

Mittendrin singen

Mittendrin, Mai 2026

Singen macht glücklich. Auch allein singen kann Freude machen. Aber vor allem: Singen verbindet. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass „zäme singe“ – nicht nur das, was wir jeweils mittwochs tun! – ganz viele positive Effekte auf die Gesundheit hat. Es stärkt das Immunsystem. Es stabilisiert den Kreislauf. Es verbessert die Atmung. Menschen, die in einer Gruppe singen, fühlen sich wohl. Es harmoniert! Ja, die Töne, die Akkorde, auch die dissonanten, „falsch klingenden“, schenken Wohlbefinden. Gemeinsam singen funktioniert nur, wenn man auf einander hört. Und dann geht die Post ab! Es groovt. Nicht nur musikalisch, sondern überhaupt: Atmung und Puls der Sängerinnen und Sänger gleichen sich einander an. Ist das nicht erstaunlich?

Nun war dieses Wochenende wieder einmal Gospel-Workshop mit Andreas Hausammann. Herausfordernd. Grossartig! Mit mehr als zwanzig Teilnehmern, Männern und Frauen. Sopran, Alt und Tenor. Es wurde dreistimmig gesungen. Und das war oftmals nicht ganz einfach. Aber toll. Ich schloss mich dem Alt an. Das ist die Stimme „mittendrin“, zwischen dem Sopran, den hohen Tönen, und dem Tenor, den ebenfalls hohen und doch tiefer klingenden Männerstimmen. Die Männer wurden, wohl auch des Bildes wegen, mittendrin, zwischen den beiden Frauenstimmen, platziert. Und vermutlich auch, weil Sopran und Alt stimmlich oft recht nah beieinander liegen. Das macht es mitunter schwierig, die eigene Tonlage zu halten. Aber wer nun denkt, jetzt sei alles ganz einfach, der irrt. Es ist ja so, dass jede und jeder auch noch zwischen zwei andern steht. Und andere vor und hinter sich hat. Wenn diese Nachbarn in der gleichen Stimme singen, können sie sich helfen. Aber die Chance, gleich neben der Nachbarstimme zu stehen, zu singen, ist gross. Da braucht es Durchhaltevermögen, damit man die eigene Melodie singt und sich nicht vom Nachbarn mitreissen lässt...

Also, ich war ganz froh, dass es im Alt ein paar starke Stimmen hatte, auf die ich hören konnte. Und auch, dass meine Stimme so stark ist, dass ich auch mich selber hörte. Ja – auch im Chor soll man nicht nur auf die andern hören, sondern auch auf sich selber. Und auch nicht nur auf sich selber, sondern auch auf die andern. Sonst geht die Harmonie flöten und man findet den rechten Ton nicht mehr.

Darum: Liebe Mitmenschen, singt und musiziert! Sucht und findet die Harmonie! Geniesst die Dissonanzen, die Spannung erzeugen, wenn sie sich auflösen! „Wenn alle gemeinsam singen würden, gäbe es keine Kriege.“ Dieser Satz stammt nicht von mir – ich weiss aber auch nicht mehr, wo ich ihn gehört oder gelesen habe.

Übrigens: Auch 2027 gibt es wieder einen Gospel-Workshop und den Gospel-Gottesdienst: am 22. und 23. Mai! Noch fast ein Jahr Vorfreude! 😊

Maggie Rüeger