

Theorie und Praxis

Am Beispiel der Notfallseelsorge wurde verdeutlicht, dass Kolleginnen und Kollegen für übergemeindliche Dienste entlastet werden müssen. Im Gespräch war auch eine Professionalisierung der Notfallseelsorge, wie dies in den Notdiensten der Ärzteschaft und Apothekerschaft mittlerweile üblich ist.

Insgesamt lässt sich sagen, dass die Kolleginnen und Kollegen sich eine klare Beschreibung dessen wünschen, was erwartet werden kann und was darüber hinausgeht und somit auch abgelehnt werden kann.

2. Erwartungen an das Miteinander, an die Kolleginnen und Kollegen, an die Institutionskultur

Mehrfach ins Gespräch gebracht wurde die Frage nach dem Aufbau einer Kultur der gegenseitigen Wertschätzung und einem konstruktiven Umgang mit Dissens und Fehlern. Gerade wenn eine stärkere regionale Zusammenarbeit notwendig wird, um Kräfte zu bündeln, erscheint dies unabdingbar. Es ist notwendig, dass Ehrlichkeit, Anerkennung, Wertschätzung und Erfolg wechselseitig anerkannt und entgegengebracht werden. Da dieses häufiger genannt wurde und auch in der Auswertung der Fragebögen eine Rolle spielte, wird hier am Klima innerhalb der Mitarbeiterschaft zu arbeiten sein. Im Hintergrund dieser Frage steht die Stärkung des »Wir-Gefühls« bzw. der Aufbau eines solchen. Die Frage der Kommunikation in Drucksituationen ist hier zu bedenken. Unter Druck wird die Kommunikation rauer, weniger höflich, allerdings sollte sie nicht als kalt und unhöflich oder gar als nicht existent empfunden werden.

Offen waren die Kolleginnen und Kollegen für Kooperationen, neue Arbeitsformenmodelle, wie sie zum Teil aus anderen Professionsberufen bereits bekannt sind, sowie für Regionalisierung. Allerdings wurde darauf Wert gelegt, dann auch in Richtung effektiver Sitzungsgestaltung und effizienter Dienstgespräche zu schulen.

Im Bereich der Stärkung und des Coaching gab es viele Anregungen: kollegiale Beratung sollte als Methode im Kollegenkreis angeboten werden; Coaching, Begleitung und Seelsorger sollen selbstverständlicher als bisher angeboten und genutzt werden, zum Teil wurde dies außerhalb der Bezüge der Landeskirche eingeklagt. Regelmäßige Supervisionen schienen den Kolleginnen und Kollegen wünschenswert, ebenso die Zeit für theologisches Arbeiten und ein strukturierter Austausch auch über den eigenen theologischen Tellerrand hinaus.

Hierzu erschien es durchaus sinnvoll, auch interdisziplinäres Arbeiten zu fördern und zu würdigen. Thematisiert wurde in diesem Zusammenhang der Aufbau eines Systems des Wissensmanagements. Für den gemeinsamen Weg in die kirchliche Zukunft wurde der Wunsch nach offenen Gesprächsräumen laut. Man wünschte sich, dass alle zu Wort kommen und ihre Vorstellungen zur Zukunft des »Betriebs« ins Gespräch bringen können.

3. Erwartungen an das eigene Ich – Hilfreiches zur Unterstützung

Den Kolleginnen und Kollegen war durchaus bewusst, dass sie selbst vieles zur ausgeglichenen Life-Work-Balance beitragen können. Sie nannten u.a. das Thema Zeitmanagement, das auch freie Zeiten als Termine mit sich selbst nennt, das Thema »Nein sagen« lernen und »Nein akzeptieren« lernen sowie die Bereitschaft, kollegiale Beratung, Coaching und Supervision anzunehmen.

Ebenso wichtig erschien ihnen, eigene Talente einbringen zu können, aber auch Defizite benennen zu dürfen, die möglicherweise durch das Talent anderer ausgeglichen werden können. Gerade im Zusammenhang der Wertschätzungsthematik wünschten sie sich, dass ein solides Miteinander gefördert und unterstützt wird.

Denn war, dass die Angebote beispielsweise des Instituts für Fort- und Weiterbildung nur in eigener Verantwortung wahrgenommen und gegenüber der Gemeinde oder der Schule oder einer anderen dienstgebenden Institution vertreten werden können. Es wurde in diesem Zusammenhang durchaus gewürdigt, dass viele Angebote bereits vorhanden sind. Allerdings wurde auch deutlich, dass in der Fülle der Kommunikation manche guten Angebote überhört oder überlesen werden.

Soweit die Zusammenfassung der Gespräche in der Pfalz. Die Kolleginnen und Kollegen waren sehr offen und deutlich. Dies hat manches Ergebnis der Umfrage deutlich heraustreten lassen und wird helfen, geeignete Maßnahmen für ein dauerhaftes Arbeiten einzuleiten.

Anmerkung:

1 Die komplette Auswertung kann in pdf-Form per email angefordert bei: gleichstellungsstelle@evkirchepfalz.de.

»Singen Sie?«

Eine Frage der Seelsorge – auch im Alter

Bruno Schrage / Beatrice Döhner

In allen Kulturen und Religionen ist es zu Hause und vielen ist es vertrauter Freund und Begleiter: das Singen. Und: »Singen kennt kein Alter« – deshalb sind Diakonie und Caritas gemeinsam mit dem CARUS-Verlag und dem Südwestrundfunk (SWR) mit einem Projekt an die Öffentlichkeit getreten, das das Singen mit alten Menschen fördern will. Bruno Schrage und Beatrice Döhner stellen es vor.

Es braucht weder die Fankurve eines Fußballstadions, noch das Choralhochamt, um zu erfahren, wie sehr Singen die menschliche Seele berührt und erhebt. Bekanntermaßen erschließt sich die Kraft des Singens nur im Singen bzw. im Hören desselben. Auf diesem Hintergrund könnte es Sinn machen, vor dem Weiterlesen einen Moment innezu-

halten, um sich zu erinnern: Wann habe ich zuletzt gesungen oder Gesang vernommen? Denn ob unter der Dusche, im Karneval oder im Gottesdienst – Singen weckt Emotionen und zwar bis ins hohe Alter hinein. Zu Recht sagt Sir Yebudi Menuhin: »Das Singen (...) ist die natürlichste und einfachste Weise, in der wir ungeteilt da sind und uns ganz mitteilen

können mit all unseren Erfahrungen, Empfindungen und Hoffnungen.«¹ In der Tat: Singen kennt keine Grenzen! Und: Singen kennt kein Alter! Egal wie alt oder jung wir sind, Singen wirkt als Lebenselixier. Wer singt, der aktiviert gleichermaßen Körper und Geist. Schon im Anstimmen des gemeinsamen Tons erfahren wir Gemeinschaft



und spüren Harmonie mit uns, den Anderen und der Welt. Das Singen wie das Musizieren sind dem Menschen ursprünglich und zugleich ein Spiegelbild seiner individuellen, situativen wie kulturell, epochalen Verfasstheit. Letzteres fand immer schon seinen reflektierten Ausdruck in der Musikwissenschaft. Die Bedeutung des Singens im Zusammenhang mit medizinisch-therapeutischen Heilungsprozessen und seelsorglicher Lebensbegleitung wird aber erst in der neueren Zeit als Forschungsgegenstand entdeckt. Was heute wissenschaftlich, zum Beispiel im Bereich der Geragogik erforscht wird, weiß die Bibel schon lange: Singen verschafft Glücksmomente. Der junge David nahm die Harfe und spielte darauf, sodass es König Saul in seiner Schwermut leichter ums Herz wurde und die bösen Geister von ihm wichen (vgl. 1. Sam. 16,23). Fraglos hat Singen heilende und belebende Wirkung. Und so möchte der Mensch schon seit der Antike wie Orpheus singen, der mit seinem Gesang selbst die Mächte des Todes bezwang.

Singen und Gesundheit

Mit dem Singen werden wertvolle Kräfte für die Bewältigung des gegenwärtigen Alltags und der noch verbleibenden Zukunft mobilisiert. Musik, insbesondere das aktive Musizieren und Singen, trägt wesentlich zum Erhalt von Lebensqualität und Lebenszufriedenheit bei. Es befördert die psychische und physische Gesundheit. Dies ist bereits in zahlreichen Studien belegt wie Harthog und Wickel zeigen:² Singen

- entfaltet Kräfte für die Bewältigung des Alltags
- löst in der Regel Erinnerungen an schöne Zeiten und Erlebnisse ans
- verbessert die Sauerstoffversorgung der Körperorgane und des Gehirns

Dipl.-Theol. Dipl.-Caritaswissenschaftler Bruno Schrage, lange Zeit Pastoralreferent in der Gemeindeseelsorge, seit 2007 Leiter des Referats »Caritaspastoral und Grundsatzzfragen« im Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e.V., im WS 2010/2011 Lehrtätigkeit an der Universität Köln zum Thema »Caritas als Herausforderung der Pastoral«.

Beatrice Döhner, Tätigkeiten in der Ambulanten Altenpflege in Wien und Innsbruck, von 2000 an bei der CBT-Caritas-Betriebsführungs- und Trägergesellschaft mbH Köln, Leitung von Gesprächskreisen für pflegende Angehörige, Fortbildungen zur Begleitung von Menschen mit Demenz, gegenwärtig freiberufliche Fachdozentin für Gerontopsychiatrie mit dem Schwerpunkt Seelsorge.

- aktiviert die Zwerchfellatmung und vertieft dadurch die Atmung
- löst die Ausschüttung der »Glücksindikatoren« Serotonin, Noradrenalin und Beta-Endorphine aus und versetzt dadurch in gute Stimmung
- fördert die Produktion von Immunglobulin A und stärkt dadurch das Immunsystem.
- Musik beeinflusst nicht nur etliche Funktionen des Körpers wie Blutdruck, Herzfrequenz, Sauerstoffaufnahme in der Lunge, sondern wirkt vor allem auf die Psyche, verändert die Stimmung, moduliert die Schmerz Wahrnehmung und verbessert kognitive Leistungen.
- Musik hat als therapeutisches Mittel bei der Behandlung psychischer Störungen einen hohen Stellenwert.
- Singen und Musik bewegt Emotionen oft nachhaltiger als Worte und Texte.
- Gemeinsam gesungene Lieder wirken identitäts- und gruppenstützend.

Neben objektiv messbaren positiven physiologischen Auswirkungen ist das subjektive Wohlbefinden von ebenso großer, wenn nicht sogar entscheidender Bedeutung. Singen trägt zur Lebenszufriedenheit bei und hat präventive Bedeutung im Sinne der Salutogenese.³

Singen öffnet Horizonte

Welche Kraft das Singen den Menschen gibt, wurde am 22. August 2010 augenscheinlich: Die ganze Welt bange um die 33 eingeschlossenen chilenischen Bergleute der Kupfer- und Goldmine San José in der Atacama-Wüste. Die ersten Bilder der seit siebzehn Tagen eingeschlossenen Bergleute in 700m Tiefe zeigten diese gemeinsam singend. Im Gesang christlicher Glaubenslieder fanden sie miteinander Kraft, lösten sich ihre Ängste, schöpften sie Hoffnung.

Kaum eine Lebenssituation, die nicht eine musikalische Entsprechung kennt. So kennen wir alle gerade in Momenten der Verzweiflung, der Trostlosigkeit Lieder der Erbauung und des Zuspruchs. Je nach Alter und Herkunft sind diese mal eher klassisch, volkstümlich oder dem Rock-, Pop-, Techno-, Rap- oder Heavy-Metal-Genre zu zurechnen. Und ebenso gibt es die persönlichen oder gemeinschaftlichen Hymnen des Glücks, des Triumphs oder die Lieder und Songs tiefer Dankbarkeit. Mal summen wir sie leise mit, mal hören wir sie und erleben uns mit ihnen oder erleben uns von ihnen getragen und bisweilen auch berauscht. So vielfältig die Anlässe des Singens sind, so vielfältig sind die Formen des Singens. In Anlehnung an Victor Hugo, kann man sagen: Im Singen drückt sich aus, was nicht gesagt werden kann und worüber es unmöglich ist zu

schweigen. Und oft verbinden sich Lieder mit besonderen Lebensmomenten. Sie werden zu melodiegetragenen Symbolen des vergangenen Erlebten, die tiefe Empfindungen und Emotionen in der Gegenwart auslösen können. Welches Paar kennt nicht den Moment, in dem beide denken: Das ist unser Lied.

Ja, das Lied vermag den menschlichen Horizont bis weit in die Transzendenz aufzubreiten. So erlebte der Dichter Paul Claudel 1886 beim Magnifikat der Weihnachtsvesper in Notre-Dame in Paris seine Bekehrung: »In einem Augenblick war mein Herz berührt, und ich glaubte.« Ein religiöser Gesang mitten in einer Gottesdienstgemeinde, der ihm zur tiefen Gewissheit wurde und fortan sein Leben bestimmte.

Gerade im Kontext der Seelsorge und in der Gestaltung von Gemeinde hat das Singen eine besondere Bedeutung. Es ist tiefster Ausdruck von Sozialität, die in der Schöpfung grundgelegt ist. Singen kann nicht bei sich bleiben und gerade so entspricht es dem Menschen in seinem tiefsten Wesen als Abbild eines dreifaltigen Gottes.

Daher stellt sich die Frage, welche Bedeutung geben wir dem Gesang in der Gemeinde, in der Seelsorge und mit Blick auf die diakonischen Einrichtungen der Pflege in der Begleitung der alten Menschen?

Singen kann jedes Kind

Singen gehört zu den Grundfähigkeiten des Menschen. Im Wissen um die Bedeutung für die kindliche Entwicklung wird dem Musizieren und Singen in der Pädagogik ein hoher Stellenwert zugemessen.

»Singen ist eine natürliche kindliche Lebensäußerung, die für die Entwicklung der affektiven, kognitiven und pragmatischen Fähigkeiten des Kindes eine wichtige Bedeutung besitzt. In gewisser Weise stellen Sprache und Gesang zwei komplementäre Kommunikationsbereiche dar, in denen sich Kinder ihre Identität bilden. Im frühen Stadium noch kaum zu unterscheiden, gewinnt Singen nach und nach als eine Art Sprache über das Sprechen hinaus an Bedeutung: Von einer Ausdrucksform für Grundemotionen, über ein Mittel zum Verarbeiten und Erschließen von Erlebtem, ein Medium der Gemeinschaftsbildung und Zeitwahrnehmung bis hin zur bewussten und freudvollen Tätigkeit in unterschiedlichen Zusammenhängen von Familie bis Schule und Gemeinde. Singen verändert und gestaltet die kindlichen Beziehungen zu sich selbst, zu anderen, zur umgebenden Welt, zur Zeit und bildet darin Identität.«⁴ Daher ist den allermeisten Menschen das Singen seit ihrer Kindheit und Jugend vertraut. Sie kennen in der Regel neben Kinderliedern, den Schlagern ihrer Jugend zahlrei-

Theorie und Praxis

che alte Kirchen- und Volkslieder, deren Texte sehr gut erinnert werden und einen willkommenen Ansatzpunkt für gemeinsames Musizieren bilden. Fraglos bedarf es in der Jugend- und Familienpastoral einer weitaus intensiveren Förderung von sprachlich und musikalisch adäquaten Formen, sei es nach Art des »neuen« geistlichen Liedes oder des Sakropops, der insbesondere sprachlich-nationale Grenzen überspringt und die globale Botschaft des Christentums erlebbar macht.

Lieder aus dem Leben für das Leben

Das Liedgut korrespondiert mit dem Leben der Menschen, ihren Erfahrungen und den unterschiedlichen Lebenssituationen. Im Singen werden Lieder zu Gedächtnisankern an Erlebtes – sei es individuell, in der Gemeinschaft, als Nation oder als Bevölkerungsgruppe. Obwohl das Liedgut oft nur einen bestimmten Ausschnitt des Lebens widerspiegelt, trägt es doch Erinnerungen und kulturelle Identität.

Dies wird an der folgenden Aussage eines 76jährigen Mannes deutlich: »Ein Freund hatte mir eine CD zum Reinhören ausgeliehen. Sie hieß »Zum Weinen schön« und enthielt Moritaten. Ich suchte nach mir bekannten Titeln. Mir fiel sofort ein Lied aus »Kindertagen« auf: »Mamatschi, schenk mir ein Pferdchen«. Dies löste in mir einen ganzen Schwall von Gefühlen und Erinnerungen an meine Kindheit aus. Vor mir sah ich das angeschlissene schwarze Koffergrammophon meiner Mutter mit dem verchromten Tonabnehmer, der über die 78er-Schellack-Schallplatte mehr kratzte als lief. Gerne singe ich jetzt wieder die Lieder meiner Kindertage. Ich singe sie auch mit meinen Enkeln, die sich hierüber köstlich amüsieren. Und ich singe sie für mich, wenn mich Wehmut und die Last des Älterwerdens einholen.«

Lieder zwischen Nationalsozialismus und Widerstand

Während der Zeit des Nationalsozialismus wurde auch in der Musik alles »Undeutsche« als »entartet« verboten. Dazu zählten insbesondere Lieder jüdischer Komponisten. Mit dem Hitler-Stalin-Pakt wurden die Werke eines Peter Tschaikowski oder Sergei Rachmaninow als entartete Musik verboten. Ebenso war der Jazz verpönt. Viele Musiker waren gezwungen auszuwandern. So auch die »Comedian Harmonists«, deren Lieder bis dahin allgemeines Liedgut waren. Stattdessen lernten die Schüler Marschlieder, sehr rhythmische Lieder, die den Verstand benebelten. Eines der bekanntesten Lieder war »Es zittern

die morschen Knochen« von Hans Baumann. Je nach Nähe oder Distanz der Kirchenoberen flankierten die Kirchenlieder dieser Zeit die nationalsozialistische Weltanschauung oder aber waren geradezu kampfbetonte Lieder der kirchlichen Gegenbewegung.

Nicht viel anders verhielt es sich mit den Volksliedern. So wurde das Lied der Vogelwanderbewegung »Die Gedanken sind frei« zu einem Lied des inneren Widerstandes. Jenseits fanatischer Ideologisierung können Volkslieder ein Tor zu den Sinnen und zu sich selbst, damit auch zur Welt, darstellen. Schon Robert Schumann empfahl: »Höre fleißig auf alle Volkslieder. Sie sind eine Fundgrube der schönsten Melodien und öffnen dir den Blick.« Und oft klingen in ihnen religiöse Überzeugungen einer ganzen Epoche durch: So trägt das Lied »Der Mond ist aufgegangen« von Matthias Claudius in den letzten Strophen schon Kirchenliedcharakter: »So legt euch denn, ihr Brüder, In Gottes Namen nieder; Kalt ist der Abendhauch. Verschon uns, Gott! mit Strafen, Und lass uns ruhig schlafen! Und unsern kranken Nachbar auch!« Folgerichtig schreibt Walter Hirt: »Volksliedtexte sind in der Regel keine bewusst religiös formulierten Texte. Sie entstanden zu meist für außerkirchliche Anlässe. Dennoch lassen sich in vielen Volksliedern Spuren biblisch-christlicher Spiritualität nachweisen, die bei der Entstehung die Texte wahrscheinlich oft unbewusst entstanden.«⁵ Das Singen von Volksliedern verbindet weltliche und geistig-religiöse Themen. In ihnen werden Grunderfahrungen des Menschen auf bestärkende Weise thematisiert. Sie sind geradezu prädestiniert, in der Seniorenarbeit auf klingende Weise in einen heilsamen Dialog zu treten – mit Gott und den Menschen.

Die Besonderheit des Kirchenliedes – eine Tradition im Wandel

Wenn Hermann Hesse sagt: »Die Welt hat einen Sinn und er ist in uns erspürbar in Gleichnissen der Musik«, dann sind Kirchenlieder in prädestinierter Weise solche Gleichnisse. Sie verbinden Zeitgeschichte, Glaubensgeschichten, religiöse Überzeugung vom Sinn des Lebens und lassen dies in vielfältigen Melodien und Texten erfahrbar werden. Dies wird geradezu in uns spürbar, wenn wir diese Lieder anstimmen und singen. Unsere Kirchenlieder spielen nicht im Himmel, sie spielen mitten im Leben und verweisen auf eine anklingende Nähe Gottes mitten im Leben. In ihnen spüren wir unsere Seelenverwandtschaft ob gesund, krank, jung, alt, fröhlich oder traurig, und überbrücken sogar für einen Moment die Grenzen geistiger Endlichkeit. Zugleich bleibt das Kirchenlied auch immer Ausdruck seiner

Zeit und historischen Einbettung. So konnte lange Zeit gar nicht von dem »Kirchenlied« gesprochen werden.

Neben dem vielfältigen muttersprachlichen Liedgut zeigt gerade das Kirchenlied nochmals eine starke Binnendifferenzierung je nach landeskirchlicher oder diözesaner Liedtradition. Erst mit Beginn des 19. Jh. setzten Bemühungen ein, einen konfessionellen und auch ökumenischen Stamm an gottesdienstlichem Liedgut zu sichern. Bis dahin waren muttersprachliche Kirchenlieder zu meist diözesanes bzw. regionales Liedgut. So erscheint 1915 das erste »Deutsche Evangelische Gesangbuch«. Ende des 2. Weltkriegs entstehen das »Evangelische Kirchengesangbuch« (EKG) und nach Abschluss des zweiten Vatikanischen Konzils wird in den deutschsprachigen katholischen Diözesen das »Gotteslob« als das katholische Einheitsgebet- und Gesangbuch der Diözesen in Österreich und Deutschland auf den Weg gebracht. Den regionalen Liedtraditionen wird auch im »Gotteslob« mit entsprechenden Diözesananhängen Rechnung getragen.

Im Ergebnis der regionalen Differenzierung können Kirchenlieder in ihrer Vertonung bzw. Textgestalt variieren. Die Gründe hierfür reichen von regionalen Umdichtungen, Anpassungen und Auslassungen, Adaptionen an lokale Sprachdialekte oder besonderen Kirchtraditionen bis hin zur Umgestaltung auf Grund besonderer Anlässe oder geschichtlicher Situationen. Daneben spielen zeitgeschichtliche theologische Einsichten und pastorale Strömungen eine erhebliche Rolle. Diese Wandelbarkeit ist auch der Tatsache geschuldet, dass Kirchenlieder früher weit weniger Bestandteil des Gottesdienstes als vielmehr Teil der Volksmission und der katechetischen Unterweisung waren. Gerade darin sah auch Martin Luther die hohe Bedeutung des volkssprachlichen Kirchenliedes.

So waren und sind Kirchenlieder immer auch ein pastoraler Ausdruck der vorherrschenden Theologie und daher einer ständigen Anpassung unterzogen. Ebenso gibt es Textfassungen, die unterschiedliche Vertonungen erfahren haben. Ein bekanntes Beispiel hierfür ist Bonhoeffers Lied »Von guten Mächten«. Nicht selten führt es in Gottesdiensten zu großem Erstaunen, wenn nicht die regional vertraute Melodie durch die Orgel oder den Posaunenchor angestimmt wird.

Es wundert daher nicht, wenn gerade hochaltrige Menschen beim Singen aus dem »Evangelischen Gesangbuch« oder dem katholischen »Gotteslob« die ihnen aus der Kindheit vertrauten Textstrophen und Melodien vermissen. Die alten Fassungen sind Teil ihrer religiösen Biographie. Gerade die Lieder der Kindheit und Jugend werden im Alter stärker erinnert. In den Gottesdiensten der Gemeinde wie auch in den Einrichtun-



gen der stationären Altenpflege werden aber in der Regel die Lieder der gängigen Gesangsbücher angestimmt.

Kirchenlieder – ein pastorales Projekt für die stationäre Altenhilfe

Wenn Fähigkeiten wie Erinnerungsleistungen im Alter immer mehr abnehmen, so bleiben früh gelernte Melodien und Texte im Gedächtnis. Für ältere Menschen sind dies oft Kirchenlieder. Im Projekt »Singen kennt kein Alter« haben der Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e.V., der CARUS-Verlag Stuttgart, die Diakonie, die Abteilung Kirchenmusik im Erzbistum Köln und viele weitere Partner die Edition »Aus meines Herzens Grunde« mit umfangreichen Materialien entwickelt, die das Musizieren gerade mit älteren und an Demenz erkrankten Menschen unterstützen können.

Vor diesem Hintergrund hat der Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e.V. im Jahr 2010 eine Befragung in 75 Altenpflegeheimen in verschiedenen Diözesen Deutschlands durchgeführt. Ziel war es zum einen, die in der Kindheit besonders geschätzten und vertrauten Kirchenlieder der heute 70- und 80-Jährigen zu erfassen. Zum anderen sollten auch mögliche regionale Kirchenliedfassungen aus den Herkunftsregionen der Bewohnerinnen und Bewohner berücksichtigt werden. So wurden neben den Kirchenliedern der Kindheit, die Herkunft der Befragten und ihre Konfession gezielt erhoben. Im Ergebnis entstand eine »Hitliste von Kirchenliedern« der 30er bis 50er Jahre, denen mitunter regionale Fassungen zugeordnet werden konnten.

An der Spitze stand »Großer Gott, wir loben dich«, gefolgt von »Maria breit den Mantel aus« und »So nimm denn meine Hände«. Überraschend war die große Bereitschaft von Mitarbeitenden in den Einrichtungen, die Bewohnerinnen und Bewohner zu befragen. Die vielfältigen positiven Reaktionen ermutigten die Beteiligten, eine umfassende Kirchenliededition mit den alten Fassungen auf den Weg zu bringen. Die Ergebnisse der Befragung wie auch die Hinzunahme von weiterer Fachliteratur und die Beratung durch den Musikgeragogen Prof. Hans Hermann Wickel führten zur Auswahl der 89 eingespielten evangelischen und katholischen Kirchenlieder in der Edition »Aus meines Herzens Grunde«.

Vom Erleben der Kraft des Kirchenliedes

Der Idee zu dem Projekt ging ein sehr persönliches Erleben in der Altenpastoral voraus. Als junger Pastoralassistent hospitierte

ich unter anderem bei Wortgottesdiensten mit Kommunionfeiern. Ich begleitete eine Ordensschwester, die diese Feiern sehr einfühlsam gestaltete. So wurde die erste Liedstrophe immer erst gelesen, dann die Melodie gesummt, bevor gemeinschaftlich gesungen wurde. Im Anschluss wurde die Kommunion auf die Zimmer gebracht. Wir betreten das Zimmer einer älteren Frau, die schläfrig im Bett lag. Die Augen blieben trotz der direkten Ansprache nicht bei uns. Und während wir sonst beteten und eine Bibelstelle lasen, fragte die Ordensschwester ganz unvermittelt: »Sollen wir singen?« Und sie gab gleich selber die Antwort: »Bestimmt, Sie lieben doch Kirchenlieder. Das weiß ich.« Und sie sang: »Wer nur den lieben Gott lässt walten«. Ich empfand die Situation zunächst als unwirklich. Hier war kein Gottesdienstraum. Aber die Augen der Frau wurden wacher, der Blick fester, der Mund bewegte sich erst unmerklich und mitten im Lied glitt die bis dahin leblose Hand langsam zur Stirn und über den Körper. Man erkannte, wie sie ein Kreuzzeichen über sich schlug. Und diese Frau begann in kurzen Lauten, so gut sie das noch konnte, mitzusingen. Es war dieses Erlebnis, welches die Kraft des Kirchenliedes zeigt – mindestens für alle die, die in ihrer Kindheit und Jugend dieses Liedgut gepflegt haben.

Nun gab es bisher kaum brauchbare eingesungene Fassungen von Kirchenliedern aus der Zeit der Bewohnerinnen und Bewohner der Altenpflegeheime. Zugleich fragen Angehörige von dementiell erkrankten Menschen nach entsprechenden Aufnahmen von Kirchenliedern. Hieraus entstand das Konzept für das Projekt »Singen kennt kein Alter« und die im Frühjahr diesen Jahres erschienene Edition: »Aus meines Herzens Grunde«.

»Aus meines Herzens Grunde« – eine Edition für die seelsorgliche Arbeit

Mit der Edition »Aus meines Herzens Grunde« ist es gelungen, eine große Auswahl des wertvollen Bestandes der bekanntesten und bevorzugten evangelischen und katholischen Kirchenlieder zusammenzustellen. Konfessionelle Vorlieben, historische und regionale Versionen wurden unter dem Aspekt der Verbreitung und Akzeptanz auf Basis der erwähnten breit angelegten Befragung älterer Menschen ausgewählt. Dies begründet auch die Präferenz für die alten Textfassungen, die bei den befragten Menschen tief verwurzelt sind.

Ziel ist es, seelsorglich und pflegerisch Tätige, Angehörige, Ehrenamtliche in der Altenpastoral, wie überhaupt in der Gemeinde Ak-

tive zu ermutigen, religiöses Liedgut zu pflegen – sei es im privaten, gemeindlichen Raum oder im größeren Bezugsraum der Altenpflege. In der vorliegenden Ausgabe erklingen die Kirchenlieder zum einen gesänglich und zum anderen rein instrumental auf je drei CDs. Gerade die Instrumentalfassung ist eine große Hilfe für alle, die sich nicht trauen, ein Lied anzustimmen. Ferner umfasst die instrumentale Begleitfassung alle Strophen eines Liedes.

Der Großdruck des Liedbandes ist eine große Hilfe beim Lesen, und kurze didaktische Hinweise im Anhang sollen das Mitsingen gerade im Alter erleichtern. Die bei allen Liedern angebotenen Gitarrenakkorde erleichtern die Begleitung mit der Gitarre. Der Begleitband bietet einfache und daher gut spielbare Klaviersätze zu den 89 Kirchenliedern. Die Illustration von Barbara Trapp ist eine weitere Anregung zum Gespräch.

Die Klaviersätze sind von erfahrenen Arrangeuren bewusst einfach gehalten unter Wahrung hoher musikalischer Qualität. Zugleich soll die Spielfreude musikalisch versierter Senioren wie junger Menschen geweckt werden, die ihre klavierspielerischen Fähigkeiten oft ehrenamtlich als Liedbegleiter einsetzen. Die Tonarten wurden so gewählt, dass sich die Lieder gut für ältere Menschen singen und bequem in möglichst einfachen Tonarten begleiten lassen.

Das pastorale Anliegen dieser Kirchenliedersammlung ist es, ältere und hochaltrige Menschen in den verschiedensten (musikalischen) Lebenssituationen anzusprechen und zu begleiten: in der Familie, in der stationären und teilstationären Pflege, bei liturgischen Anlässen und in der kirchlichen Seniorenarbeit, aber auch in Momenten des Alleinseins.

Prof. Dr. Hans Hermann Wickel, wissenschaftlicher Begleiter des Projekts, bringt das Anliegen prägnant zum Ausdruck: »Am schönsten werden die Lieder sicherlich zum Leben erwachen und ihre tiefe spirituelle Dimension entfalten, wenn sie gemeinsam und generationenübergreifend gesungen werden. Genau dann sind und bleiben Kirchenlieder ein prominenter Ort der Musik, in dem sich die Berührung zwischen Gott und Seele vollzieht.«

Singen und Demenz

Singen, vor allem in Gemeinschaft, ist ein sehr zuverlässiger Zugang zu Menschen mit verloren gegangenen kognitiven Fähigkeiten. »Menschen, die singen, sind in einem Ganz- Da-Sein, die Erinnerung an fröhliche Stunden wird wach. Die Melodie spricht das Innere des Menschen an, Emotionen werden geweckt. Lieder haben sich oft viel tiefer ver-

Theorie und Praxis

wurzelt, als die Sprache.«⁶ So wissen wir heute, dass Situationen, die mit einem emotionalen Erleben verbunden sind, besser erinnert werden können. Genau diese Emotionalität leistet die Melodieführung der Texte. Sprache muss immer kognitiv geformt werden. Lieder dagegen sind wiederkehrende vorgeformte und so gekannte Sprachmelodien. »Die Melodie birgt die Chance einer inneren Ausdrucksform. Musik ist ein Gegenüber, das unsere Seele lebendig werden lässt.«⁷

Dass viele Menschen mit Demenz trotz erheblicher Störungen des Kurzzeitgedächtnisses und einiger Formen des Langzeitgedächtnisses noch so gut singen können, liegt wahrscheinlich in der fast unbegrenzten »Speicherkapazität« des menschlichen Gehirns für Melodien. Nachgewiesen ist auch, dass Liedtexte in der Muttersprache deutlich besser wirken, als fremdsprachige Versionen. So kann man beobachten, dass Menschen mit Demenz, die unter starker Aphasie leiden, dennoch den früh im Lebenslauf gelernten Liedtext flüssig sprechen, murmeln oder auch mitsingen können. Bei Apathie wird eine steigende Wachheit bemerkbar, bei Unruhe und Angstzuständen bieten bekannte vertraute Lieder Angstlinderung und Orientierung.

Aus der Forschung ist bekannt, dass die verschiedenen Parameter beim Singen (Rhythmus, Melodie, Form, Tonhöhe etc.) unterschiedliche neuronale Netzwerke in beiden Gehirnhälften stimulieren und das zu gleicher Zeit. Dies bedeutet, dass das Singen verschiedene Hirnregionen zur gleichen Zeit aktiviert und nutzt. Die Wahrnehmung akustischer Reize erfolgt auf basalen Stufen der Informationsverarbeitung, d.h. das Gehirn braucht nur wenige Fähigkeiten zur Verarbeitung. Selbst kognitiv stark eingeschränkte Menschen können von musikalischen Reizen profitieren. Auch Menschen mit Demenz besitzen Restfähigkeiten, sich neu zu organisieren und zu strukturieren.

Trotz Demenz weiter mit dabei

Wie bedeutsam je nach biographischer Prägung, der Zugang des Singens ist, verdeutlicht die Situation von Peter Wieners.⁸ Geboren 1935 in Köln war der Schuldirektor Mitautor der Mundorgel, evang. Prädikant in der Gemeinde, und seit der Konfirmation aktiv in unterschiedlichen Chören. An Demenz erkrankt lebt er zuhause. Mit seiner Frau kommt Herr Wieners weiter wöchentlich zum Kirchenchor, denn – so Frau Wieners –: »Musik ist Tradition in unserer Familie, von klein auf gab es zuhause Hausmusik. Jeder hat früh ein Instrument gelernt und es wurde zuhause viel gesungen. Daher geht mein Mann sehr gerne mit zum Chor und will

dann immer die Tasche mit den Noten tragen.« Krankheitsbedingt ist Herr Wieners schon mal ungeduldig, vor allem dann, wenn er sich nicht artikulieren kann. Und ein Kirchenchormitglied ergänzt: »Im Zusammenhang mit Musik wird er nicht ungeduldig.« Dennoch kann Herr Wieners bei Chorveranstaltungen nicht mehr regulär mitsingen. »Es war schwer, ihm klarzumachen, dass er dann nicht mehr [im Chor] mitsingen kann.« Als Mitautor der Mundorgel kennt Herr Wieners nicht nur die Kirchenlieder sehr gut sondern ebenso die Volkslieder. So berichtet Frau Wieners: »Beim offenen Singen konnte mein Mann – in Verbindung mit dem Singen – den Text von »Großer Gott, wir loben dich auf »Kölsch« lesen, obwohl er sonst eigentlich nichts mehr lesen kann.«

Mittlerweile fällt ihm das Artikulieren schwer. Er bewegt dann oft nur die Lippen. Dank der Musik ist er aber mit dem Herzen dabei. Es bedarf des Mutes, mit einem demenziell erkrankten Menschen einen Chor, den Gottesdienst oder sogar ein öffentliches Konzert zu besuchen: »Wenn wir zu einem Konzert in der Philharmonie sind, summt er oft die Musik mit. Andere fühlen sich dadurch manchmal gestört.« Gerade Gemeinden und ihre Kirchenchöre sollten hier mutig vorgehen, denn es gibt viel Akzeptanz wie eine Chorsängerin zeigt: »Ich finde es gut und richtig, dass sowohl die anderen Sänger wie auch die Chorleiterin es ganz selbstverständlich tolerieren, dass Herr Wieners zu den Proben mitkommt. Wenn er manchmal die Melodie mitsummt, dann immer harmonisch völlig korrekt und wenn eine Stimmgruppe einen neuen Abschnitt gut gesungen hat, spendet Herr Wieners auch gerne mal Beifall. Mich freut es zu sehen, dass er sich in unserem Kreis und bei der Musik so wohl fühlt.«

Singen in besonderen Situationen

Dennoch stellt das Krankheitsbild der Demenz auch vor besondere Herausforderungen, z.B. durch plötzliches Rufen oder Unruhe. Doch gerade diesen besonders anstrengenden Verhaltensweisen kann zunehmend mit non-verbale Mitteln wie z.B. Singen (bei weit fortgeschrittener Demenz über das Nur-Zuhören) begegnet werden, da hiermit das Implizite, das Gedächtnis angesprochen wird. So belegte eine Studie, bei der Lieblingsmusik und Handmassage in Kombination angeboten wurde: Das verbal agitierende Verhalten ging deutlich zurück. Der gleiche Befund liegt für nicht-aggressives Verhalten vor (z.B. repetitive Stimulation): Das Verhalten verschwand schnell nach der Intervention und konnte auch eine Stunde nach der Intervention nicht mehr beobachtet werden.

Im Ergebnis lassen sich nicht-physisch aggressives Verhalten (Herumlaufen, Rastlosigkeit) und verbal agitiertes Verhalten (Rufe, Schreien, Wort/Satzwiederholungen) durch die vorgestellten Maßnahmen gut beeinflussen. Zehn Minuten konzentrierte körperlich-musikalische Zuwendung kann die Agitiertheit für eine Stunde oder länger unterbrechen.⁹

Singen – auch in der Sterbebegleitung?

Franco Rest hat zur wichtigen Frage, ob man im Sterbeprozess auch Singen kann und darf, das Entscheidende gesagt: »Die Ohren der Menschen nehmen nicht nur Sprache, sondern auch Geräusche und Klänge auf. Die Melodien unserer Lieder drücken so viele Stimmungen aus, mit ihrer Hilfe kann auditive, dem Hören zugewandte Kommunikation am Sterbebett zur Therapie werden. Aus der Anwendung dieser und anderer musikalischer Formen bei sterbenden Menschen können wir schließen, dass Musik und Singen mindestens gleichwertige Bedeutung im Beistandsprozess haben. Singen vermittelt auch den Sterbenden Gemeinschaftserlebnisse, Selbstverwirklichung, seelische Entlastung, Wahrnehmung der eigenen Stimmungsschwankungen, Ablenkung von körperlichen Beschwerden, offene Stellungnahme zu den Lebensproblemen.«¹⁰

Die Relevanz des Gesagten wird am nachfolgenden Beispiel deutlich: Als eine Reinigungsfrau ihre Arbeit in einem Zimmer von zwei chronisch erkrankte Frauen durch leises Trällern begleitete, begann eine dieser Frauen mitzubrummen. Seit Tagen war kein Laut mehr von ihr gehört worden. Als sie tags darauf ihr Behagen über die Waschung ebenfalls durch melodisches Brummen kundtat, stimmte die Pflegekraft mit ein. Jenseits der »Sprache« entstand so bis zum wenige Tage später eintretenden Tod der Patientin eine Form der Kommunikation. Was hier zufällig geschah, zeigt, dass Singen ein wichtiges Element in der Sterbebegleitung ist und ein planvolles Handeln dies in der Sterbebegleitung berücksichtigt.

Dieser Zugang zum Nächsten ist in der Tat jedem möglich und bedarf keiner gehobenen Professionalisierung oder neuer Qualitätsstandards. So kopierte die Tochter von Frau S. aus dem Gebetbuch der demenziell erkrankten Mutter deren Lieblingslied »Gott ist die Liebe«. Durch die Initiative der Tochter stand dieses Lied allen Mitarbeitenden zur Verfügung. Frau S. reagierte beim langsamen Vorlesen (den Mitarbeitern war das Lied nicht bekannt!) durch »Mitsprechen und Summen«. Sie hatte mitunter ein strahlendes Gesicht und oft auch Tränen in den Augen.

Dieses Lied ist bis zu ihrem Tod eine Brücke zwischen den Pflegenden und ihr geworden. Die Beispiele verdeutlichen, wie sehr das Singen sowohl Teil der individuellen-biographischen und somit auch professionellen Begleitung im Sterbeprozess sein kann. In diesem Sinne kann für einen sensiblen Einsatz dieser Möglichkeit nur geworben werden. So kann auch das gezielte Vorspielen einzelner Kirchenlieder und Sprechen vertrauter Gebete eine große Hilfe sein, um Vertrauen in eine Zukunft jenseits des Todes zu gewinnen. Kirchenlieder sind gerade im Anblick des Ablebens Hoffnungsmelodien des Zukünftigen.

Singen im Alter – eine Herausforderung für die Gemeinde

Wenn heute der demographische Wandel als *die* gesellschaftliche Herausforderung wahrgenommen wird, so dürfen wir auch in Gemeinden künftig nicht nur großen Wert auf Kinder-, Jugend- oder Familienchöre legen. Es gehört zu den Merkwürdigkeiten, dass viele Kirchenchöre das »Altern« nicht annehmen, sondern geradezu von ihrer Überalterung sprechen. Bereits seit Jahren machen stationäre Einrichtungen in der Altenpflege gute Erfahrungen mit sog. »Projektchören mit älteren Menschen«. Was in der stationären Begleitung gut funktioniert, könnte ein Beispiel für die Gemeindepastoral sein. Es bedarf fraglos eines neuen Zugangs in Form der Probentechnik, des Schwierigkeitsgrades der zu singenden Literatur und der vorgegebenen Tonhöhen. Im Erzbistum Köln gibt es unter der Leitung von Diözesanmusikdirektor Richard Mailänder erste Aufbrüche mit »Seniorenchören«. Ob als Gemeindeprojekt der Altenpastoral oder als Sozialraumöffnung einer stationären Altenhilfeeinrichtung liegt diesen Ambitionen die Erkenntnis zu

Grunde: »Singen in Gemeinschaft ist sicherlich eine der beliebtesten Unterhaltungsformen älterer Menschen.« Und Hermann Otto, Präsident des Chorverbandes Nordrhein-Westfalen, führt weiter aus: »Singen ist aktiv, es belebt, es fördert die Kommunikation; Singen bleibt in jedem Alter eine Herausforderung und es vermittelt Freude!« Genau aus dieser Erfahrung wird immer schon beim Seniorennachmittag in der Gemeinde gesungen. Es fehlt aber bisher der Mut, zu Seniorenprojektchören in der Gemeinde.

Friederike und Richard Sander leiten seit achtzehn Jahren den Chor »Heimatklänge Leverkusen e.V.« mit 45 Mitgliedern. Parallel wurde vor 15 Jahren der Chor in der Caritasbetriebsträgergesellschaft in Köln (CBT) mit ca. 40 Sängerinnen und Sängern gegründet. Heute, so berichtet das Ehepaar, singen wir mit beiden Chören vierstimmig. »Das klappt deshalb gut, weil wir ehrenamtliche Führungsstimmen aus den Heimatklingen für den CBT-Chor gewinnen konnten. Das Durchschnittsalter der »Heimatklinge Leverkusens« liegt bei 71,5 Jahren, das des CBT-Chores (ohne die Führungsstimmen) um die 84 Jahre. Die ältesten Sängerinnen und Sänger des CBT-Chores sind über 90 Jahre alt. Die Vernetzung beider Chöre ist unser Erfolgsrezept.«

Zu solchen Projekten gilt es, Kantoren und Kirchenchorleiter zu ermutigen. Denn im pastoralen Sinne steht weniger der konzertante Auftritt im Vordergrund, sondern die Ermöglichung von Gemeinschaft. Singen ist gerade im Alter ein Mittel gegen die Vereinsamung. Der Glaube verbindet, schafft Begegnung und Beziehungswirklichkeiten. Dieses Anliegen ist der Chorarbeit nicht fremd und es gilt dies im pastoralen Sinne zu stärken.

In der stationären Altenhilfe gelingt es, weitere Ehrenamtliche und Instrumentalisten

sowie Angehörige mit einzubeziehen. Gerade letztere erleben diese gestaltete Freizeit als eine ungeheure Entlastung und beobachten oft mit Freude die positive Erlebnissituation bei den ihnen anvertrauten Menschen. Kooperationsprojekte mit Kirchenchören wären wünschenswert und würden diesen sicher mehr Selbstvertrauen im Annehmen des »Alters« geben. Denn unabhängig von unseren Lebenssituationen gilt, was Yehudi Menuhin treffend formulierte: »Die Musik spricht für sich allein. Vorausgesetzt, wir geben ihr eine Chance.«

Anmerkungen:

- 1 <http://www.feldenkrais-gesang.de/feldenkrais/YehudiMenuhin.pdf>, 11. Mai 2012.
- 2 Vgl. Theo Harthog und Hans Hermann Wickel, *Musizieren im Alter. Arbeitsfelder und Methoden*, Mainz 2008, 49.
- 3 Ebd., 50.
- 4 *Kinder singen ihren Glauben*, Die deutschen Bischöfe Liturgiekommission Nr. 31, 9.
- 5 *Forum Katholische Seniorenarbeit, Bischöfliches Ordinariat Stuttgart* (Hg.) Walter Hirt, *Spiritualität in Volksliedern*, 2009, 3.
- 6 *Forum Katholische Seniorenarbeit, Bischöfliches Ordinariat Stuttgart* (Hg.) Christine Czeloth-Walter, *Kreative Ansätze in der Arbeit mit älteren Menschen*, 2009, 32.
- 7 Ebd.
- 8 Wir danken seiner Ehefrau, die uns ermutigt hat, sein Leben und seine heutige Lebenssituation als beispielhaft für dementiell erkrankte Menschen zu schildern.
- 9 Vgl. Hicks-Moore SL, Robinson BA (2008), *Favorite music and hand massage: Two interventions to decrease agitation in residents. Dementia* 7(1): 95-108.
- 10 Franco Rest, *Den Sterbenden Beistehen. Ein Wegweiser für die Lebenden*, 1998⁴, 114.

Folgende Editionen erscheinen im Zusammenhang der Initiative:

Liederbuch »Aus meines Herzens Grunde«

Großdruck mit 94 der schönsten alten Kirchenlieder beider Konfessionen, farbig illustriert mit Abbildungen von Barbara Trapp, eingelegte Mitsing-CD und Hinweise für das Singen mit Älteren, hrsg. von Richard Mailänder. Konzept und Realisierung von Bruno Schrage unter Mitarbeit von Hans Hermann Wickel. Carus 2.119, Großdruck, Flexicover, 132 S. ISBN 978-3-89948-166-2 (Carus) ISBN 978-3-15-010864-2 (Reclam, für den dt. Buchhandel)

Klavierband im Großdruck

Alle 94 Kirchenlieder des Liederbuchs in einfachen Klaviersätzen. Carus 2.119/03, Großdruck, Fadenheftung, Querformat, 104 S. ISBN 978-3-89948-166-2

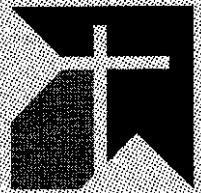
Deluxe-Edition aller Kirchenlieder auf drei CDs

Ruth Sandhoff, Sarah Wegener, *Sopran*; Marion Eckstein, *Mezzosopran*; Andreas Weller, *Tenor*; Klaus Mertens, Thilo Dahlmann, *Bass*; Götz Payer, *Klavier*; Kay Jollannsen, *Orgel*. Carus 83.015, 3 CDs im hochwertigen Hardcover-Buch mit allen Liedtexten, farbig illustriert von Barbara Trapp. EAN 4 009350 83015 8 (Vertrieb: note 1 music gmbh) in Koproduktion mit SWR 2.

Instrumental-CDs zum Mitsingen

Box mit drei CDs, mit Instrumentalfassungen der Kirchenlieder zum Mitsingen, kreativ interpretiert auf Orgel und Klavier. Kay Jollannsen, *Orgel*; Götz Payer, *Klavier*. Carus 2.119/99. EAN 4 009350 02119 8

DEUTSCHES PFARRER BLATT



DIE ZEITSCHRIFT
EVANGELISCHER
PFARRERINNEN UND PFARRER
HEFT 7 / 2012 · 112. Jahrgang

| **Glaubwürdig im Amt**

Ein Plädoyer für die Feier von Ordinationsjubiläen

| **Life-Work-Balance**

Ergebnisse einer Umfrage

| **»Singen Sie?«**

Eine Frage der Seelsorge – auch im Alter

| **Wann »lohnt« sich diakonische Arbeit?**

Diakonie im Spannungsfeld von christlicher Idee und ökonomischer
Wirklichkeit