechselt man aus der musikalischen Perspektive in diejenige der Philosophie, so ist die Frage, *ob* und, wenn ja, *wie* Leib und Seele zusammengehören eine „überdauernde philosophische Fragestellung“, wie es Jochen Fahrenberg formulierte. Ja, es ist nicht nur eine Fragestellung, sondern häufig ein Problem, welches manchmal sogar als Dilemma dargestellt wird, auf Deutsch also eine Zwickmühle, ein unlösbarer Konflikt. Für Schopenhauer war es der „Weltknoten“, er formulierte 1813 in seiner Schrift ÜBER DIE VIERFACHE WURZEL DES SATZES VOM ZUREICHENDEN GRUNDE in § 42: „Die Identität nun aber des Subjekts des Wollens mit dem erkennenden Subjekt, vermöge welcher (und zwar notwendig) das Wort ‚Ich‘ beide einschließt und bezeichnet, ist der Weltknoten und daher unerklärlich.“ Das ist für „Nicht“-Philosophen durchaus nicht auf Anhieb leicht zu verstehen ...

Um sich hier nicht im philosophischen „Dschungel“ zu verlieren, wird an dieser Stelle bewusst darauf verzichtet, die Gedanken weiterer bedeutender Denker wie Sokrates, Platon, Aristoteles, Demokrit, Epikur, Lukrez, Descartes, Leibniz oder Eccles darzustellen und zu diskutieren – um nur eine unvollständige Auswahl derjenigen zu nennen, die sich intensiv mit diesem Thema beschäftigt haben. Dem interessierten Leser sei für einen ersten Überblick die Zusammenstellung von Achim Stephan im Lexikon der Neurowissenschaften empfohlen; hier finden sich auch Angaben zur vertiefenden Lektüre.

Sehr stark vereinfacht kann man sagen, dass Denkschulen, die von einer Einheit von Leib und Seele ausgehen (sog. Monismus) anderen gegenüberstehen, die eine Trennung

beider Elemente postulieren (sog. Dualismus). Diese Fragen werden keineswegs nur in der Philosophie abgehandelt, sondern auch in anderen Wissenschaftsdisziplinen wie beispielsweise der Theologie, der Psychologie und nicht zuletzt auch in der Medizin, wie es Olaf Meyer in seiner Monografie **LEIB-SEELE-PROBLEM UND MEDIZIN** ausführlich beschreibt. Je nach Blickwinkel und Denkschule können sogar benachbarte Fächer wie Psychologie, Psychiatrie und Psychosomatik zu ganz unterschiedlichen Schlussfolgerungen gelangen, die großen – vorentscheidenden – Einfluss auf Diagnostik und Therapie haben können.

Man kann diese „Weltverknötungen“ nicht einfach lösen und auch nicht zerschlagen, wie es weiland Alexander der Große mit dem sprichwörtlichen „Gordischen Knoten“ tat. Man kann allerdings versuchen, mit der Frage von Leib und Seele kreativ umzugehen.

Hierfür liefert die Musik ein gutes Modell. Sowohl in der aktiven Musikausübung – beim Singen und Musizieren – als auch in der Wahrnehmung von Musik spielen Prinzipien der Balance und harmonischen Ausgewogenheit eine wichtige Rolle. Disharmonien können – den Hörgewohnheiten der europäischen Musik entsprechend – vegetativ zu erhöhter körperlicher Aktivierung führen. „Die Vorstellung des Chaos“ zu Beginn der **SCHÖPFUNG** von Joseph Haydn (1732–1809) ist hierfür ein berühmtes Beispiel.

Auch für die Gesundheit ist es wichtig, dass die Harmonie von Körper und Seele gefördert wird, wie Klaus Bergdolt in seiner Monografie **LEIB UND SEELE – EINE KULTURGESCHICHTE DES GESUNDEN LEBENS** aus dem Jahr 1999 ausführlich darlegt. Dabei sollte „ganzheitlich“ und „integrativ“ gedacht und gehandelt werden. Wenn wir heute von „Psyche“ sprechen, meinen wir die seelischen Anteile des Menschen, welche in die Bereiche der Gefühle und der Gedanken (Kognitionen) aufgeteilt werden. Interessanterweise war