



SPIRITPROTOKOLL

## Kraftvolles Klangfeld

Der Stimme freien Lauf zu lassen, setzt heilende Kräfte frei: In seinen Kursen erlebt der Gesangslehrer Markus Lemke das immer wieder

**H**alleluja.« Das alte Wort klingt hier ganz anders. So eigen, total lebendig. Zehn Menschen sitzen mit mir zusammen im Kreis und singen »Halleluja«, nur dieses eine, einzige Wort. Es gibt keine Noten, wir lassen die Töne einfach in uns entstehen, wie sie gerade kommen. Die eine singt das Wort in starken Rhythmen, andere verströmen es in leisen Melodien in hoher Lage. Manche klinken sich bei anderen ein, einer spricht das Wort in verschiedenen Lagen und Betonungen. Und auf ganz eigene Weise wirkt das alles zusammen, entsteht ein kraftvolles Klangfeld.

»Stimme darüber hinaus ...« heißt der Kursus, den ich seit einiger Zeit in meinem Wohnort Bammental bei Heidelberg und verschiedenen Seminarhäusern anbiete. Da singen wir Kraftworte wie »Halleluja« oder »Shalom« oder einfach »Freude«. Wir singen diese Worte immer wieder und lassen unseren Stimmen freien Lauf. Es gibt kein Richtig oder Falsch: Alle Töne sind willkommen und wertvoll. Gerade die schrägen Töne entpuppen sich oft als das Salz in der Klang-Suppe. Und immer machen wir dabei die Erfahrung, wie heilsam dieser freie Gebrauch unserer Stimme ist, wie sehr uns das Singen verbindet und auch zu einer spirituellen Erfahrung wird.

Von Haus aus bin ich Konzertsänger und Diplommusik- und Gesangslehrer. Ich singe Solopartien als Bassbariton in Oratorien oder bei Liederabenden. Oft werde ich für Bach-

Oratorien in Kirchen verpflichtet, zum Beispiel für die Christusrolle in der Matthäuspassion. Konzerte singen ist schön – aber irgendwann habe ich gemerkt, dass es mir nicht reicht, allein dort oben zu stehen und den Leuten was vorzusingen. Und dann habe ich auf einer Reise nach Indien beobachtet, wie die Menschen dort ihre Gebetsketten in der Hand hielten und zu jeder Perle einen Namen oder Klang wiederholten. Das berührte mich sehr. Denn wenn man so einen Namen immer wiederholt und das auch aushält, schwingt im Innern eine Saite an. Man kann das die Seele nennen oder Brahma oder den »inneren Christus«, wie Meister Eckhart sagen würde. Es ist aber nicht wichtig, wie man das nennt. Ich selbst bin protestantischer Christ, aber meine Kurse sind für Menschen aller Weltanschauungen offen.

Für mich war das Singen von Anfang an ein Befreiungsweg: Ich war ein zurückhaltendes, schüchternes Kind, aber mit sechzehn hat mich ein Freund in einen Chor mitgenommen. Der Eingangsschor der Matthäuspassion »Kommt, ihr Töchter, helft mir klagen« wurde für mich zur Initialzündung: Ich war so bewegt, dass mir die Tränen kamen, und spürte – ganz körperlich – die befreiende Wirkung des Singens.

In meinen Kursen singen wir nun Lieder aus allen Religionen, zum Beispiel die Gesänge aus Taizé, den jüdischen Kanon »Hinney mah tov« oder das hinduistische »Om Purnam Adah«. Dann einigen wir uns auf ein Kraftwort und improvisieren. Es ist erstaunlich, wie verschieden diese Worte beim Singen wirken: Aus dem »Halleluja« wird oft ein Jubilieren, ja manchmal sogar eine Art Jodeln. Bei den Worten »Friede« oder »Shalom« dagegen breitet sich ein ruhiger Klangteppich aus: »Hoooooooooh«. Oder ein ganz leises »Dididididüüüüh«. Das dauert meist so drei bis vier Minuten, bis es von selbst verklingt. Das Wort »Feuer« dagegen bringt die Klänge so zum Lodern, dass es richtig heiß wird und ich manchmal »Stopp« rufen muss, um es zu löschen.

Wir »betönen« uns auch gegenseitig mit heilenden Klängen. Wenn beispielsweise eine Teilnehmerin beklagt, dass sie keine Mutterliebe bekommen hat, kann sie das hier benennen und sich dann in die Mitte des Raumes setzen. Die Tönenden bewegen sich auf sie zu und besingen sie mit wohligen leisen Melodien – wie ein immer wieder variiertes Kinderlied. Auch der Name der Teilnehmerin wird gesungen, lustvoll und positiv, in einer Art, die ausdrückt: »Wie schön, dass du da bist.«

Da ich neben meinem Sängersein auch Gestalttherapeut geworden bin, weiß ich, dass dieses Singen ein »Nachnähren« oder »Be-Eltern« bewirken kann, sodass sich ein schmerzhaft leerer Raum allmählich füllen und heil werden kann. Die so Betönten empfinden es manchmal wie ein uraltes archaisches Stammesritual, fühlen sich gewürdigt, beschenkt und gestärkt.

Manchmal muss ich dabei an Orpheus denken, den göttlichen Sänger der griechischen Mythologie. Der konnte mit seinen Liedern sogar Steine bewegen und zum Weinen bringen. Rainer Maria Rilke hat das in seinen »Sonetten an Orpheus« so beschrieben: »In Wahrheit singen ist ein ander Hauch. / Ein Hauch um nichts. Ein Wehn im Gott. Ein Wind.« Protokoll: Eva-Maria Lerch