

SWR2 Wissen

## **Wie wir uns an Musik erinnern**

Von Christoph Drösser

Sendung vom Dienstag, 3. August 2021, 8.30 Uhr

Erst-Sendung: Montag, 3. Februar 2020, 8:30 Uhr

Redaktion: Sonja Striegl

Regie: Autorenproduktion

Produktion: SWR 2020

**Wie viele Musikstücke wir Menschen im Gedächtnis abspeichern, ist nicht bekannt. Je heftigere Emotionen mit ihnen verbunden sind, desto schneller und dauerhafter erinnern wir uns an sie.**

SWR2 Wissen können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter [www.SWR2.de](http://www.SWR2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:  
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/swr2-wissen-podcast-102.xml>

---

### **Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?**

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder [swr2.de](http://swr2.de)

### **Die SWR2 App für Android und iOS**

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...  
Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

## MANUSKRIFT

*Musik: „Lola“ von den Kinks*

### **Sprecher:**

Ich war 12 Jahre alt, als „Lola“ von den Kinks in die Hitparaden kam. Zum Geburtstag bekam ich ein kleines Transistorradio, an dessen winzigen Lautsprecher ich mein Ohr drückte, um die neuesten Hits auf Radio Luxemburg zu hören. Die Single von „Lola“ war meine erste Schallplatte. Natürlich werde ich das Lied nie vergessen. Aber wie genau kenne ich es? Sehr genau. Wenn die ersten beiden Gitarrenakkorde irgendwo im Radio erklingen, weiß ich sofort, um welchen Song es sich handelt.

„Lola“ ist mit allen Einzelheiten für immer in meinem Gedächtnis eingebrannt. Zusammen mit Tausenden anderen Musikstücken.

### **Ansage:**

Wie wir uns an Musik erinnern. Von Christoph Drösser.

### **Sprecher:**

Der Anfangsakkord von „Lola“ ist nicht besonders ausgefallen, im Gegenteil. C-Dur auf der Gitarre, das ist einer der ersten Griffe, den jeder Gitarrenschüler und jede -schülerin lernt. Hunderte Lieder beginnen damit, aber nur „Lola“ klingt so wie „Lola“. Ich kann verschiedene Aufnahmen des Liedes voneinander unterscheiden. Und ich erkenne den Song sogar in einem Tonschnipsel, der nur eine halbe Sekunde lang ist.

*Musik: „Lola“*

### **Sprecher:**

Für die meisten ist diese Gedächtnisleistung etwas Selbstverständliches, aber man muss sich klar machen, was mein Gehirn dabei leistet: 500 Millisekunden Ton, eine gezackte Linie von Druckschwankungen, die mein Ohr erreicht. Zu kurz, um eine Melodie oder einen Rhythmus zu erkennen. Nur aus der Klangfarbe, dem Timbre erschließe ich mir ein ganzes Lied.

Sie können das auch. Ich spiele Ihnen gleich eine halbe Sekunde aus einer Aufnahme vor, fünf Stücke gebe ich Ihnen zur Auswahl: „Help“ von den Beatles, die 40. Sinfonie von Mozart, „Wonderwall“ von Oasis, das C-Dur-Präludium von Bach und „Wuthering Heights“ von Kate Bush. Sind Sie soweit? Hören Sie mal:

*Musik: Mozart*

### **Sprecher:**

Und wie ist es hiermit?

*Musik: Kate Bush*

Richtig, das erste war Mozart, das zweite Kate Bush. In Experimenten haben Hörerinnen und Hörer Tonschnipsel von 100 Millisekunden Dauer korrekt

identifizieren können, also eine Zehntelsekunde, nur ein Fünftel von dem, was Sie eben gehört haben.

Gibt es einen Ort im Kopf, wo all diese Eindrücke gespeichert werden? Barbara Tillmann von der Universität von Burgund in Dijon ist eine der bekanntesten Hirnforscherinnen, die sich auf Musik spezialisiert haben. Sie erklärt, dass die Vorstellung eines „Musikzentrums“ im Gehirn falsch ist.

**O-Ton Barbara Tillmann:**

Selbst bei der Sprache würde keiner mehr sagen, es gibt ein Sprachzentrum, sondern es ist halt schon ein neuronales Netzwerk im Gehirn, wo verschiedene Regionen zusammenarbeiten. Und was vorgeschlagen wurde oder was jetzt untersucht ist, ist, dass für die Musik diese Vernetzung, diese Zusammenarbeit von verschiedenen Gehirnzentren vielleicht nochmal stärker ist sowohl bei der Musikwahrnehmung als auch beim Gedächtnis oder dann bei der Musikvorstellung.

**Sprecher:**

Der Rhythmus wird von einer anderen Hirnregion verarbeitet als die Melodie oder die Klangfarbe. Und ähnlich wie das Internet aufgrund seiner verteilten Struktur gegen den Ausfall einzelner Netzknoten immun ist, ist auch unser Musikgedächtnis sehr robust, selbst wenn die Hirnleistung nachlässt, darauf kommen wir später zu sprechen.

Aber vieles ist dabei noch unerforscht. Wir wissen nicht einmal, wie viele Musikstücke wir im Lauf des Lebens auf unserer inneren Festplatte abspeichern, sagt Eckart Altenmüller von der Hochschule für Musik, Theater und Medien in Hannover, einer der bekanntesten deutschen Musikforscher.

**O-Ton Eckart Altenmüller:**

Es sind sicher Tausende, wenn nicht Zehntausende. Es hat bisher noch niemand gezählt. Das hat mich immer total überrascht, dass man ja ungefähr weiß, wie groß der Wortschatz eines Menschen ist, eines gebildeten oder eines weniger gebildeten Menschen. Aber wie groß der Musikschatz ist, dazu gibt's nicht die geringsten Anhaltspunkte. Ich würde es auf Motive beziehen, also zum Beispiel Bab-bap-bap bamm [Beethovens 5., Thema unterlegen] ist ja ein Motiv. Und das zweite Thema, da die da da da da [Thema unterlegen], das wäre das zweite Stück. Und da haben wir sicher Zehntausende.

**Sprecher:**

Unser Gehirn ist ständig auf Aufnahme und saugt begierig alles auf, was wir hören. Dabei ist es zunächst mal egal, ob uns die Musik gefällt oder nicht. Alles wird gespeichert, eine Löschtaste gibt es nicht, und manche Melodien oder Werbejingles verfolgen uns über Jahrzehnte.

Wie gut wir uns an Klangfarben erinnern, haben wir am Anfang schon gehört – da reicht ein extrem kurzes Signal, um die Erinnerung hervorzurufen. Melodien sind etwas Abstrakteres. Sie entwickeln sich über die Zeit, und unser Gehirn empfindet große Lust dabei, ständig Hypothesen aufzustellen, wie die Musik wohl weiter geht

und um welches Lied es sich handeln mag. Auch dazu ein kleines Experiment: Ich spiele Ihnen erst zwei, dann drei, dann vier Töne einer Melodie vor. Heben Sie mal innerlich die Hand, wenn Sie glauben, die Melodie erkannt zu haben!

*Musik: „Für Elise“ erst zwei, dann drei, dann vier Töne*

**Sprecher:**

Wenn Sie schon nach zwei Tönen „Für Elise“ von Beethoven gerufen haben, dann gehören Sie zur Mehrheit – in einem Experiment haben 56 Prozent der Probanden schon nach zwei Tönen das Stück genannt. Bei anderen Melodien dauert es länger – hören Sie sich das hier an:

*Musik: Hochzeitsmarsch*

**Sprecher:**

Hier haben nach vier Tönen erst 19 Prozent der Probanden ein Lied erkannt. Es gibt nämlich mehrere populäre Melodien, die so anfangen.

*Musik: Hochzeitsmarsch und „O Tannenbaum“*

**Sprecher:**

Wenn Sie das Spiel mitgespielt haben, dann haben Sie Ihr musikalisches Lexikon auf ziemlich systematische Weise durchsucht und sozusagen mit jedem neuen Ton diejenigen Melodien aussortiert, die nicht zu diesem Anfang passen, bis nur noch eine übrig blieb. Das klingt fast wie eine Suche in einer Computerdatenbank – aber die Analogie zu der Festplatte, auf der wir im Computer unsere Musik speichern, stimmt nur bedingt. Denn wir können nicht beliebig in diesem Lexikon blättern. Musikalische Erinnerungen kommen meist sehr spontan, ausgelöst durch einen externen Reiz.

**O-Ton Eckart Altenmüller:**

Das heißt, sie gehen irgendwie unaufmerksam am späten Abend durch die Stadt und hören irgendwo aus der Fußgängerzone von ferne den Melodiefetzen da dadam [unterlegt: „Yesterday“]. Und sofort ist bei ihnen das gesamte „Yesterday“ von den Beatles im Kopf. Das wird dann praktisch blitzschnell aktiviert, weil diese hochkomplexen Netzwerke, wahrscheinlich als Ganzes abgespeichert, über die Emotionen angefeuert werden. Wie das genau passiert, weiß man nicht. Jedenfalls kann als Priming-Reiz sowohl eine Melodie wie auch ein Rhythmus wie auch der Text wie auch ein Gesicht, was Paul McCartney ähnlich sieht, sein. Wir können alles abrufen, was eben auch stark mit den Emotionen verbunden ist, und da bleibt eben diese Gedächtnis-Qualität am besten erhalten.

**Sprecher:**

Musik kann uns zurückversetzen in Situationen, die für uns wichtig waren. Ich habe einige Freunde und Bekannte danach gefragt. Die österreichische Sängerin Clara Blume verbindet mit dem Lied „Over the rainbow“ eine besondere Erinnerung.

*Musik: „Over the Rainbow“ von Judy Garland*

**O-Ton Clara Blume:**

Von klein auf habe ich jeden Sommer bei meinen Großeltern in Madrid verbracht. Meine Großmutter, ein großer Liebhaber amerikanischer Filme, hat mir am Ende des langen Sommers zum Abschied immer dasselbe Lied vorgesungen: (singt) Somewhere over the Rainbow ... in der Hoffnung, dass wir einander sehr bald wiedersehen werden. Als ich dann selber zum Studium nach Madrid zog und sie zu einem meiner Klassenabende im Konservatorium einlud, widmete ich ihr ebendiesen Song. Sie begann sofort heftig zu schluchzen und war kaum zu trösten. Mein Großvater war kurz zuvor verstorben. Bei ihrem eigenen Begräbnis schließlich fehlten mir die Worte. Aber mit dem Lied war alles gesagt.

**Sprecher:**

In der Verknüpfung von Höreindruck und Gefühl liegt das Geheimnis der Musik. Kaum eine musikalische Erinnerung ist emotional neutral, das Gefühlszentrum im Gehirn wird immer mit angesprochen. Und das natürlich umso mehr, je intensiver die Gefühle waren, die wir beim ersten Hören empfunden haben. Es gibt eine Lebensphase, da ist diese Verbindung am intensivsten – von der Pubertät bis ins junge Erwachsenenalter, erzählt der Musikforscher Stefan Kölsch, der im Moment an der norwegischen Universität Bergen arbeitet.

**O-Ton Stefan Kölsch:**

In der Tat ist es so, dass zumindest die Hörer von Spotify, denn mit denen wurde so ne Analyse durchgeführt, überhäufig Stücke hören, die veröffentlicht wurden, als die Frauen 13 Jahre alt waren und die Jungs beziehungsweise die Männer 14 Jahre alt. Und es ist natürlich so, dass wir alle in diesem Alter bestimmte Erfahrungen machen, die emotional auch besonders intensiv sind. Die erste Liebe, der erste Kuss und so weiter. Die erste Musik, vielleicht selber gekauft, meistens Musik, die die Eltern jetzt vielleicht gar nicht so toll fanden.

**O-Ton Eckart Altenmüller:**

Musik in der Persönlichkeitsentwicklung ist auch Entwicklung einer Identität. Und viele der heutigen Jugendlichen haben eben bei den vielen Musiken, die sie in ihrem Umfeld finden, die Möglichkeit, sich zwischen Identitäten zu entscheiden, sich für einen Weg, das heißt auch für eine Freundesgruppe, zu entscheiden. Und das ist natürlich ein wichtiger, ganz entscheidender Schritt in der Autonomie der Persönlichkeit. Und so was behält man.

**Sprecher:**

Eckart Altenmüller selbst kann sich noch ganz genau an einen Tag erinnern, an dem Musik ihn entscheidend geprägt hat.

*Musik: Brahms Klavierkonzert Nr 2 B-Dur, Ellie Ney*

**O-Ton Eckart Altenmüller:**

Mein biografisches Stück ist das zweite Klavierkonzert von Johannes Brahms in B-Dur, und das ist eine Schallplatte gewesen, die ich zur Konfirmation von meiner Hausärztin bekommen habe, und ich habe sie damals gehört, da war ich 14, und ich konnte damit gar nichts anfangen. Und irgendwann so mit 16 habe ich an einem

schönen Sommertag am Fenster auf der Fensterbank gesessen. Ich hatte einen kleinen Schallplattenspieler, da habe ich die Platte wieder aufgelegt, und dann schon das Hornsolo im ersten Satz – da ist mir die Gänsehaut rübergelaufen, und ich musste weinen, wie schön dieses Cellosolo im langsamen Satz ist. Und ich habe dieses Stück derartig fulminant erlebt, es hat mich so aufgewühlt, mir solche großartigen Emotionen gegeben, dass dann mein Wunsch entstanden wurde: Das möchte ich mal selber spielen. Ich habe es dann nie so spielen können, dass ich es irgendwie jemand jeweils vorspielen könnte. Aber es ist ein Stück, was mich tatsächlich immer wieder an diesen Sommertag, wo ich auf der Fensterbank in unserer kleinen Wohnung in Rottweil sitze, und ich sehe sogar noch draußen diese Sonnenblumen, die da im Garten gewachsen sind und so weiter ... Das habe ich als eine ganz, ganz positive und wertvolle Erinnerung.

**Sprecher:**

Die australische Kulturwissenschaftlerin Lauren Istvandy hat Interviews mit vielen Menschen geführt, um herauszufinden, welche Musik sie mit einschneidenden Ereignissen in ihrem Leben verbinden. Sie nennt das den „Soundtrack des Lebens“.

**O-Ton Lauren Istvandy:**

The lifetime soundtrack is this metaphorical canon of music that accompanies your life story. So when you think about all of the things that have happened to you over your lifetime a lot of them are accompanied by music. And that's whether you meant to do it, you know, whether purposefully played music to make a memory alongside, or most of the time it's just music that happens to be on and that ends up forming this sort of long line of tunes that tell your story.

**Übersetzerin:**

Der Soundtrack des Lebens ist ein metaphorischer Kanon der Musik, die dein Leben begleitet. Wenn man über die wichtigen Ereignisse seines Lebens nachdenkt, dann sind die oft von Musik begleitet. Manchmal hat man da bewusst eine bestimmte Musik gespielt, aber meistens lief die zufällig. Und all das führt zu dieser langen Reihe von Melodien, die deine Geschichte erzählen.

**Sprecher:**

Wohlgemerkt – es geht hierbei nicht um das gesamte Lexikon der Musik, die wir kennen, und auch nicht um unsere Lieblingslieder und um angenehme Ereignisse. Der Soundtrack kann auch aus Stücken bestehen, die uns an unsere dunkelsten Stunden erinnern.

**O-Ton Lauren Istvandy:**

There's a lot of music that makes you be sympathetic to a breakup or it talks about lost love or talks about the feelings you have when you know somebody doesn't love you and you love them. And, you know, they didn't love me back. And you know that kind of music often becomes a really important part of the soundtrack. So it's certainly not music that you like all the time.

**Übersetzung:**

Es gibt eine Menge Musik, die einen etwa an Trennungen denken lässt oder an die Gefühle, die man hatte, wenn eine Liebe nicht erwidert wurde. Diese Musik wird oft

ein wirklich wichtiger Teil des Soundtracks. Es geht also nicht immer nur um Musik, die man mag.

**Sprecher:**

Und natürlich kann die Forscherin auch von den Liedern erzählen, die ihren eigenen Lebens-Soundtrack bilden. Etwa als ihr Vater beschloss, dass die Familie ihre Urlaube künftig im Zelt verbringen würde.

*Musik: Beatles, „A Day in the Life“*

**O-Ton Lauren Istvandy:**

And we travel then to an island off the coast of Queensland land where I live so it's not far from home, beautiful clear waters but quite isolated. Once you set up to camp, you wouldn't see anybody else. In the car, we had a cassette tape, it was the Beatles. We would listen to that in short bursts because we'd get in the car to go up to the shops or go for a fishing trip. So the only time you could listen to music was in the car. So we had this tape. And I remember that for a very long time I thought where „A Day in the Life“ ended was actually right in the middle of this song, because the tape cut out, so „A Day in the Life“ like cutout right in this middle part where Paul takes over singing. „Woke up, fell out of bed, dragged a comb across my head“, da da da da ... And I just thought that's where that song ended for a really long time because that was the only tape I had of the song. Even when I hear them now, I kind of expect that song to stop. But that always connects me back to that camping experience.

**Übersetzerin:**

Wir sind dann zu einer Insel vor der Küste von Queensland gefahren, wunderbar klares Wasser, aber sehr isoliert. Man trifft dort kaum eine Menschenseele. Im Auto haben wir immer eine Kassette von den Beatles gehört – immer nur kurze Abschnitte, wenn wir zum Einkaufen oder Angeln gefahren sind. Und weil das Band an einem bestimmten Punkt zu Ende war, habe ich immer gedacht, dass das Lied „A Day in the Life“ an der Stelle aufhört, wo Paul anfängt zu singen. Das habe ich eine lange Zeit geglaubt, und heute erwarte ich immer noch, dass das Lied dort aufhört. Und es lässt mich immer an diese Camping-Erfahrung zurückdenken.

**Sprecher:**

Es gibt eine Sorte Menschen, die sich viel mehr Musik merken müssen als der Normalsterbliche: Musiker. Dafür nutzen sie gleich vier Arten, um musikalische Erinnerungen zu festigen. Der niederländische Baritonsaxofonist Oscar Trompenaars, der vor kurzem vom Bron-Quartett – das sich dem Auswendigspielen verpflichtet hat – zum berühmten Rascher-Saxofon-Quartett gewechselt ist, erzählt uns von den zusätzlichen Möglichkeiten.

**O-Ton Oscar Trompenaars:**

Es gibt so ungefähr vier verschiedene Arten, wie man ein Stück auswendig lernen kann. Es gibt Leute, die nur die Muskelbewegungen im Kopf speichern. Es gibt Musiker, die sehr viel auf den Klangbewusstsein, aber auch Musiker, die vor allem theoretisch sehr stark sind und genau wissen: Ah ja, jetzt ist diese Folge, diese Tonleiter dann über diese Sequenz ende ich hier. Und visuell ja, genau, dass man

ein Foto nimmt und das dann im Kopf so liest, auch wenn die physischen Noten nicht da sind.

**Sprecher:**

Musikerinnen und Musiker erinnern sich also nicht nur an die Tonfolge, die sie spielen müssen. Sie können die Musik auch abstrakt analysieren – die Harmonien, die Tonart, die Rhythmik, ihr Körper kann sich außerdem die Abfolge der Bewegungen ihrer Muskeln beim Spielen merken und so das Körpergedächtnis nutzen. Und schließlich sind sie in der Lage, die Noten auf dem Papier zu visualisieren – mit Hilfe eines fast fotografischen Gedächtnisses. Hier ist Oscar Trompenaars persönliche Erinnerung.

*Musik: Herbie Hancock, „Watermelon Man“*

**O-Ton Oscar Trompenaars:**

Das erste Stück, was ich auswendig gespielt habe, war „Watermelon Man“, ein bekannter Jazz-Standard. Lange her in Musikschule. Dann weiß ich noch genau, welche Ton der Anfang, wie die Melodie so geht und was auch natürlich dass ich das früher sehr viel gespielt habe. Und jetzt noch immer viele mache mit meinen eigenen Schülern. Jetzt bin ich auf die andere Seite. Manchmal auch verschiedene Aufnahmen, die ich später noch gehört habe.

**Frage Sonja Striegl:**

Zucken deine Finger, weil du weißt, ich müsste jetzt das und das spielen?

**O-Ton Oscar Trompenaars:**

Wenn ich nichts dagegen mache: ja.

**Sprecher:**

Die starke Verbindung von musikalischen Erinnerungen und Gefühlen hat noch einen anderen Effekt: Unser musikalisches Gedächtnis ist sehr dauerhaft. Dauerhafter als alle anderen bewussten Erinnerungen, wie es scheint. Hirnforscher haben in jüngster Zeit eine Region im Gehirn identifiziert, das sogenannte prä-supplementär-motorische Areal, prä-SMA, das daran beteiligt zu sein scheint, erzählt Stefan Kölsch.

**O-Ton Stefan Kölsch:**

Es gibt einen Bereich im Gehirn, der sowohl für Emotionen als auch für Gedächtnis zuständig ist. Dazu kommt, dass wir auch wissen, dass dieser Teil eine Rolle spielt für „sich Bewegen zu Musik“. Und deswegen meine ich, dass es wahrscheinlich in diesem Bereich des Gehirns so etwas wie einen Emotions-Gedächtnis-Tunnel gibt, der durch Musik geöffnet werden kann. Und zwar vor allen Dingen durch Musik, die wir angenehm finden, also Musik, die Emotionen hervorruft. Und wenn dieser Tunnel geöffnet wird, dann können dort Zugriffe auf Gedächtnisinhalte stattfinden, die bei Demenzpatienten zum Beispiel schon verloren geglaubt waren.

**Sprecher:**

Katie Cofer hat das erlebt. Ihre Mutter Marjorie war dement und hatte zudem einen Schlaganfall erlitten, sie konnte schon nicht mehr sprechen. Marjorie Cofer war in ihrer Jugend Opernsängerin gewesen, und Katie fand eines Tages eine Schallplatte mit alten Demo-Aufnahmen ihrer Mutter.

*Musik: „The Pasture“ von Charles Naginski, gesungen von Marjorie Cofer*

**O-Ton Katie Cofer:**

Ein Freund von mir hat die Idee gehabt, eine CD daraus zu machen und dann für meine Mutter eine CD-Release-Party zu machen bei ihr im Heim. Und das haben wir dann organisiert, ich hab ein paar Freunde eingeladen, die sie gut kannten, und dann haben wir die CD aufgelegt. Und ich hab die ganze Zeit meiner Mutter gesagt, was wir machen und was los ist, aber da sie nicht sprechen konnte und auch dement war zunehmend, wusste ich nicht, was sie davon begreift. Aber sobald ich die CD aufgelegt hab, ist sie sofort ganz still geworden und hat mit den Augen ein bisschen nach oben geschaut und geblickt und hat ganz nachdenklich geschaut und sogar suchend, so als würde sie sich an etwas erinnern. Und dann hat sie angefangen, selbst Töne zu machen. Und das waren nicht genau die Töne, die sie gesungen hat auf der CD, aber es war so ungefähr im gleichen Register, so: ooooh, ouuuh ... sie hat ein bisschen gelallt, aber man hat ganz genau gesehen und gespürt, dass sie sehr konzentriert zuhört und sich genau an diese Musik erinnert und in sich spürt.

**Atmo:**

Alzheimer-Therapie

**Therapeutin Eva-Maria Holzinger:**

Jetzt ist vorbei mit Weihnachtsliedern, oder? Aber Fasching dauert auch noch ein bisschen. „Am Rosenmontag bin ich geboren“, das singen wir dann, wenn es soweit ist.

**Sprecher:**

Ein Singkreis für ältere Menschen in Waibstadt im Hinterland von Heidelberg. Das Besondere: Die Teilnehmerinnen und die beiden Teilnehmer sind Demenz-Patienten. Die Therapeutin Eva-Maria Holzinger singt mit ihnen Lieder, die sie aus ihrer Jugend kennen.

**Atmo mit Musik:**

„Jetzt kommen die lustigen Tage“

**O-Ton Eva-Maria Holzinger:**

Die Musik hat einfach das tolle Potenzial, dass sie sofort an die Emotionen andockt im Gehirn. Und man kann ganz unmittelbar oft Freude und Lebhaftigkeit erkennen. Die Menschen mit Demenz kommen in Kontakt miteinander, sie kommunizieren mehr. Sie fördern die Bewegung, der Fuß wippt im Takt mit oder man schunkelt, man schwingt. Auch manche, die es eigentlich gar nicht mehr können. Die versuchen dann, aus ihrem Rollstuhl aufzustehen und möchten das Tanzbein schwingen.

**Sprecher:**

Eva-Maria Holzinger berichtet auch davon, dass die Musik andere Erinnerungen wieder wachrufen kann – der Gedächtnis-Tunnel, von dem Stefan Kölsch gesprochen hat.

**O-Ton Eva-Maria Holzinger:**

Das hat man jetzt auch heute in der Gruppentherapie ganz gut einmal erkannt, dass eine Frau von sich angefangen hat zu erzählen über ihren Zustand, den sie hatte nach dem Schlaganfall, und das kam nur dadurch zustande, dass wir irgendwie ein bestimmtes Lied gesungen haben oder ich das aufgegriffen habe, was für eine Rückmeldung von ihr kam. Und das ist schon was, was ich sagen würde: Das kommt nicht einfach so im normalen Gespräch zustande, sondern die Musik hat schon eine Trigger-Funktion, auch andere Gedächtnisinhalte noch ein bisschen so wachzurufen.

**Sprecher:**

Und selbst im späten Stadium der Demenz, wenn die Patientin kaum noch ansprechbar ist, kann Musik helfen – sie wirkt beruhigend in einer Situation, in der die Menschen kaum noch einen inneren Halt haben.

**O-Ton Eva-Maria Holzinger:**

Das ist ein ganz wichtiger Punkt, weil bei der Demenz ja die Identität immer mehr verloren geht. Man weiß oft überhaupt nicht mehr, wer man ist, was um einen herum passiert. Und deswegen hat man manchmal auch diese herausfordernden Verhaltensweisen, weil die Menschen entweder irgendwie auf der Suche sind oder es manchmal so aussieht, wie wenn sie auf der Flucht wären vor irgendwas, weil sie einfach die Orientierung verlieren. Und die Musik kann dann, indem sie an Vertrautes anknüpft, strukturierend wirken, kann Bewegungen auch regulieren und kanalisieren und Halt und Geborgenheit vermitteln, dann ist es eher eine Begleitung als eine Therapie.

**Sprecher:**

Nicht nur die Jugend prägt uns, auch später gibt es noch einschneidende Erlebnisse. Zum Beispiel, wenn wir selbst Kinder bekommen. Sonja Schmer-Galunder erzählt, wie ein Lied aus dem Radio sie wie ein Blitz traf.

*Musik: Pink Martini, „Elohai, N' Tzor“*

**O-Ton Sonja Schmer-Galunder:**

Ich war im achten Monat schwanger mit meinem Sohn Niklas, gerade ein paar Wochen vor seiner geplanten Geburt Ende Dezember. Wir haben zu dieser Zeit in Minneapolis gewohnt. Es war bitterkalter Winterabend, als ich mit dem Auto durch die dunkle Schneelandschaft fuhr. Ich habe Weihnachtsmusik im Autoradio gehört, als „Elohai“ gespielt wurde. Ich hatte zu dem Zeitpunkt keine Ahnung, dass es sich um ein jüdisches Gebet handelte, das da vertont worden ist. Aber ich war plötzlich von dieser inneren Wärme erfüllt, und mein ganzer Körper war eins mit allem um mich herum, und mir kommen plötzlich die Tränen über das Gesicht. In dem Moment, ganz unerwartet wie aus dem Nichts, wusste ich auf einmal, dass Niklas' Seele angekommen war. Ich wäre fast stehen geblieben mit dem Auto, weil ich mir gedacht habe: Oh, ist vielleicht nicht so gut, jetzt da weiterzufahren.

**Sprecher:**

Viele Menschen nisten sich in ihren musikalischen Erinnerungen ein und hören zum Beispiel nur noch den Radiosender, der die Musik aus dem Jahrzehnt spielt, in dem sie jung waren. Aber es ist nie zu spät, sich in neue Musik-Stile hineinzuhören, ob das nun aktueller Pop ist oder Jazz, HipHop, Klassik oder auch die Musik einer ganz anderen Kultur. Am besten erlebt man ungewohnte Musik live – dann haben wir nicht nur einen abstrakten Klangeindruck, sondern verbinden die neuen Töne mit einem persönlichen Erlebnis. Aber egal wie viel Neues wir hören – die alten Erinnerungen bleiben unauslöschlich.

*Verwehte Melodie setzt ein: Heintje, „Schneeglöckchen im Februar“*

**Sprecher:**

Und da verbirgt sich so manches Schmuckstück, dessen Existenz wir längst vergessen haben. Vor ein paar Jahren, es war im Februar, schaute ich aus dem Fenster und freute mich darüber, dass im Garten die ersten Schneeglöckchen aus dem Boden sprossen. Ein paar Stunden später, ich hatte mich längst mit anderen Dingen beschäftigt, machte ich mir in der Küche einen Kaffee – und stellte fest, dass in meinem Kopf ein Lied in Dauerschleife spielte.

*Musik: Heintje, „Schneeglöckchen im Februar“*

**Sprecher:**

Ein Schlager von Heintje. Es kam im Frühjahr 1971 heraus, ein halbes Jahr nach „Lola“ von den Kinks, mit dem diese Sendung begonnen hat. Wahrscheinlich habe ich den holländischen Kinderstar in der ZDF-„Hitparade“ gesehen. Der Soundtrack unseres Lebens – er wird nicht von uns selbst zusammengestellt, sondern von unserem Gehirn, und dem ist nichts peinlich. Nachträglich ändern können wir ihn nicht.

*Musik: Heintje, „Schneeglöckchen im Februar“ (Schallplattenkratzen)*

\*\*\*\*\*