

Singen Die Wirkung der menschlichen Stimme

04.02.2012

Von [GUDRUN TRAUTMANN](#)



„Glück kann man nicht installieren“, sagt der Dirigent des Bodensee-Madrigalchores, Heinz Bucher. Doch in der Musik, beim Gesang, besteht die Chance, absolute Glücksmomente zu erleben. Bild: Gacciolo

– Es ist Freitagabend. Eine anstrengende Arbeitswoche liegt hinter den meisten der Anwesenden.

So langsam füllt sich der Probensaal. Einige wären lieber gleich in das ersehnte Wochenende gefahren. Aber solchen Schlendrian lässt der gestrenge Heinz Bucher nicht zu. In über 40 Jahren hat der Chorleiter des Bodensee-Madrigalchores kaum eine der Proben sausen lassen. Gleiches erwartet er auch von seinen 60 Sängern. Alle wissen das. Wer also keinen triftigen Grund hat, schleppt sich zur Probe.

Zweieinhalb Stunden später wird jeder Einzelne froh sein, dass er dabei war. Die Müdigkeit der vergangenen Woche ist verflogen. Eine beschwingte Stimmung ist an ihre Stelle getreten. Ja, Singen macht glücklich. Zahlreiche Hormonforscher und Musikwissenschaftler haben das Phänomen untersucht und festgestellt, dass beim Singen jede Menge Endorphine (Glückshormone) ausgeschüttet werden. Ilka Lehnen-Beyel behauptete im „Stern“, dass Musik das Belohnungssystem stimuliere und ähnliche Glücksgefühle auslöse wie Essen und Sex.

Professor Eckart Altenmüller vom Institut für Musikphysiologie und Musiker-Medizin an der Musikhochschule Hannover verriet erst kürzlich der Berliner Morgenpost in einem Interview,

dass durch Singen neben vielen anderen positiven Aspekten „das Immunsystem gestärkt wird, weil Abwehrstoffe im Blut gebildet werden.“

Doch das erklärt noch nicht, warum bestimmte Musik die Menschen zu Tränen rührt oder ihnen einen Schauer über den Rücken jagt.

Chorleiter Heinz Bucher kennt diese Phänomene sehr wohl. Er weiß aber auch, dass einige Bedingungen erfüllt sein müssen, um solche Gefühle auch bei den Zuhörern zu erzeugen: „Die erste Voraussetzung ist höchste Qualität der Komposition“, sagt er. „Und dann muss die technische Umsetzung stimmen.“ Deshalb wird er in den Proben nicht müde, große Chorwerke wie zuletzt die „Petite Messe Solennelle“ von Rossini oder jetzt wieder das „Deutsche Requiem“ von Johannes Brahms in winzige Einzelteile, ja einzelne Töne zu zerlegen, bis alles sitzt. Das ist in den seltensten Momenten Glück, sondern harte Arbeit. Aber dieses Feilen, dieses Beharren eröffnet die Chance für ein außergewöhnliches Glücksempfinden. „Wenn alles zusammen trifft und eine Stimmigkeit auf allen Ebenen entsteht, so kann das ein Augenblick absoluten Glücks sein“, sagt Bucher. „Sowohl für die Sänger, als auch für das Publikum.“

Eine Ebene ist die inhaltliche. Beim Brahms-Requiem ist es die existenzielle Erfahrung des unausweichlichen Todes und der Erlösung, die in Text und Musik verschmelzen. „Das ist ein Werk, das das menschliche Leben rundum abgreift.“ Wie kann ein solches Werk Glücksgefühle auslösen, wo es doch um die Vergänglichkeit geht? Bucher ist überzeugt davon, dass die Musik die Menschen zutiefst berühren muss, weil jeder Mensch die Endlichkeit seines irdischen Daseins vor Augen hat. Da sei es doch tröstlich, dass es nicht um die Strafe Gottes, sondern um Gnade, Hoffnung und Liebe geht.

Man muss nicht gläubig sein, um das zu erfahren“, sagt Bucher. „Dann kann die Seele schwingen von tiefster Bestürzung bis zum höchsten Glück.“ Die Sänger können das selbst aktiv in der Gemeinschaft erleben.

Schon Georg Philipp Telemann kam 1718 zu der Erkenntnis: „Singen ist das Fundament zur Music in allen Dingen.“ Trotzdem ist die Bedeutung des Singens in der Gesellschaft heute eher zu vernachlässigen. In Deutschland singen 750 000 Menschen gemeinsam in Chören. Das sind nach Aussage der „neuen Musikzeitung“ nur etwa zwei Prozent der erwachsenen Bevölkerung. Nach den Erfahrungen des Missbrauchs gemeinsamen Singens im Nationalsozialismus hatte Theodor W. Adorno 1958 in der „Kritik des Musikanten“ den Satz geprägt: „Nirgends steht geschrieben, dass Singen Not sei.“ Das war über Jahrzehnte das Aus für den Chorgesang in Deutschland. Langsam kehrt die Erkenntnis zurück, dass Singen die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern positiv beeinflusst. Da ist es vermutlich kein Zufall, dass das traditionelle Singeland Finnland in der PISA-Studie auf Platz eins landete. Ein Versuch beweist die stimulierende Wirkung von Musik: In 50 deutschen Schulklassen wurde der Musikunterricht um drei Stunden erhöht. Die Stunden wurden von den Hauptfächern Deutsch, Mathematik und der ersten Fremdsprache abgezogen. Die Schüler hätten keine Leistungseinbußen gezeigt, dafür aber deutlich mehr Lebensfreude, Selbstbewusstsein und ein besseres Sozialverhalten, schildert die „neue Musikzeitung“. – Wenn das kein Glück ist?