



# Die Wirkung der Musik auf den Menschen

Zürich. Als eine dem Menschen von Gott geschenkte Gabe bereichert die Musik das Leben. Sie stimuliert das Gemüt, bewirkt Freude, inneren Frieden und Ausgeglichenheit; sie stärkt das Gemeinschaftsgefühl. Sie kann aber auch zur Betäubung und Manipulation missbraucht werden. Die vom Stammapostel eingesetzte Projektgruppe "Gegenwartsfragen hat sich deshalb mit den Wirkungen der Musik auf den Menschen befasst.

Zu allen Zeiten haben sich Menschen in den unterschiedlichsten Kulturen und Gesellschaftsformen der Musik bedient, zum Beispiel

- zum Ausdruck von Freude und Trauer,
- zur Äußerung und Vermittlung von Gefühlen und Empfindungen,
- zur Übermittlung von Botschaften,
- zur Unterhaltung (Tanz und Geselligkeit),
- zur Förderung der Gemeinschaft,
- zur Ausübung der Religion und Tradition,
- zur öffentlichen Repräsentation oder zur Demonstration von Macht,
- zur politischen oder kommerziellen Beeinflussung,
- zu therapeutischen Zwecken.

Einsatz und Wirkung von Musik sind je nach Motiv und Bestimmung also recht unterschiedlich. Zwar würde man den Rat eines Johann Gottfried Seume (1763-1810): "Wo man singet, lass dich ruhig nieder - ... Bösewichter haben keine Lieder" gerne annehmen, seine optimistische Einschätzung gern glauben. Allein: Diese Weisheit ohne Kommentar befolgen, hieße die Augen verschließen vor manchen negativen Dingen: Kaum ein Diktator hat auf Musik verzichtet, um seine Ideen unters Volk zu bringen.

Menschenverachtende Ideologien lassen sich massenwirksam durch Musik verbreiten. Auch in der Werbung wird die Musik eingesetzt, um Erfolge zu erzielen: Die Manager der Kaufhäuser wissen um die einlullende und verkaufsfördernde Wirkung von Tönen und Harmonien und nutzen diese, den Käufer zu verführen.

## Musik schafft Lebensqualität

Doch wie arm wäre eine Welt ohne Musik und Gesang! Singen und Musizieren sind elementare Lebensäußerungen des Menschen. Mit diesen Tätigkeiten verwirklicht der Mensch vom Schöpfer empfangene Gaben. Musikalische Betätigung kann Gemeinschaft fördern, kann helfen, Spannungen abzubauen und Gefühle zu äußern und dadurch ein hohes Maß an Ausgeglichenheit und Befriedigung verschaffen. Musik schafft Lebensqualität!

Musik und Gesang leisten aber noch viel mehr: Sie vermögen auch Glaubensqualität zu schaffen: "So sie's nicht singen, glauben sie's nicht", wusste schon Martin Luther. Ein Lied kann Trost, Hoffnung und Zuversicht dem Traurigen und Verzagten spenden, einen Psalm einem Unsicheren Sicherheit geben. Durch das Vereinen von emotionalem Gefühl und rationalem Gehalt verschafft ein Lied dem Gläubigen oft erst das Ausdrucksvermögen, Gott zu loben und einem anderen darzustellen. Oder wie Luther meinte: Die Stimme ist die Seele des Wortes.

## Singen und Musizieren

- verfeinern die Fähigkeit wahrzunehmen - sich selbst, die Umwelt und die Auswirkungen eigenen Handelns auf die Umwelt,
- wecken Freude und stärken das Gemüt,
- lassen den Menschen die Einheit von Geist, Seele und Leib erfahren,
- stärken das Einfühlungsvermögen,
- schaffen Gemeinschaftsgefühl.

## Musikalische Dauerberieselung

- fördert unkritischen Musikkonsum,
- wertet Musik ab zum Betäubungs- und Aufputzmittel,
- wirkt einer echten Gemeinschaftsbildung entgegen.

Die oft lautstarke Unterhaltungsmusik kommt mit wenigen immer wiederkehrenden rhythmischen, harmonischen und sprachlichen Mustern aus. Dadurch verengt sie die Erlebnis-, Gefühls- und Denkebenen der Zuhörer. Die Fähigkeit, dem Nächsten genau zuhören zu können, wird nicht gefördert.

## Einfluss auf den Menschen

- Sprache und Musik werden in verschiedenen Bereichen unseres Gehirns verarbeitet. Dadurch fördert Musik das ganzheitliche Wahrnehmen.
- Musik löst im Gehirn Reize aus, die auf die Gefühle Einfluss nehmen.
- Musik löst Veränderungen im Hormonhaushalt aus. Dadurch beeinflusst Musik unsere Gefühlswelt, regt Fantasie und Tagträume an und weckt Erinnerungen. Hört ein Paar beispielsweise sein Lied, bei dem es sich näher gekommen ist, erinnert es sich beim Erklingen des Liedes an das Kennen lernen.
- Musik kann aber auch Handlungen beeinflussen: Kleine Kinder tanzen und hüpfen oft spontan, wenn sie Musik hören.

- Menschen lassen sich durch Musik auch in Ekstase oder Trance versetzen und verlieren dann die Kontrolle über sich. Erreicht wird dies durch anfeuernde Rhythmen, die sich ständig wiederholen, hohe Lautstärken, sehr tiefe oder sehr hohe Töne. In Popkonzerten, politischen und rituellen Massenveranstaltungen werden solche Techniken angewendet.

Tests haben nachgewiesen, dass bestimmte Musik, im Auto gehört, bei vielen Menschen zu einer Veränderung des Fahrstils führt.

#### Mit Musik verführen

Der Rattenfänger von Hameln verführte die Kinder mit den Tönen seiner Flöte. Und die Verführung mit Hilfe von Musik funktioniert immer noch. Musik hören beeinflusst uns, lenkt von Realität ab, verändert Sichtweise und Bewertung von Sinneseindrücken. Nicht umsonst werden Filme mit Musik untermalt und spielen die Lautsprecher in Supermärkten und Kaufhäusern Tag für Tag Musik. Der Erfolg ist messbar!

Eine vermeintliche Gefahr tauchte vor einigen Jahren auf: Tonbänder wurden mit abscheulichen Botschaften bespielt und dann rückwärts abgespielt und mit anständiger Musik übertüncht. Backward Masking nennt dies der Fachmann. Werden wir dadurch unbewusst mit ungutem Gedankengut verseucht? Die Wissenschaft gibt Entwarnung: Das Gehirn kann diese Botschaften nicht entschlüsseln. Eine Wirkung auf den Menschen lässt sich nicht nachweisen.

#### Musik als göttliche Gabe

Musik als göttliche Gabe hat positive Wirkungen auf den Menschen. Deshalb erscheint es unverzichtbar, Kinder dafür frühzeitig zu begeistern. Frühzeitiges Musizieren fördert die geistige Entwicklung und erhöht die Intelligenz des Kindes.

#### Vor der Geburt

Der Herzschlag der Mutter ist das erste, was ein Kind vor der Geburt hört. Daher empfinden alle Menschen Musik, deren Grundschlag dem Tempo des Herzschlags entspricht, als beruhigend.

Etwa ab dem siebten Schwangerschaftsmonat kann das ungeborene Kind Musik und Sprache aus der Umwelt wahrnehmen. Die Stimme der Mutter wird jedoch am besten registriert. Die musikalischen Erfahrungen vor der Geburt können dazu beitragen, das Gehör auszubilden und musikalisches Empfinden zu entwickeln.

#### Erstes Lebensjahr

Im ersten Lebensjahr reift das Gehirn des Säuglings. Anregungen von außen wie der Kontakt zur Mutter haben Einfluss auf den Aufbau des Gehirns, prägen das Kind. Dem Kleinkind einfache Kinderlieder vorzusingen, trägt sicher zur Verfeinerung seiner Musikalität bei - auch wenn sich dies wissenschaftlich wohl schwer beweisen lässt.

#### Das Vorschulalter

Das Kind hat gelernt zu sprechen und zu singen. Mit Musik drückt das Kind Wünsche und Träume aus, spielt mit Sprache, indem es fantasievoll (oft unsinnige) Liedtexte erfindet.

Musik ist aber auch ein Mittel, um Aggressivität auszudrücken.

Ab etwa vier Jahren ist das Kind fähig, Kurse zur musikalischen Früherziehung zu besuchen. Dort lernt das Kind, was ihm Musik geben kann, zum Beispiel Wut, Trauer, Schmerz, musikalisch zu bewältigen. Eine wichtige Fähigkeit, auf die das Kind später, als Erwachsener, zugreifen kann.

#### Das Grundschulalter

Auch hier gilt das Motto: Was Hänschen nicht lernt ... Eltern und Erzieher können an musikalische Betätigung heranführen, den musikalischen Geschmack bilden und zu kreativem Umgang mit Musik anregen, der den Kindern Freude macht, sie in ihrer persönlichen Entwicklung weiter führt und ihnen viel Selbsterfahrung und Selbstbetätigung vermittelt.

#### Die Pubertät

Die Pubertät ist eine Phase, in der Kinder leicht zu verführen sind, sich persönlich oft unsicher fühlen, extremen Stimmungsschwankungen unterworfen sein können. In vielen Fällen erleichtert das Musizieren den Reifeprozess. Selbstbewusstsein kann aufgebaut, emotionale Spannungen können abgebaut werden. In dieser Lebensphase wirkt der soziale Druck der Freunde, der Mitschüler, besonders stark. Auch die Musikindustrie hat Mädchen und Jungen dieses Alters als Zielgruppe fest im Visier.

Elternhaus, Schule und Kirche können die Jugendlichen stabilisieren, indem sie ihnen Möglichkeit zur musikalischen Betätigung geben und sie darin fördern.

#### Die Jugendzeit

In keiner anderen Lebensphase hat der Musikgeschmack eine so herausragende Bedeutung wie in der Jugendzeit. Wie man sich kleidet und welche Musik man hört, entscheiden, zu welcher Gruppe die Jugendlichen gehören.

Manchmal kommt es zu Konflikten mit den Eltern über den musikalischen Geschmack der Jugendlichen.

Eltern sind oft besorgt, hinter den ungewohnten Klängen aus dem Kinderzimmer könnte eine dramatische Veränderung der Persönlichkeit der Jugendlichen stehen. Zum Glück ist das selten der Fall. Es wurde wissenschaftlich nachgewiesen, dass der Musikgeschmack nicht die Persönlichkeit eines Menschen widerspiegelt. Darüber hinaus ist der Musikgeschmack Jugendlicher großen Schwankungen unterworfen: Was heute in ist, will morgen niemand mehr hören. Erst im Erwachsenenalter verfestigen sich die musikalischen Vorlieben.

#### Musikalische Vorlieben

"Musik wird oft nicht schön gefunden, weil sie stets mit Geräusch verbunden", dichtete einst Wilhelm Busch. Die Musik, die dem einen Lust bereitet, ist dem anderen ein Gräuel. Die musikalischen Vorlieben, die jeder Mensch hat, sind geprägt von den persönlichen Erfahrungen, dem Musikgenuss im Elternhaus und dann später im Freundeskreis. Was einem vertraut ist, wird meist als schön empfunden - fremde Klänge eher als merkwürdig oder abstoßend.

## Einfluss auf die Gesundheit

Musik kann die Gesundheit fördern oder schädigen. Musik kann Stress auslösen oder entspannen, aggressiv machen oder beruhigen, und sie kann das Hörvermögen bilden oder bis zur Taubheit zerstören.

## Hörschäden

Hohe Lautstärken und lange andauernder Lärm führen zur Lärm-Schwerhörigkeit. Beim einen rasch, beim anderen etwas langsamer. Dabei ist es für das Gehör einerlei, ob der Lärm von Musik oder von Maschinen wie Flugzeugen oder Pressluftschlämmern herrührt.

Fast 60 Prozent der Zwanzigjährigen leiden in Deutschland unter Hörschäden. Ursache: Es gibt zu viele Lärmquellen und zu wenig Erholungspausen für die Ohren. Musikalische Dauerbeschallung - im Auto, in der eigenen Wohnung (vor allem durch Kopfhörer), in der Disko und unterwegs durch den Walkman - ist schuld daran; aber auch Lärm an der Arbeitsstelle oder beim Heimwerken, wie er z. B. beim Schleifen, Bohren, Sägen entsteht. Oft merkt der Betroffene den Hörschaden erst, wenn er ein ständiges nervendes Ohrgeräusch (Tinnitus) hat oder wenn andere ihm sagen: "Mensch, du hörst ja schwer!"

Dieser Hörverlust ist unheilbar! Mit einer Hörhilfe kann er nur gemindert werden. Vorbeugen ist die einzige Chance! Ohrschutz bei lauten Arbeitsgeräuschen und Meiden allzu lauter Musik. Einfache Regel: Kann man sich wegen Lärms oder wegen Musik nicht mehr verständigen ohne zu schreien, ist das Gehör stark gefährdet.

## Rat und Aufklärung

Es ist das Anliegen der Neuapostolischen Kirche, aufbauende, Seele und Gemüt erfreuende Musik zu fördern. Sie will die Eltern beraten, damit sie die musikalischen Fähigkeiten ihrer Kinder gezielt verbessern können, nicht zuletzt durch musikalische Früherziehung.

Es sollen aber auch Eltern, Amtsträger, in der Kinder- und Jugendarbeit Tätige über Wirkungen und Gefahren von Musik und Formen des Musikkonsums aufgeklärt werden.

Aus ethischen und religiösen Gründen rät die Neuapostolische Kirche, Musik zu meiden, die

- Verachtung Gottes, der Schöpfung und der Menschen ausdrückt,
- Satanskult verherrlicht,
- diskriminiert,
- sexistisches Gedankengut verbreitet,
- zu Gewalt und Krieg auffordert,
- Angst oder Schuldgefühle erzeugen will.

Aus medizinischen Gründen empfiehlt die Neuapostolische Kirche, musikalische Darbietungen zu meiden, in denen

- Zuhörer anhaltend hohen Lautstärken ausgesetzt sind (Gefahr der Schwerhörigkeit),
- Zuhörer den Verlust der Selbstkontrolle erleiden könnten durch das Versetzen in Trancezustände oder durch Konsum von Aufputsch- oder Suchtmitteln.

8 May 2003