

Musik lässt kaum jemanden kalt. Sie beschwingt oder macht traurig, und manchmal nervt sie. Musik weckt Gefühle und Erinnerungen, und je nachdem macht sie dem Einzelnen gute oder schlechte Laune. «Wenn die Musik der Liebe Nahrung ist, spielt weiter», bittet der liebesranke Herzog von Orsino seine Hofmusikanten in Shakespeares Komödie «Was ihr wollt», und verordnet sich damit sozusagen selbst eine Musiktherapie.

Musiktherapie ist heute eine psychotherapeutische Disziplin, die auf die Wiederherstellung der geistigen und körperlichen Gesundheit durch Hören von Musik oder aktives Musizieren zielt.

Längst haben sich neben Psychologen und Psychiatern auch die Hirnforscher des Themas angenommen. Es sind neue Forschungsgebiete wie die biomedizinische Musikforschung entstanden, und fortlaufend gibt es erstaunliche und

Musik macht Laune

Musik übergeht den Verstand – sie geht direkt ans Herz, ins Stammhirn, ins Mark, sie regt an oder beruhigt. Diese Wirkung nutzen Therapeuten, um Patienten mit unterschiedlichen Erkrankungen zu helfen.

ermutigende Erkenntnisse für jede menschliche Lebensphase.

Die häufigsten Krankheitsbilder, bei denen Musiktherapie angewendet wird, sind Depressionen und Psychosen, aber auch Rehabilitationsprogramme von Schlaganfallpatienten oder Paraplegikern setzen darauf. Man hat herausgefunden, dass Schlaganfallpatienten sich schneller erholen und ihr Sprachgedächtnis sich deutlich verbessert, wenn sie täglich zwei Stunden ihre Lieblingsmusik hören. Und bei Alzheimerpatienten hat Musikhören und Singen von vertrauten Liedern eine positive Wirkung auf die Wahrnehmung und das Erinnerungsvermögen.

Auch ohne eine spezielle Diagnose hat Musik einen so hohen Stellenwert, dass man sich ein Leben ohne sie gar nicht mehr vorstellen kann. Musik wirkt im Gehirn ähnlich wie eine Droge. Beim Hören der Lieblingsmusik wird der Bo-

