



Ein Bestattungshaus unterhält einen offenen Singkreis für Trauernde. Dabei geht es um die Linderung seelischer Not, nicht um Kunst. Unser Autor sprach mit der Leiterin des Angebots



Singen für Trauernde

F

Interview: Jürgen Hartmann

Frau Aigner, seit 2011 bietet das Münchner Bestattungshaus Aetas ein Singen für Trauernde an. Durch die heilsame und befreiende Wirkung des Singens soll Trauernden der Zugang zu ihren Emotionen erleichtert und der Weg zu neuer Kraft und Lebensfreude geebnet werden, heißt es auf der Website des Unternehmens. Das findet einmal wöchentlich statt, dauert jeweils zwei Stunden und ist gegen



einen kleinen Kostenbeitrag offen für alle. Eine regelmäßige Teilnahme ist nicht verpflichtend. Sie leiten diesen Singkreis von Beginn an. Wer kam eigentlich auf diese interessante Idee?

Die Idee hatte das Bestattungshaus, und sie kamen damit zu mir. Ich habe eine gewisse Affinität zu eher melancholischer Musik, und das Thema interessierte mich, also habe ich gerne zugesagt. Das Angebot wurde veröffentlicht, wir haben die Medien informiert, und tatsächlich wurde es von Anfang an gut angenommen.

Wenn ich es recht verstehe, haben Sie den Begriff der Trauer etwas weiter gefasst, also nicht nur in Bezug auf den Verlust nahestehender Menschen.

Natürlich kommen viele zu uns, die tatsächlich jemanden verloren haben. Es kommen aber auch Menschen, die aus anderen Gründen trauern, zum Beispiel über das Ende einer Beziehung, über eine Erkrankung oder auch über die Zerstörung der Umwelt. Wenn man genau hinsieht, gibt es ja leider viele Gründe zu trauern.

In den Infos des Bestattungshauses wird betont, dass keine musikalische oder sängerische Vorbildung erwartet wird. Ich frage mich aber doch: Kommen nicht eher Menschen zu Ihnen, die eine grundsätzliche Affinität zum Singen haben?

Es kommen öfters Teilnehmende, die parallel im Chor singen. Es gibt aber viele Menschen ohne sängerische Vorerfahrung, die ahnen, dass niedrigschwelliges, gemeinsames Singen eine heilsame Wirkung haben kann. Manche haben Singangebote während einer Kur wahrgenommen oder erinnern sich daran, dass sie in der Schulzeit gern gesungen haben. Jedenfalls kommen die Teilnehmenden nicht aufgrund künstlerischer Ambitionen, sondern wegen der wohltuenden Wirkung des Singens, die sie entweder schon erfahren haben oder

von der sie zumindest schon einmal gehört oder gelesen haben.

Wie stellt sich der Teilnehmendenkreis in punkto Alter und Geschlecht dar?

Es kommen deutlich mehr Frauen, Männer sind eher die Ausnahme. Die Mehrzahl ist etwas älter, 60 oder 70 plus. Wir haben aber auch junge Menschen dabei, um die 30 oder sogar erst 19 Jahre alt.

Würden Sie auch Kinder mitsingen lassen?

Es gab einige wenige Anfragen, aber ich rate eigentlich davon ab, weil bei uns die Stimmung zwar nicht immer sehr traurig ist, aber man muss doch damit rechnen, dass in einem offenen Kreis wie unserem gerade bei neuen Teilnehmenden, deren Trauer noch sehr frisch ist, die Stimmung für Kinder zu bedrückend werden könnte. Ich singe gern mit Kindern, aber das ist doch eine ganz andere Baustelle. Ein Singen mit trauernden Kindern in einem eigenen Kreis wäre denkbar, aber ich würde dann das Repertoire etwas abändern.

Welches Repertoire wird denn mit den Trauernden gesungen?

Es ist ziemlich international und kommt aus ganz unterschiedlichen Quellen. Wir singen ausgewählte Texte von Novalis, Eichendorff und Domin, auch Volkslieder, Gospels, das eine oder andere Taizé-Lied, Lieder aus der Südsee ... Insbesondere Lieder der Native Americans oder Lieder aus Afrika sind sehr kraftvoll und zugleich berührend. Die Niedrigschwelligkeit unseres Angebots gebietet, dass es Lieder mit kurzen Texten sind, ein wenig wie Mantras. Meine Erfahrung zeigt, dass Menschen viel schneller ins Gefühl kommen, wenn wir beispielsweise ein Gospel wie «Angels Watching Over Me» singen, in dem der Text oft wiederholt wird. Ein Kunstlied mit vielen Strophen wäre weniger geeignet. Wir singen ein Repertoire, das



Dagmar Aigner trat schon während ihres klassischen Gesangsstudiums als Pop- und Jazzsängerin auf und arbeitete mit führenden Musiker:innen der Elektro-Szene zusammen. Sie hatte als Singer-/Songwriterin Erfolg und trat in Fernsehproduktionen auf, zum Beispiel als Marlene Dietrich im Dokudrama «Die Manns». Als Gesangslehrerin und Leiterin von Singgruppen ist sie privat und an Musikschulen tätig, ebenso mit ganz unterschiedlichen Gruppen wie Obdach- und Wohnungslosen.
www.gesangsunterricht-aigner.de

Titel

bei aller Trauer einen positiven Blick auf die Welt ermöglicht. Das kann sehr traurig sein, soll aber auch Trost bieten.

Als Chormensch ist man recht konkrete Probenarbeit und Aufführungen gewohnt. Wie läuft ein Singkreis wie Ihrer ganz praktisch ab?

Notenblätter gibt es nicht, aber ich lege Blätter mit den Texten aus. Viele der Texte bestehen nur aus einem Satz, können aber musikalisch sehr schön umgesetzt sein. Ich empfehle, die Textblätter möglichst schnell beiseitezulegen, wir machen learning by singing. Man kommt dann besser ins Gefühl, und tatsächlich werden auch andere Gehirnanreale angesprochen, wenn man frei singt, ohne Textvorlage.

Machen sich die Teilnehmenden untereinander bekannt?

Es gibt eine kleine Vorstellungsrunde, nach einem ersten Lied. Ich nenne das sogar Blitzrunde, denn es soll ganz kurz sein, manchmal wird nur der Name gesagt, manchmal kurz der Grund erläutert, warum man dabei ist, oder es werden Erwartungen formuliert. Wichtig ist dabei, dass wir einen Sitzkreis haben, also keine Frontalsituation.

Ergeben sich auch Gespräche?

Manchmal gibt es etwas ausführlichere Beiträge, wenn Teilnehmende erzählen, was sie gerade extrem beschäftigt. Nun ist das nicht immer für alle interessant, deshalb versuche ich, es kurz zu halten und eher mit einem Lied auf das Geschilderte zu reagieren. Und es ist regelmäßig so, dass dieses Lied gerade bei jener Person, die mitteilungsbedürftig war, gut ankommt und gesagt wird, das sei genau das Richtige gewesen. Wir lösen viel über Musik, das erfordert natürlich auch Gespür, weil ich in einer solchen Situation den Menschen geradezu von den Augen ablesen muss, was in dem Augenblick gebraucht wird.

Das Reden ist also eher sekundär, aber es gibt auch eine Schlussrunde, wo alle sagen können, wie es ihnen gerade geht. Das ist auch für mich als Vergewisserung sehr wichtig. Ich kann spüren, falls es jemandem sehr schlecht geht und notfalls Hinweise auf Gesprächsangebote oder ähnliches geben. Aber ein solcher Fall ist in den zwölf Jahren, in denen ich mit Trauernden singe, noch nie vorgekommen. Es ist eigentlich immer so, dass es den Menschen am Ende besser geht als am Anfang.

Hat sich in diesen zwölf Jahren viel verändert?

Das Setting, das ich schon am Anfang hatte, hat sich bewährt. Kleinigkeiten haben sich verändert, beispielsweise habe ich nach einer Weile bemerkt, dass sich im Lauf des Abends ein oder zwei Lieder mit ein bisschen Bewegung gut machen, also eine kleine, einfache Choreografie. Und ich bin weniger ängstlich. Natürlich habe ich mich anfangs gefragt, ob ich es auffangen kann, wenn jemand in große psychische Nöte gerät. Aber es ist wirklich so: Das Singen ist die Lösung. Man kann der Kraft des Singens vertrauen.

Haben Sie das Angebot während der Pandemie aufrechterhalten?

Das Schwierigste war eigentlich das dauernde Hin und Her. Zwischendurch durften wir uns ja treffen, mit viel Abstand und weiteren Einschränkungen. In den Phasen, wo gar nichts ging, habe ich einen Online-Singkreis angeboten. Viele waren sehr dankbar dafür, einige fanden sogar, das habe Vorteile. Jedenfalls hat sich das Online-Angebot sogar weiter herumgesprochen, auch dank eines Fernsehbeitrags im BR, der ganz kurz vor dem Lockdown gedreht wurde. Das Online-Singen war eine Klasse Erfahrung.

Wissen Sie von Nachahmenden? Und was würden Sie potenziellen Nachahmer:innen empfehlen?

Soviel ich weiß, gibt es kein zweites solches Projekt. Leider sind ähnliche Initiativen an pekuniären Hürden gescheitert, man braucht ja einen Raum und auch ein gewisses Honorar. Insofern bin ich dem Bestattungshaus Aetas sehr dankbar dafür, dass sie auch Durststrecken durchgestanden haben. Eine wichtige Empfehlung wäre also: Sponsoren suchen! Auch der Kontakt zu der inzwischen recht bekannten Initiative «Singen-de Krankenhäuser» könnte ein Ausgangspunkt sein.

Das Gespräch führte Jürgen Hartmann. Er ist Musikwissenschaftler, arbeitet als Dramaturg bei einem Musikverlag, lebt an der Wesermündung und liebt neben der Musik und dem Gesang seinen Garten.

