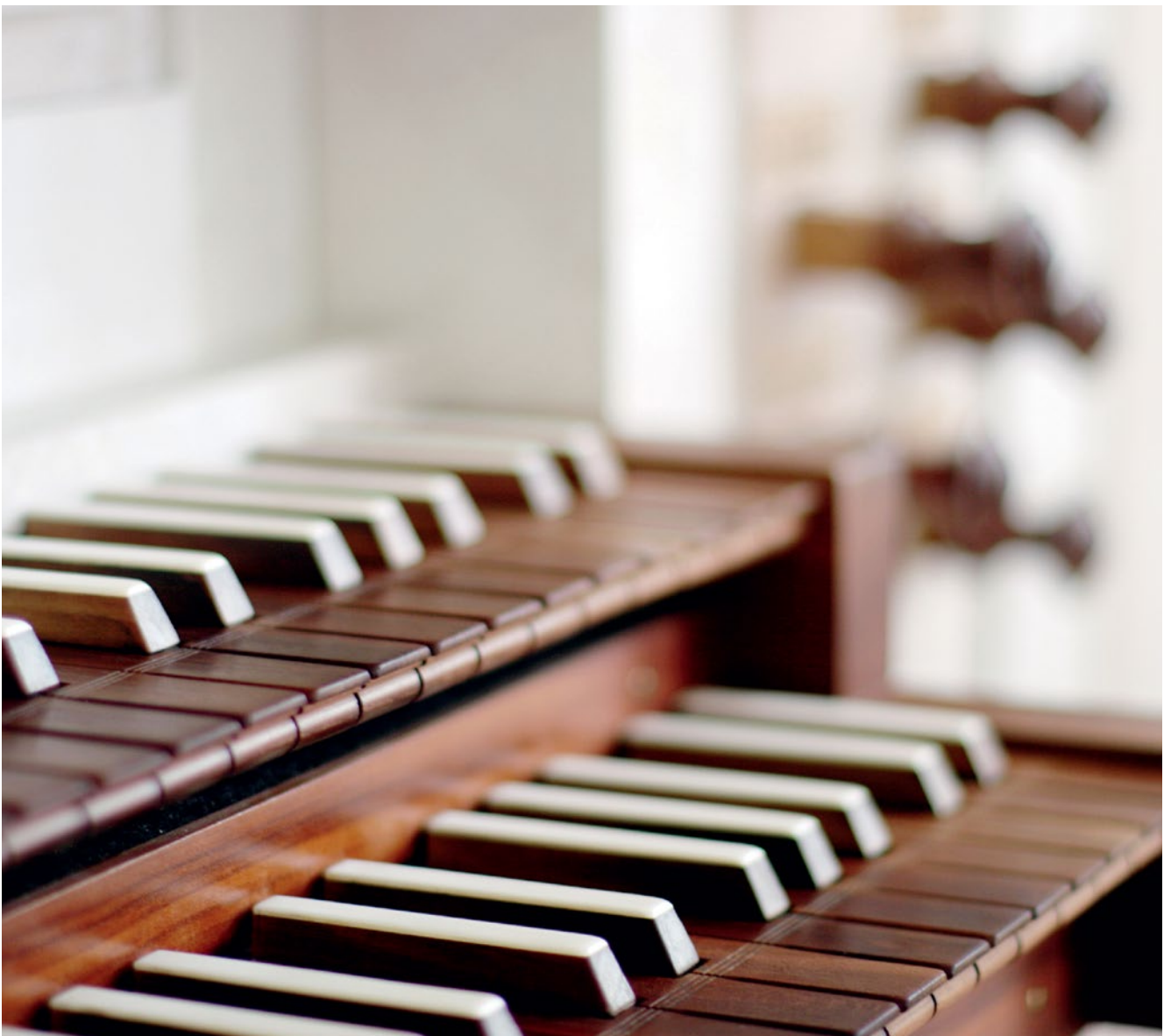


Mit Kirchenmusik die Seele streicheln

In der Kirchenmusik verschmelzen Musik und Religion. Die positiven Wirkungen von Musik werden so um die zusätzlichen Kraftquellen Religiosität und Spiritualität erweitert. Lesen Sie, wie Sie diese Ressourcen in die Betreuungsarbeit integrieren.

Text: Kerstin Schatz



Fotos: AdobeStock/Magnus; Cornelia Klein (S. 31)

Lobe den Herren, den mächtigen König der Ehren...“ Wenige Töne genügen, und die Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenheims stimmen in den Gesang ihrer Kantordin ein. Gemeinsam singen sie das Lob Gottes und davon, „in wieviel Not“ er seine schützenden Flügel über alle ausbreitet. Man hört und spürt: Die Worte des alten Kirchenliedes sind vertraut, die Melodie eine langjährige Wegbegleiterin aus Gottesdiensten und kirchlichen Familienfeiern. Ein Gefühl von Dankbarkeit und Zuversicht ist im Andachtsraum greifbar und Stolz darüber, alle Verse auswendig singen zu können. „Das Lied mussten wir damals bei Pfarrer Mayer im Unterricht lernen, und bei jeder Hochzeit und Taufe wurde es gesungen. Ich erinnere mich noch genau, wie festlich unsere Orgel klang und wie feierlich die Gottesdienste waren!“, so erzählt mir eine Seniorin am Ende der musikalischen Andacht. Andere haben ähnliche Erinnerungen und spontan entwickelt sich eine Gesprächsrunde, in der sich die Bewohnerinnen und Bewohner gegenseitig Tauf- und Hochzeitssprüche vortragen und frühere Erlebnisse aus den Kirchengemeinden teilen. Ich freue mich darüber und bin wieder einmal dankbar, was „meine“ Kirchenmusik vermag: Sie bewegt Menschen in ihrem Innersten. Sie schenkt Zuversicht und hilft dabei, Dankbarkeit auszudrücken. Sie lässt Freude hörbar werden, gibt aber auch der Klage einen Raum. Kirchenmusik schlägt eine Brücke zur Vergangenheit, sie weckt Erinnerungen an besondere Ereignisse im Leben und die mit ihnen verbundenen Gefühle. Kirchenmusik schafft Gemeinschaft und fördert – wie in diesem Beispiel einer musikalischen Andacht im Seniorenheim – das Gespräch untereinander. Sie schenkt Trost und trägt nach wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Wohlbefinden bei.

Kirchenmusik schenkt Dankbarkeit und Zuversicht

Das Besondere an Kirchenmusik ist ihre Verschmelzung von Musik und Religion. Die grundsätzlich positiven Auswirkungen von Musik auf uns Menschen werden in ihr um die zusätzlichen Kraftquellen Religiosität und Spiritualität erweitert. Diese können besonders alten Menschen dabei helfen, Lebenssinn zu erfahren und das Leben mit seinen besonderen Herausforderungen im Alter gut zu gestalten. Gesundheit und Wohlbefinden werden laut wissenschaftlicher Studien von einer religiösen Grundhaltung positiv beeinflusst. Altersbedingte Grenzerfahrungen können von religiösen Menschen erfahrungsgemäß besser verarbeitet werden. Gründe dafür sehen Wissenschaftler unter anderem

- im Erleben bedingungsloser Akzeptanz als Person („ich bin ein geliebtes Kind Gottes“),

- in der Grundhaltung des Vertrauens auf eine helfende und verzeihende Macht,
- in der Erfahrung von Sinn auch im Leiden,
- im Gefühl von Getragensein in einer Gemeinschaft,
- in der entlastenden Haltung, sich dem „Willen Gottes“ vertrauensvoll überlassen zu können
- und in der mit (religiösen) Ritualen verbundenen Stressreduktion. (Bubolz-Lutz et al., 2010, S. 167 f.)



Kerstin Schatz

Kirchenmusikdirektorin, Inklusive Musikpädagogin (M.A.), Musiktherapeutin, Altenbetreuungskraft, kerstin.schatz@elkb.de

Von Orgelkonzert bis Gospelmusik

Kirchenmusik wird auf vielfältige Weise zum Medium für religiöse Erfahrungen. Sie eröffnet einen Raum für den Dialog mit Gott, führt hinein in die heilige Stille und in das Gebet. Glaube wird durch Kirchenmusik auf emotionaler und sinnlicher Ebene zugänglich, Glaubensinhalte werden durch eine andere Bildhaftigkeit in den Liedtexten oft verständlicher. Neben den Kirchenliedern können auch andere Formen der Kirchenmusik die Rolle des Tür- und Herzensöffners übernehmen, zum Beispiel Orgelmusik, Chor- und Orchesterwerke, Gospels und Kirchenkonzerte. Besonders eindrückliche religiöse Erlebnisse schildern Seniorinnen und Senioren, die aktiv an der musikalischen Gestaltung von Gottesdiensten teilnehmen, sei es im Chor oder im Instrumentalensemble. Geht man also davon aus, dass Kirchenmusik die Religiosität fördert und eine religiöse Grundhaltung Gesundheit und Wohlbefinden mit sich bringt, dann sollten Menschen in allen Lebensphasen und Lebenslagen die Möglichkeit zu aktiver Kirchenmusik erhalten.

Drei Möglichkeiten für religiöse und spirituelle Musik in der Betreuungspraxis

1) Rufen Sie den lokalen Kirchenmusiker oder die Kirchenmusikerin an!

Grundsätzliche Ansprechpartner für alle Anliegen rund um Kirchenmusik sind die hauptberuflichen Kirchenmusikerinnen und -musiker der Gemeinden vor Ort. In ihrer Funktion als Dekanats- bzw. Regionalkantor:innen geben sie Hilfestellung bei der Planung passender Angebote, vermitteln Kontakte zu qualifizierten Partner:innen in der Zusammenarbeit oder stehen selbst als Musizierende und Lehrende zur Verfügung. Da das Arbeitsfeld von Kantor:innen sehr vielfältig ist, bieten sich zahlreiche

Möglichkeiten für die aktive Einbindung betagter Menschen in das kirchenmusikalische Angebot:

- Im Rahmen von „Komm-Strukturen“ könnten mobile Bewohner:innen etwa an kirchenmusikgeragogischen Gruppenangeboten der Pfarreien, an speziellen Konzertformaten in den Kirchen oder an musikalischen Gottesdiensten der Ortskirchengemeinden teilnehmen. Wichtig sind hierbei der Zielgruppe angepasste Rahmenbedingungen, wie barrierefreier Zugang, Uhrzeit, Dauer der Veranstaltung etc., die in der Zusammenarbeit von Kirchenmusiker:innen und Pflege- oder Betreuungsfachkräften sorgfältig geplant werden müssen.
- Lassen sich solche Angebote außerhalb der Pflegeeinrichtung nicht bewerkstelligen, bietet es sich an, Kirchenmusik ins Haus zu holen. Kirchenmusiker:innen könnten einen regelmäßigen Singkreis extra für die im Heim lebenden Menschen leiten oder die regulären Chorproben der Pfarreien in einem Raum der Einrichtung abhalten, so dass sie leichter daran teilhaben können. Kantor:innen könnten in Teamarbeit mit Pflege- und Betreuungskräften, Pfarrer:innen, Diakon:innen oder Pastoralreferent:innen seniorengerechte musikalische Gruppenangebote im Heim organisieren, in denen geistliche Inhalte den roten Faden bilden.
- Die Chöre und Instrumentalgruppen der örtlichen Kirchengemeinden könnten zu Musizierstunden in die Einrichtung kommen und – anstelle eines Konzertes, bei dem das Publikum nur zuhört – gemeinsam mit den Menschen musizieren.
- Musikgeragogisch geschulte Kirchenmusiker:innen können individuellen Unterricht an einem Instrument oder Stimmbildung in Einrichtungen der Altenhilfe anbieten.



Fotos: Kerstin Schatz (S. 32/33)

Das Kirchenlied „So nimm denn meine Hände“ gibt Gelegenheit, generationsübergreifende Erfahrungen zu machen.

Musik und Videos im Internet

Für alle Musikvorschläge gilt, dass im Internet zahlreiche Tonaufnahmen dazu zu finden sind. Vielleicht haben Sie Gelegenheit, in der Einzelbetreuung ein Tablet oder ein Smartphone zu benutzen. Dann könnten Sie als Suchbegriff den Liedtitel sowie das Stichwort „Karaoke“ oder „instrumental“ eingeben und finden Versionen, zu denen Sie singen und sich bewegen können. Weitere als die im Text genannten Lieder, Gebete und religiöse Texte samt Tonaufnahmen finden Sie auf den Internetseiten der beiden christlichen Kirchen: kirchenjahr-evangelisch.de; gotteslob.katholisch.de

2) Musizieren Sie selbst!

Jeder und jede darf und kann Kirchenlieder singen und spirituelle Musik in den Betreuungsalltag einbringen. Gerade für Menschen, die das Bett nicht verlassen können, ist es besonders wichtig, dass Betreuungs- und Pflegekräfte sowie Angehörige deren Bedürfnis nach spirituellen Erlebnissen erkennen und zu erfüllen versuchen.

3) Vorschläge für Kirchenlieder samt musikalischer Gestaltung in der Einzelbetreuung

- „So nimm denn meine Hände“ (Evangelisches Gesangsbuch EG 376): Dieses beliebte Kirchenlied eignet sich vor allem für die Sterbebegleitung und wird auch oft bei Trauerfeiern gewünscht. In der Einzelbetreuung bietet es Gelegenheit, die eigenen Hände zu betrachten. Sie zeigen Lebenslinien und vielleicht sogar Narben. Viele Menschen erinnern sich an die Hände ihrer Familienangehörigen wie Mutter, Vater, Ehepartner, Kinder. Hände können streicheln, halten, trösten, tadeln, schlagen...
- „Wunderschön prächtige“ (Katholisches Gotteslob GL – Anhang): ist ein Marienlied der katholischen Kirche und betet die Mutter Gottes Maria an. Es klingt majestätisch und demütig zugleich und bietet Gelegenheit, über Marienbilder und Mutterbilder zu sprechen: Wie habe ich meine Mutter erlebt? Liebend, sorgend, weinend, lachend...
- „Weißt du, wieviel Sternlein stehen“ (EG 511): Dieses Lied ist als Kinder- und Schlaflied bei den allermeisten Menschen unabhängig von ihrer Kirchenzugehörigkeit bekannt und beliebt. Es handelt davon, dass jeder Mensch von Gott gewollt und gesehen wird. Nicht nur



Nehmen Sie für die musikalische Begleitung alter Menschen die Unterstützung hauptberuflicher Kirchenmusikerinnen und -musiker in Anspruch.

Die Freude am Musizieren zählt

Kirchenmusikgeragogik ermöglicht Menschen in den verschiedenen Lebensphasen und Lebenslagen musikalische und religiöse Bildung und erfüllt einen wichtigen gesellschaftlichen Auftrag. Sie schafft Gemeinschaft und baut musikalische Brücken zueinander. In ihrer intergenerativen Ausrichtung fördert sie zudem das Verständnis der Generationen untereinander und baut Barrieren ab. Unabhängig davon, ob altershomogene oder gemischt-generationale kirchenmusikalische Angebote geplant werden: Das aktive Musizieren und die Freude daran sollten bei allen Veranstaltungen im Mittelpunkt stehen. Noch wichtiger als das musikalische Ergebnis ist der Weg dorthin, also der Prozess des gemeinsamen Musizierens. Die Wünsche, Bedürfnisse und Möglichkeiten der Teilnehmenden geben den Rahmen des gemeinsamen musikalischen Weges vor. Unterforderung und Verkindlichung müssen dabei ebenso vermieden werden wie Überforderung. Keine leichte Aufgabe, doch sie wird gut gelingen, wenn alle Verantwortlichen ihre jeweiligen kirchenmusikalischen, gerontologischen, pastoralen und organisatorischen Kompetenzen zusammenbringen und sich gemeinsam dieser lohnenden Herausforderung stellen.

„Sie haben unsere Seele gestreichelt“, so verabschiedete sich eine hochaltrige Teilnehmerin eines kirchenmusikalischen Gruppenangebotes von mir und bedankte sich dafür, diese Stunde erleben zu dürfen. Seitdem beschreibe ich die aktive Kirchenmusik als einen wahren „Seelenstreichler“ (nicht nur) für alte Menschen. Sie trägt zur Alltagsbewältigung bei, steigert die Lebensqualität und -zufriedenheit, sie bewegt, bildet und verbindet. Kirchenmusik berührt, geht unter die Haut, schafft Geborgenheit, tröstet und heilt oder in den Worten des Reformators Martin Luther: „Musik ist eine Gabe und Geschenk Gottes [...] und macht die Menschen fröhlich!“

Fröhliche Menschen, die zu einer positiven Atmosphäre im Haus beitragen und den ungewissen Tagen mit einem Lächeln im Gesicht entgegenblicken – Gott sei Lob und Dank!

Literatur: Bubolz-Lutz, E., Gösen, E., Kricheldorf, C. & Schramek, R. (2010). Geragogik. Bildung und Lernen im Prozess des Alterns. Das Lehrbuch. Stuttgart: Kohlhammer. 167–168;

Wickel, H. H. (2013). Musik kennt kein Alter. Stuttgart: Carus

demenziell veränderte Menschen erleben vielleicht schöne Erinnerungen und Gefühle, wenn sie zu dem Lied eine Babypuppe im Arm wiegen.

- „Von guten Mächten wunderbar geborgen“ (EG 65, GL 430): wurde von dem evangelischen Theologen Dietrich Bonhoeffer 1944 im Konzentrationslager gedichtet und wird heute in beiden christlichen Kirchen gesungen. In der Einzelbetreuung können wir uns dabei an den Händen halten oder uns umarmen und dabei gemeinsam schunkeln. Diese Nähe erwirkt das Vertrauen, dass wir auch in schwierigen Lebenssituationen gehalten werden.
- „Kumbaya, my Lord“ ist ein Gospel, den vor allem jüngere Senior:innen als Folksong, etwa von Joan Baez oder Pete Seeger kennen. Anstatt die deutsche Textversion „Komm zu uns, oh Herr“ zu singen, können wir in der Gruppe oder in Einzelsituationen auch neue Texte erfinden, die unsere momentane Stimmung zum Ausdruck bringen, zum Beispiel „Heute lach‘ ich, Herr“, „Manchmal wein‘ ich, Herr“, „Heute klag‘ ich, Herr“...
- Glockenläuten: Ob als Hörbeispiel von CD, aus dem Internet oder live vom nahegelegenen Kirchturm – der Klang von Kirchenglocken weckt bei den meisten Menschen starke Assoziationen und nicht selten konkrete Bilder im Kopf. Auch dies kann Anlass sein für Gespräche über religiöse Rituale in der Familie und/oder über Personen in der Lebensbiografie, die besonders religiös waren oder die Kirche besonders abgelehnt haben...

(diese Praxisvorschläge hat Musikgeragogin Kerstin Jaunich erstellt, vgl. Schwerpunkt in **aktivieren** 1/2021 zum Instrumentalunterricht mit Demenzbetroffenen)