

# Wo man singt, da lass dich nieder

Sicher kennen Sie das Sprichwort „Wo man singt, da lass dich ruhig nieder, böse Menschen haben keine Lieder“ (Johann Gottfried Seume).

Ein Geburtstag ohne Lied wäre eine traurige Sache. Ein Gottesdienst ohne ein Lied wäre vielen langweilig. Und sogar beim Fußball ertönen die Nationalhymnen und die Schlager der Fans.

Vor wenigen Tagen habe ich selber vor einem Einkaufsmarkt erlebt, wie Gesang verbindet. „Mitsingen ist gewünscht“ hieß es bei einer Aktion. Manche sind extra gekommen, andere zufällig bei ihrem Einkauf eingeladen worden, mitzusingen. Diese sangesfreudige Gruppe war bunt zusammengewürfelt: Menschen allen Alters, kräftige und zaghafte Stimmen. Für mich war es ein Erlebnis, mit bekannten und vielen unbekanntem Menschen auf dem Parkplatz spontan ein paar Lieder zu singen.

„Schon ein ganz kleines Lied kann viel Dunkel erhellen“ heißt ein anderes Sprichwort. Singen kann noch stärker als das gesprochene Wort die eigene Stimmung und Gefühle ausdrücken. Und es wirkt auch auf die eigene Befindlichkeit zurück. Wer einem lieben Menschen ein Geburtstagslied singt, drückt mit ganzem Herzen seine guten Wünsche aus. Und wer dieses Lied hört, kann Freude empfinden.

Es bewegt mich noch, was ich kürzlich gelesen habe: Als Maximilian Kolbe 1941 stellvertretend für einen Familienvater in den Hungerbunker in Auschwitz gegangen ist, hat man ihn



**SCHWESTER  
ERIKA WIMMER,**  
geistliches Zentrum der  
Redemptoristen (Kloster)

tagelang dort singen und beten hören. Wie gibt es das – kurz vor dem Tod? Gesang kann die Furcht vertreiben, Hoffnung und Vertrauen ausdrücken und die Seele stärken. Im Singen kann Gott uns ganz nahe kommen. Und manchmal müssen wir es uns ins Herz hinein singen, was der Verstand nicht begreifen kann – etwa mit dem Lied: Was Gott tut,

das ist wohlgetan, es bleibt gerecht sein Wille.

„Ich kann aber nicht singen“ höre ich immer wieder von Menschen. Eine solche Äußerung mag verschiedene Hintergründe haben: schlechte Erfahrungen in der Schule oder der fehlende Mut oder anderes mehr. Da kann es hilfreich sein, sich einfach mal zu trauen, in einer großen Gruppe leise einen Satz mitzusingen oder mutig mal die eigene Stimme auszuprobieren. Gelegenheiten gibt es viele: bei Festen, beim Gottesdienst in der Kirche, bei einer bayrischen Singstunde, auch beim Klosterfest am übernächsten Sonntag.

Manchmal kann man nicht singen, weil die Seele voller Schmerz und Trauer ist. Dann ist es ein Geschenk, wenn man sich von anderen anstecken lassen kann. Es kann helfen, ein Lied zu hören und den Klang ins eigene Herz einzulassen.

Vielleicht erinnern Sie sich an ihre Lieblingslieder und singen in der kommenden Woche einfach mal wieder, sei es unter der Dusche, im Auto oder im Stall beim Melken. Denn: Wo man singt, da kann man sich niederlassen.