

Die spirituelle, gesundheitsfördernde Dimension der Musik im Generellen und des (gemeinsamen) Singens im Speziellen

**Arbeit für das CAS „Spiritual Care“ der Berufsmusikerin Daniela
Schumacher Helfenberger, Bern. Studienleitung: Dr. Claudia Kohli
Reichenbach. Universität Bern, theologische Fakultät**

Oktober 2016



Bild des von der Autorin geleiteten Vokalensembles „Tirami-Via“
Foto: Michael Meier

Autorin

Daniela Schumacher, Wiesenstrasse 59, 3014 Bern
www.danielaschumacher.ch

Inhalt

1. Von der existentiellen Bedeutung der Musik für uns Menschen	6
2. Spiritualität und Transzendenz in Bezug zur Musik	8
3. Warum wir gerne Musik hören	10
4. Selber musizieren. Unterschied Instrument und Singen	11
5. Warum Singen gesund ist sowie einige Aspekte des Gesangsunterrichts	12
6. Gemeinsam singen und Rahmenbedingungen für ein beglückendes Erleben	13
7. „Gesang hilft mir, mein Herz zu öffnen“	14
8. Literaturverzeichnis mit Quellenangaben der Zitate	16

Anhänge

1. Singen heisst atmen. Bedeutung der Atmung und der Resonanz	1
2. Praxisteil für die Atmung und die Resonanz	3
3. Exemplarisches Einsingen mit einer Gruppe	4
4. Noten	7