

## Wolfgang Bossinger



Seit mehr als zwanzig Jahren beschäftigt sich Wolfgang Bossinger (52) mit der Erforschung des heilenden Potentials von Musik und Gesang. Mit Hanns-Horst Bauer unterhielt sich der auch am Göppinger Christophsbad tätige Therapeut über Baby-Talk, DSDS und Selbstwertgefühl.

# „Singen auf Rezept“

Wolfgang Bossinger über „stimmige“ Krankenhäuser und Klangapotheken

Herr Bossinger, an den Beginn Ihres Standardwerks „Die heilende Kraft des Singens“ stellen Sie ein Zitat Yehudi Menuhins: „Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen.“ Wie kommt der große Geigenvirtuose zu dieser Aussage?

WOLFGANG BOSSINGER: Man kann davon ausgehen, dass Kleinkinder ihre primären Erfahrungen von Geborgenheit, Zugehörigkeit und Kommunikation durch Gesang oder Singsang machen. Man spricht vom „Baby-Talk“, wenn Mütter mit ihren Babys und umgekehrt Babys mit ihren Müttern kommunizieren. Durch Wimmern, Schreien, Lallen, Juchzen nehmen starke positive Emotionen transportiert, durch Wiegenlieder und Trostlieder beispielsweise. Nicht nur für die Entwicklung von frühgeborenen Kindern

sind Musik und Gesang enorm wichtig, wobei man nicht sagen kann, welche Stücke besonders gut ankommen. Eine Klangapotheke gibt's in der Musiktherapie nicht.

Müssen vermeintlich unmusikalische Eltern für ihre Kinder unbedingt selber singen? Reicht es da nicht, wenn man eine der zahlreichen CDs mit Wiegen- oder Kinderliedern in den Player legt, auf der berühmte Chöre oder große Opernsänger „Der Mond ist aufgegangen“ oder „Hoppe, hoppe Reiter“ singen?

BOSSINGER: Es reicht auf gar keinen Fall, eine Spieluhr aufzudrehen oder eine Disc einzulegen. Enorm wichtig für das Kind ist die unmittelbare körperliche Erfahrung des Singens und Gewiegterwirdens. Positiv an diesen Editionen ist aber zweifellos, dass so die alten Lieder wieder ins Gedächtnis gerufen werden, denn das Singen als Alltagskultur zerfällt heute ja mehr und mehr.

Welche Erinnerungen haben Sie ganz persönlich an Musik und Gesang in Ihrer Kindheit? Wurde Ihnen die Begeisterung dafür bereits sprichwörtlich in die Wiege gelegt?

BOSSINGER: Meine Mutter hat sehr gerne und oft mit mir gesungen. Fasziniert hat mich als Kind aber vor allem, mit welcher Hingebung meine Oma gesungen und übrigens auch Märchen erzählt hat. Auch die Mundharmonika meines Vaters hatte es mir als Kind angetan, so sehr, dass ich sie im Lauf der Zeit buchstäblich demoliert habe. Als Jugendlicher habe ich dann Gitarre und Querflöte gespielt und Jugendgruppen im kirchlichen Bereich begleitet. Dabei habe ich das Singen ganz intensiv als Gemeinschaft bildendes Medium erlebt.

War das bereits der Auslöser für Ihren heutigen Beruf?

BOSSINGER: Eher nicht. Meine Schlüsselerlebnisse hatte ich erst auf den Reisen, die mich nach dem Abitur nach Griechenland, Israel, Ägypten, Brasilien, in die Türkei und den Sudan geführt haben. Da habe ich zum ersten Mal Musik als internationale Sprache kennen und schätzen gelernt. Besonders gern erinnere ich mich an drei Wochen auf dem Sinai, wo wir – Christen, Juden und Araber – am Lagerfeuer friedlich miteinander gesungen haben. Es war eine tolle Erfahrung zu erleben, wie das Singen Menschen mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund emotional miteinander verbinden kann. Diese Kraft des Singens habe ich auch noch im Zusammenhang mit spirituellen Zeremonien und Heilungen im Trancezustand kennengelernt. Das hat mich total fasziniert, weil man hier gesehen hat, wie Musik sogar das Bewusstsein des Menschen verändern kann.

Als Musiktherapeut haben Sie sich im Laufe der Zeit dann mehr und mehr mit dem Singen beschäftigt. Wie kam es dazu?

BOSSINGER: In der therapeutischen Praxis habe ich, zunächst bei der Arbeit mit krebskranken Kindern, beobachtet, welche befreienden Möglichkeiten im Singen stecken. Einen großen Einfluss auf mich hatte weiterhin meine langjäh-

rige Beschäftigung mit der Bedeutung des Singens in spirituellen Traditionen und bei Naturvölkern und der Austausch mit Wissenschaftlern zu den Themen Singen und Gesundheit.

Voraussetzung dafür, dass ich mich durch Singen therapieren lasse, ist aber doch, dass ich mich auch zu singen traue. Wie bringen Sie unmusikalische Menschen dazu, aus sich herauszugehen und zu singen?

BOSSINGER: Unmusikalisch gibt es nicht. Die Musiktherapie geht davon aus, dass wirklich jeder Mensch musikalisch ist, auch wenn für viele das (Vor-)Singen in der Schule eine

„Es gibt keine Fehler, sondern nur Varianten“

Tortur war und sie vielleicht für ihr ganzes Leben traumatisiert hat. Es geht nicht um richtig oder falsch, sondern um Authentizität. Es gibt keine Fehler, sondern nur Variationen. So habe ich angefangen Seminare für Amateursänger anzubieten, wo jeder kommen und mitsingen konnte, Notenkenntnis nicht vorausgesetzt! Der Erfolg war überwältigend, fast schon etwas unheimlich.

Wie erklären Sie sich diesen Erfolg?

BOSSINGER: Bei Musikprofis und bei den Medien findet man oft eine sehr elitäre Musikauffassung vor, wonach Musik nur auf höchstem Level wirklich wertvoll sei. Das entmutigt viele Amateure. Da hatten solche Seminare eine geradezu befreiende Wirkung.

Und was ist mit der Musik als Kunstform, die sich über Jahrhunderte hinweg entwickelt hat?

BOSSINGER: Ich kann gut damit leben, dass Musik als Kunstform und Kulturleistung etwas sehr Wertvolles ist, aber das ist für mich nur eine Spezialisierung. In erster Linie ist Musik für alle da.

Das zeigt sich auch bei dem von Ihnen initiierten Netzwerk „Singende Krankenhäuser“, das im Göppinger Christophsbad seinen Anfang nahm und mittlerweile international seine Kreise zieht. Wie hat die Klinikleitung seinerzeit auf Ihre revolutionären Ideen reagiert?

BOSSINGER: Von Anfang an begeistert und offen. Dr. Hermle, der ärztliche Direktor der Klinik und Chefarzt der Psychiatrischen Abteilung, ist überzeugt vom „Heilsamen Singen“, das die schulmedizinische Behandlung aus Psychotherapie und Medikamenten ergänzen soll. Positiv sieht er auch, dass die Klinik sich mit diesem Angebot nicht nur stationären und ehemaligen Patienten, sondern auch Außenstehenden öffnet. Die „Singenden Krankenhäuser“ sind übrigens kein esoterischer Schnickschnack, sondern werden durch aufwendige Studien von einem wissenschaftlichen Beirat begleitet.

Welche „heilenden Kräfte“ kann das Singen dort und anderswo entfalten?

BOSSINGER: Dazu muss man zunächst beachten, dass die Stimme ein Teil unseres Körpers ist. Wenn wir singen, benutzen wir praktisch den Körper als Musikinstrument.

„Die Stimme ist Teil unseres Körpers“

Der ist hochmusikalisch in dem Sinne, dass Rhythmen in uns schwingen und Gesundheit sehr eng mit dem harmonischen Zusammenwirken dieser Rhythmen verbunden ist.

Was bedeutet das ganz konkret für die Gesangstherapie?

BOSSINGER: Singen führt zur Ausschüttung verschiedener Botenstoffe, die glücklich machen, leistungssteigernd sind, antidepressiv wirken und gleichzeitig Stresshormone abbauen. Singen stärkt aber auch schon nach kurzer Zeit unser Immunsystem durch eine vermehrte Produktion von Immunglobulin A. Diese Antikörper sitzen in den Schleimhäuten und bekämpfen Krankheitserreger bereits beim Eindringen in den Körper. Singen bietet also einen erhöhten Schutz vor Infektionen wie etwa Erkältungen.

Das heißt, der Arzt sollte statt Tabletten das Singen verschreiben?

BOSSINGER: Ja, Singen auf Rezept, das wäre zumindest eine gute Ergänzung. Wir wollen auch, dass die Kranken-, beziehungsweise Gesundheitskassen das Singen fördern, nicht nur als Teil von Prävention, sondern auch für kranke Menschen.

Welche weiteren gesundheitsfördernden Wirkungen hat denn das Singen noch?

BOSSINGER: Durch Singen wird die Atmung vertieft und rhythmisiert, was sich günstig auf das Herz-Kreislauf-System auswirkt. Neben der anregenden Wirkung bestimmter stark rhythmisch geprägter Gesangsformen, Gospelsongs zum Beispiel, spielt heute auch die entspannungsfördernde Wirkung des Singens, etwa beim einfachen „Vokaltönen“, eine wichtige Rolle.

Was bedeutet es, wenn man nicht allein unter der Dusche oder im Auto, sondern in einer Gruppe singt?

BOSSINGER: Gemeinsames Singen hat eine starke verbindende Kraft, die das Selbstwertgefühl stärkt und Lebensfreude vermittelt, und das in jedem Alter.

Spaß machen soll Zuschauern wie Teilnehmern auch „Deutschland sucht den Superstar“ bei RTL. Können

### STECKBRIEF

Wolfgang Bossinger, 1960 in Memmingen geboren, beschäftigt sich seit mehr als 20 Jahren mit der Erforschung des heilenden Potentials von Musik und Gesang. Nach dem Studium der Musiktherapie von 1982 bis 1987 in Heidelberg und anschließender Forschungstätigkeit an der Universität Ulm in der Musiktherapie arbeitet er seit 1988 fest an der Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie Christophsbad Göppingen als Musiktherapeut sowie freiberuflich. Er leitet mit der Musikpädagogin Katharina Neubronner die Akademie für Singen und Gesundheit und engagiert sich über die Grenzen Deutschlands hinaus durch rege Seminar-, Vortrags- und Publikationstätigkeit für die Entwicklung einer neuen Alltagskultur des Singens und der Verbreitung des Wissens über die gesundheitsfördernden und sozialen Wirkungen von Gesang.

In vielen Veröffentlichungen, Buch- und Filmproduktionen sowie Rundfunk- und Fernsehsendungen setzt sich der auch als Singer und Songwriter tätige Musiktherapeut mit der „Heilenden Kraft des Singens“, so der Titel seines Standardwerks, auseinander. Wolfgang Bossinger ist Begründer und Ehrenvorsitzender der „Singenden Krankenhäuser e.V.“, einem internationalen Netzwerk zur Förderung des Singens in Gesundheitseinrichtungen sowie Vorstandsmitglied in der „Deutschen Stiftung Singen“ und bei „Il Canto del Mondo e.V.“.

Seit vielen Jahren ist er als Dozent an verschiedenen Hochschulen und Fortbildungseinrichtungen tätig. Sein zusammen mit Katharina Neubronner geleiteter Chor „Sing to be happy“, der sich regelmäßig im Christophsbad trifft, ist offen für Patienten, ehemalige Patienten, Mitarbeiter des Klinikums und alle Interessierten. Infos unter [www.healingsongs.de](http://www.healingsongs.de). hbb

ten Sie sich vorstellen, als DSDS-Juror neben Dieter Bohlen und den Kaulitz-Brüdern zu sitzen?

BOSSINGER: Auf gar keinen Fall. Hier wird Singen nicht als Miteinander, sondern als Gegeneinander, oft als harter Wettkampf gesehen. Da



werden die Kandidaten in zum Teil menschenverachtender Weise vorgeführt und abqualifiziert. Positiv ist allerdings, dass junge Leute durch solche Sendungen das Singen für sich wiederentdecken.



Wolfgang Bossinger: „Die Musiktherapie geht davon aus, dass wirklich jeder Mensch musikalisch ist.“  
Fotos: Hanns-Horst Bauer

### CHARAKTERKÖPFE

In der Reihe Charakterköpfe erschienen zuletzt Interviews mit dem Ballettstar Egon Madsen, der Knigge-Expertin Carolin Lüdemann, dem „Pur“-Sänger Cherry Gehring, dem Sänger Dieter Thomas Kuhn, dem Pianisten Martin Stadtfeld, dem Schauspieler Walter Renneisen, dem Paralympics-Goldmedaillengewinner Markus Rehm, dem langjährigen Chefdirigenten des WDR-Rundfunkorchesters Curt Cremer, dem Kabarettisten Willy Astor, dem erfolgreichsten Bürgermeister Deutschlands Jürgen Spahl, der Ordensfrau Teresa Zukic, dem Songwriter und Rocksänger Chris Thompson, dem international gefragten Organisten und Kirchenmusikdirektor Kay Johannsen, dem Zauberkünstler Andy Häußler, der Kabarettistin Heike Sauer, der Romanautorin Petra Durst-Benning, dem Schlagerstar Peter

Kraus, der Rektorin der Staatlichen Hochschule für Musik und Darstellende Kunst in Stuttgart, Dr. Regula Rapp, dem Theologen Martin Dreyer, dem WMF-Küchenchef Markus Jüngert, dem Unternehmer und Kanzlersohn Walter Kohl, dem Web-Experten Ibrahim Evsan, dem Musik-Kabarettisten Fabian Schläper, dem Entertainer Dieter Kallauch, dem langjährigen Faurndauer Pfarrer Walter Scheck, dem Comedy-Star Bülent Ceylan, der Ex-Primaballerina und Direktorin des Karlsruher Staatsballets Birgit Keil und dem Coach, Moderator und Buchautor Cristián Gálvez, der bayrischen Schauspielerin Gerda Steiner, der Ex-Fußballschiedsrichterin und Managementtrainerin Sabine Asgodom, dem Kabarettisten Werner Koczvara und dem Mittelstandsberater Wolf Hirschmann.