

# WACHET AUF, RUFT UNS DIE STIMME

## Wie uns Musik berührt – Vom Klang der Seele und der Offenheit für neue Erfahrungen und Erkenntnisse

Tagesveranstaltung mit Prof. Dr. phil. Andreas Kruse und Prof. Dr. med. Rolf Verres  
Vortrag und Klavierspiel

Freitag, 13. Dezember 2024 | 09.30 – 12.30, 13.30 – 16.30 Uhr | Volkshaus Zürich, Weisser Saal



Römisches Fresko, Casa del Bracciale d'Oro, Pompeji

Es gibt nur wenige Dinge, die derart präsent sind und einen so grossen Einfluss auf unser Leben haben wie Musik. Sie prägt uns von Geburt an und berührt uns in den Tiefenschichten unseres seelischen und emotionalen Erlebens. Aus der Neurobiologie und Neuropsychologie wissen wir, dass Musik auf allen Ebenen des Gehirns wirkt und einen direkten Zugang zu unseren Emotionen hat. Musik kann uns mit Glück erfüllen oder trösten, Schmerzen lindern, Erinnerungen wachrufen, psychische Barrieren überwinden, Stimmigkeit und inneren Frieden ermöglichen. Für die seelische und körperliche Gesundheit ist das Hören und Erleben von Musik, das Singen und Musizieren von grosser Bedeutung. Ein bewusstes Erleben von Tönen, Rhythmen, Schwingungen und Resonanzen fördert die Einheit von Denken, Fühlen und Handeln. Weil Musik eine wunderbare Möglichkeit ist, Menschen in Kontakt mit Harmonie zu bringen und Gefühle wie Dankbarkeit und Freude, Vertrauen und Hoffnung erleben zu lassen, ergründen Neurowissenschaftler, Psychologen und Mediziner das Geheimnis der Musik und nutzen ihre therapeutische Kraft.

«Wie die Stimme die ‚innere Verfassung‘ spiegeln kann und der Klang sich mit der ‚seelischen Verfassung‘ eben auch ändert; und umgekehrt: Wie die Arbeit mit der Stimme und das Singen bis in tiefe Schichten dringen kann und ‚heilende Wirkungen‘ auslösen kann, ist etwas das ich immer wieder erleben darf.» – schrieb mir vor einigen Jahren Prof. Beat Schäfer, der an der Zürcher Hochschule der Künste ‚Dirigieren Chorleitung im Profil Kirchenmusik‘ lehrte. Was hier für das Singen und die Arbeit mit der Stimme gesagt ist, gilt im Kern für den gezielten Einsatz von Tönen, Klängen, Musik überhaupt. Wie berührt uns Musik? Wie kann Musik heilend und stärkend wirken? Welche Bedeutung haben musikalische Aktivitäten im Lebenslauf, im Altern und bei reduzierten kognitiven Fähigkeiten, z. B. bei neurologischen Erkrankungen wie der Demenz?

Wir laden Sie herzlich zur Tagesveranstaltung ein! Dr. phil. Matthias Mettner

### Themen & Inhalte

- **«höher leben / tiefer leben ... Nicht fertig werden»** | Entwicklungsimpulse in allen Phasen des Lebens erkennen und umsetzen.
- **«Sei, was Du bist, gib, was Du hast»** | Identität, Integrität und Generativität im Alter
- **«Wachet auf, ruft uns die Stimme»** | Stimmigkeit und Sinn im Hören von Gedichten, Gebeten und Musik
- **«immer versehrter und immer heiler»** | Musik als Quelle von Würde, Kraft, Trost und Hoffnung in Krisenzeiten und im Prozess schwerer Krankheit
- **«Dona nobis pacem»** | Schenk uns Frieden

**Andreas Kruse** Prof. Dr. phil. Dr. h. c.; Direktor emeritus des Instituts für Gerontologie, Seniorprofessor distinctus der Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg; Studium der Psychologie, Psychopathologie, Philosophie und Musik an den Universitäten Aachen und Bonn sowie an der Hochschule für Musik Köln; Autor und Herausgeber wissenschaftlicher Standardwerke und Sachbücher.

**Rolf Verres** Prof. Emeritus, Dr. med. Diplom-Psychologe; Facharzt für psychotherapeutische Medizin, bis Ende 2013 Ordinarius und Ärztlicher Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie im Zentrum für Psychosoziale Medizin an der Heidelberger Universitätsklinik. Studium der Medizin und Psychologie in Münster, Hamburg, Heidelberg und Stanford / USA. Autor und Herausgeber wissenschaftlicher Publikationen und Sachbücher.

**Anmeldung** Bitte via [www.gesundheitundmedizin.ch](http://www.gesundheitundmedizin.ch) oder formlos per Mail an [info@gesundheitundmedizin.ch](mailto:info@gesundheitundmedizin.ch)

**Teilnahmegebühr** für Einzelpersonen, Paare und Gruppen / Person: CHF 150.–, exkl. Pausenerfrischungen und Mittagessen,

### Forum Gesundheit und Medizin

Bürglistrasse 19 | 8002 Zürich | Tel. 044 980 32 21 | [info@gesundheitundmedizin.ch](mailto:info@gesundheitundmedizin.ch) | [www.gesundheitundmedizin.ch](http://www.gesundheitundmedizin.ch)