



Ausgabe II: April bis November 2006

St. Lukas Nachrichten

Kath. Pfarrei St. Lukas, Aubinger Str. 63, 81243, München

Liebenswürdigkeit - nur ein frommer Wunsch?

Der tägliche Umgang mit Menschen unterschiedlichen Alters gehört „per se“ zu meinem Beruf. Mancher würde sagen: Das ist doch für einen Pfarrer selbstverständlich. Seitdem ich Pfarrer geworden bin, stelle ich fest, dass der liebenswürdige Umgang der Menschen untereinander leider nicht selbstverständlich ist.

Mit dem Beginn eines neuen Jahres bzw. eines Lebensabschnittes wird eine Fülle von Erwartungen und Hoffnungen in Verbindung gebracht. Das war auch der Fall an Neujahr 2006. Überall konnte man davon lesen. Da geht es darum, was dieses Jahr wohl bringen wird. Man findet neben unseriösen Horoskopen und Prophezeiungen genauso fundierte Prognosen für Politik und Wirtschaft.

Die Frage nach dem berühmten Wachstum darf dabei natürlich nicht fehlen. Wie viel Wachstum können wir dieses Jahr erwarten, wie viele Prozentpunkte kann unsere Wirtschaft zulegen. Denn danach richtet sich unser Wohlstand, davon hängt die Entwicklung in unserem Land, das Vorwärtkommen unserer ganzen Gesellschaft ab.

Von fast 3 % Wachstum wird da geträumt. Fast 3 % sollen es sein, die wir in diesem Jahr zulegen könnten. Davon träumt man in Politik und Wirtschaft. Ich möchte mich diesem Traum anschließen. Ich möchte mitträumen, auch von diesen 3 % träumen. 3 % sind nicht viel, gerade mal 3 Cent von einem Euro. Abgesehen mal von der Frage: Wie viel Cents ein Euro überhaupt noch wert ist? Aber wenn wir überall, überall wo es uns gut tut, solche 3 % zulegen würden, das wäre ein Jahr. Ja, da würden Sie sagen: Das ist ein Leben! Das soll uns einer nachmachen.

Stellen Sie sich einmal vor: in diesem Jahr - 3 % mehr Liebe zur Wahrheit, 3 % mehr Offenheit zueinander, 3% mehr Toleranz und Respekt voreinander. Und dann 3 % mehr Ruhe - vor allem Ruhe vor Gewalt. Wie schön wäre das für unsere Familien, in den Schulen und in den Betrieben: 3 %, das wären immerhin fast 11 Tage im Jahr. Die, richtig verteilt auf wirklich entscheidende Tage: Es wäre mehr Sonne im Leben und unter uns Menschen. Elf Tage Sonne genügen oft sogar für 354 Tage Kälte.



Und dann steigern wir unsere Zuverlässigkeit wenigstens um 3 %, unser Verantwortungsgefühl beim Auto fahren: Es könnte ein Leben retten. 3 % langsamer bei 80 Stundenkilometer, das bedeutet einen Bremsweg, der 1,5 Meter kürzer ist. (Dies kann von Fahrzeug zu Fahrzeug natürlich sehr abweichen!).

Das wäre ein Jahr: 3 % in allem positiver, gläubiger, liebender, menschlicher, froher und zufriedener. Es wäre ein schönes Jahr. Wenn man das in Relation zu unseren 4350 Pfarrangehörigen in St. Lukas setzen würde, könnte

Inhalt

Liebenswürdigkeit...	1
Inhalt	2
Firmung 2006	2
Musik ...	3
Der neue PGR	15
AG Umwelt	16
Klein fängt alles Große an	16
Erstkommunion 2006	16
Wegbegleiter	16
Jugendchor St. Lukas	17
Ein neues Musical	17
Lektoren- und Kommunionh.	17
25 Jahre Kolpingfamilie	18
Neuer Weg	18
Entscheidungen...	18
Schritt für Schritt ...	19
Eine Kulturreise ...	19
Weltgebetstag der Frauen	20
Gospelkonzert...	21
Frau Auster 25 Jahre...	21
Herr Pfarrer ...	21
„Sibirien“ - Theaterstück	22
Ramadama	22
Kulturverein Termine	22
Ein starkes Team...	23
Weiberfasching 2006	23
Kreistanz	23
Kirchenmusik	24
Gospelkonzert	24
Termine	25
Die Chronik	27
Regelmäßige Treffen	28
Impressum	28

Frohe und gesegnete

Ostern sowie ein
glückliches Leben
wünschen Ihnen

Pfarrer Josef Konitzer ,
Gabi Schroll, GR
Ch. Merter, Kirchenmusiker,
R. Wittal, Diakonanwärter
und die Angestellten
von St. Lukas

man heut' mit Fug und Recht behaupten: Das wären 130,5 Personen am Tag, die mehr menschliche Wärme am Westkreuz in München ausstrahlen. Und das Ganze mal 365 Tage im Jahr. Dann kämen wir tatsächlich auf 47632,5 Personen pro Jahr, die neue Freude und helles Licht in die dunklen Stunden des menschlichen Lebens in München hineinbringen. 3 % zum Guten - das müsste eigentlich drin sein - gebe es Gott!

Anbei ein kleines Gebet um Liebenswürdigkeit:

Herr, bewahre mich davor, schwatzhaftig zu werden.

Befreie mich von der Einbildung, ich müsse anderer Leute Angelegenheiten in Ordnung bringen.

Du weißt, dass ich ein paar Freunde brauche.

Ich wage nicht, dich um die Fähigkeit zu bitten, die Klagen meiner Mitmenschen über ihre Leiden mit nie versagender Teilnahme anzuhören. Hilf mir nur, sie mit Geduld zu ertragen.

Ich will dich auch nicht um ein besseres Gedächtnis bitten, nur um etwas mehr Demut und weniger Selbstsicherheit, wenn meine Erinnerung nicht mit der anderer übereinstimmt.

Herr, schenke mir die wichtige Einsicht, dass ich mich gelegentlich irren kann.

Hilf mir, einigermaßen milde zu bleiben. Mach mich teilnehmend, aber nicht sentimental, hilfsbereit, aber nicht aufdringlich.

Gewähre mir, dass ich Gutes finde, wo ich es nicht vermutet habe, und Talente bei Leuten, denen ich sie nicht zugetraut hätte.

Herr, schenke mir die Liebenswürdigkeit, es ihnen zu sagen...

Gedenke Mensch!

Würdest du deinen Fuß auf den Mond setzen, hättest aber die Liebe nicht, du hast keine Ahnung von der Sonne.

Würdest du alle Geheimnisse des Mars erforschen, hättest aber die Liebe nicht, es leuchtet kein Stern in deinen Augen.

Würdest du alles Geld der Welt besitzen, hättest aber die Liebe nicht, dein Herz ist von Stein.

Würdest du deinen Namen in allen Sprachen nennen hören, hättest aber die Liebe nicht, du bist für alle Menschen tot.

Hättest du die Liebe nicht, du wärest tot.

Liebe Freunde,

in diesem Sinne wünsche ich Ihnen frohe Ostern, gesegnete Feiertage und ein erfolgreiches, mit 3% mehr Herzlichkeit und Menschlichkeit erfülltes Leben.

Josef Konitzer, Pfarrer

Firmung 2006

Zum Sakrament der hl. Firmung am Sonntag, den 25. Juni 2006 um 10.00 Uhr haben sich 54 Jugendliche angemeldet, die in fünf Gruppen vorbereitet werden. Die Firmung erfolgt dieses Jahr durch Herrn Bischof Engelbert Siebler. Ich freue mich sehr, dass es uns gelingt, viele junge Menschen für den Weg des Glaubens und der Humanität Jahr für Jahr zu begeistern. Allen Jugendlichen wünsche ich gutes Gelingen in der Schule sowie viel Freude im Alltag. Ich bete zu Gott, dass er den jungen Menschen wie auch uns Erwachsenen mit der Kraft seiner Liebe immer wieder zur Seite steht, vor allem dann, wenn wir das Gefühl haben, uns in einem Irrgarten des Lebens zu befinden.

Josef Konitzer, Pfarrer

Musik als Weg der Versöhnung mit sich selbst

Der Ton macht die Musik! Einfluss der Musik auf Körper und Bewusstsein des Menschen

Musik im Kopf: Wie das Gehirn Töne verarbeitet

Was geschieht im Gehirn, wenn es den Tönen von Beethoven oder der Beatles lauscht? Neue Forschungsergebnisse zeigen, dass es einen großen Unterschied macht, wer Musik hört. Berufsmusiker reagieren ganz anders als Laien. Auch scheint es kein spezielles Musikzentrum im Gehirn zu geben - im Gegensatz zu früheren Ansichten, wonach sich dieses Zentrum in der rechten Hirnhälfte befindet. Jeder Mensch verarbeitet demnach die gehörte Musik in anderen Hirnregionen. Wo genau, hängt davon ab, wie viel und welche Musik er bislang gehört hat. Unser Gehirn passt sich an die wahrgenommenen Klänge an und wird durch sie "trainiert". Bei Berufstrompetern etwa reagiert das Gehirn nur auf Trompetenklänge besonders stark, nicht aber auf Geigenspiel. Generell sind bei professionellen Musikern andere Hirnregionen aktiv als bei musikalisch Unbedarften. Außerdem konnte man nachweisen, dass sich die Hirnaktivität mit andauerndem musikalischem Training verändert. Die aktiven Bereiche wechseln mit zunehmender Übung ihre Lage im Gehirn und können sich sogar überlappen. Dabei werden auch zunehmend Regionen des Tast- und Körpersinnes mit integriert. Bei Berufspianisten kommt es solcherart bei musikalischer Betätigung zu massiver Überlappung der Aktivität von Hör- und Tastsinnesregion im Gehirn. Dennoch kommt beiden Hirnhemisphären ein unterschiedliches Gewicht beim Musikhören zu. So kann beim heutigen Wissensstand davon ausgegangen werden, dass die rechte Hirnhälfte zunächst die grobe Struktur der Musik verarbeitet, wonach sich die linke Hemisphäre um die feineren Details kümmert.

Musik und Emotion

Musik hat im Leben aller Völker der Geschichte eine wesentliche Rolle gespielt. Soweit uns Überlieferungen vorliegen, gibt es keine einzige Kultur, innerhalb derer das Phänomen „Musik“ keinen Platz gehabt hätte. Die Einwirkung von Klängen auf Psyche und Körper des Menschen bildet eine Ur-Erfahrung, die bereits unsere Ahnen in grauer Vorzeit machten und die noch heute jeder einzelne an sich selbst erfahren kann. Musik kann nicht nur einen starken Bewegungsantrieb ausüben, der in Marsch- oder Tanzmusik genutzt wird, sondern sie kann auch umgekehrt den Organismus beruhigen, was Wiegenlieder aus aller Welt bezeugen. Sie kann aber auch den Menschen zu einem sehr aggressiven Verhalten beeinflussen. Musik war in alle Kulthandlungen eingebunden, in die Anrufung der Geister und Götter, ebenso in Rituale der Machtdemonstration und der Totenklage. Darüber hinaus gab es von alters her Musik für Fest und Tanz, Arbeitsgesänge, Liebeslieder, Wiegenlieder und viele andere musikalische Gattungen. Wenn Musik heute im Zeitalter ihrer technischen Reproduzierbarkeit praktisch allgegenwärtig ist und der Mensch ihr sowohl in den unterschiedlichsten Alltagssituationen als auch in den besonderen, vom Alltag abgehobenen Stunden eines Konzerts begegnen kann, so ist nicht zu erwarten, dass eine einfache, einheitliche Definition ihrer Bedeutung für den Menschen möglich ist. Musik kann Menschen in verschiedenen Schichten ihrer Persönlichkeit ansprechen; diese sind zwar eng miteinander verzahnt, aber den-

noch kann – je nach menschlicher Eigenart und spezifischer Situation – die eine oder andere Schicht das Erleben dominieren. Will man der Wirkung von Musik auf den Grund gehen, so darf die Frage nicht lauten, wie Musik auf den Menschen wirkt, sondern sie muss heißen: Welche Musik hat bei welchen Menschen unter welchen Rahmenbedingungen welche Wirkung? Die Vielfalt der Antworten scheint kaum überschaubar und widersetzt sich dem Versuch, die Zusammenhänge systematisch zu ordnen. Dennoch gibt es eine Konstante: So verschieden das Bedingungsgefüge bei den einzelnen Menschen sein mag, das, was alle Menschen gemeinsam haben, sind die grundlegenden anatomisch-physiologischen Strukturen und Funktionen des Nervensystems. Das Psychische ist an spezifische Prozesse im Gehirn gebunden, es setzt das Vorhandensein, einen angemessenen Entwicklungsgrad und die Funktionsfähigkeit von neuronalen Strukturen voraus, die im Laufe der Evolution entstanden und daher langfristig stabil sind; Trieb- und Gefühlsleben sind von den Sekreten mehrerer Drüsen abhängig, und das subjektive Erleben und die Antriebe ändern sich entscheidend, wenn die Gehirntätigkeit durch Zufuhr oder Entzug bestimmter chemischer Substanzen verändert wird. Psychisches kann daher nicht losgelöst von körperlichen Bedingungen betrachtet werden sondern als eine in die psychophysische Ganzheit des lebendigen Organismus integrierte Lebenserscheinung. Musik kann starke Emotionen im Menschen auslösen, die sich in körperlichen Vorgängen wieder spiegeln. Diese werden reguliert vom autonomen Nervensystem, das die unbewussten, vom Willen weitgehend unabhängigen Lebensvorgänge steuert. Solche Körperprozesse, wie Atmung, Herzrhythmus, Puls, Muskelaktivität, Hauttemperatur, Hautpotential und Leitwert, sind sehr genau messbar und in graphischen Darstellungen sichtbar zu machen. Sie zeigen die enge Kopplung zwischen emotionellen und körperlichen Vorgängen.

Das Forschungsprojekt hat zwei Ziele: Einerseits geht es darum, unmittelbare Wirkungen unterschiedlicher Musik auf Körper und Psyche des Menschen unter verschiedenen Rahmenbedingungen systematisch zu erfassen. Atmung und Stoffwechsel sind ebenso wie die anderen zu untersuchenden Vorgänge lebenswichtige biologische Basisprozesse. Jede wissenschaftlich fundierte Erkenntnis über deren Beeinflussung durch Musik erweitert die Möglichkeiten, Musik als fundierte Therapie im Rahmen erweiterter Konzepte der Psychotherapie, der Anästhesie und Palliativmedizin einzusetzen.

Andererseits werden Langzeitwirkungen der Musikausübung und des Musikhörens auf den Menschen untersucht. Es ist wissenschaftlich erst zum geringen Teil geklärt, welchen Einfluss Musik auf die Entwicklung or-

ganischer Strukturen des Gehirns und seiner Funktionen und damit auf kognitive, emotionale und psychomotorische Fähigkeiten des Menschen hat. In einer laufenden Untersuchung wird der Frage nachgegangen, ob die akustische Informationsverarbeitung durch ein bestimmtes Hörtraining verändert werden kann, und ob dabei Rückwirkungen auf den Klang der Stimme festzustellen sind. Die Gesamtheit dieser Erkenntnisse wird in neue Konzepte zur Optimierung des Bildungsprozesses einfließen.

Mozart-Effekt - Mythos oder Realität

Der Mythos Mozart-Effekt - Was Medien aus einer Nachricht machten? Das Ergebnis einer Studie zusammengefasst:

Im Jahre 1993 erregte eine kurze Meldung im renommierten Wissenschaftsjournal „Nature“ eine überproportionale Reaktion: Frances Rauscher und Gordon Shaw berichteten, dass Studenten nach dem Anhören einer Komposition von Wolfgang Amadeus Mozart in einem Test bestimmter kognitiver Fähigkeiten signifikant höhere Leistungen erzielt hatten. Es handelte sich bei dieser Wunderdroge um Mozarts Sonate für zwei Klaviere, KV 448.

Rauscher und Shaw hatten 36 College-Studenten in drei Gruppen unterteilt, die während einer Zeitspanne von 10 Minuten verschiedenen Bedingungen ausgesetzt wurden. Eine Gruppe hörte den ersten Satz dieser Mozart-Sonate, einer zweiten Gruppe wurden von einem Tonband Anweisungen zur Entspannung erteilt, die Bedingung der dritten Gruppe war Stille. Unmittelbar nach dieser Phase wurden den Probanden Denkaufgaben aus dem „Stanford-Binet-Intelligenztest“ gestellt. In einem Subtest mussten sie sich vorstellen, ein Blatt Papier mehrmals zu falten und dann mit einer Schere bestimmte

Ecken herauszuschneiden. Die Aufgabe bestand darin, das Muster vorherzusagen, das in dem entfalteten Papier durch das Ausschneiden entstehen würde. Die beiden Autoren fanden, dass in dieser Aufgabe, die räumliches Vorstellungsvermögen erfordert, die Mozart-Gruppe eindeutig bessere Leistungen erzielte als die Entspannungs- und die Ruhe-Gruppe. Der Effekt hielt jedoch nur kurze Zeit etwa 10-15 Minuten an. Er erstreckte sich auch nicht auf andere Aspekte, die in dem Intelligenztest gemessen wurden, wie begriffliches Denken oder Kurzzeitgedächtnis. Ebenfalls hatten die Autoren nicht überprüft, ob der gefundene Effekt nur bei bestimmten Kompositionen Mozarts, oder generell bei Mozartmusik, oder auch bei der Musik anderer Komponisten auftrat. Die Massenmedien stellten solche kritischen Fragen nicht, ihnen genügte die lapidare Meldung: „Mozart hören steigert die Intelligenz.“

Die verbreitete Tendenz der Menschen, sein Bestreben, auch Wertvolles mit möglichst geringem Aufwand zu erwerben, kam ihnen entgegen. Ein wenig Mozart hören, dadurch praktisch ohne Aufwand die Intelligenz steigern, das war eine simple Lösung, die den Wunschträumen vieler entgegenkam.

Um Mozarts Musik entwickelte sich ein florierender Geschäftszweig. Ein besonders geschäftstüchtiger Autor, Don Campbell, ließ sich den Begriff „Mozart Effect“ sogar als Warenzeichen schützen. Er und andere verdienten gut mit Büchern und Tonträgern, mit denen sie versprachen, durch die Macht von Mozarts Musik nicht nur körperliche Beschwerden zu heilen, sondern auch die geistigen Kräfte zu steigern.

An den wissenschaftlichen Institutionen gingen inzwischen verschiedene Forschergruppen der Sensationsmeldung in fundierten Studien auf den Grund. Die experimentellen Befunde zeigten, dass allzu kühne Erwartungen an Sofortwirkungen auf die Intelligenz durch Mozarts Musik nicht gerechtfertigt sind.

Die in einigen Fällen beobachteten positiven Wirkungen wurden darauf zurückgeführt, dass die Musik eine allgemeine Steigerung des psychischen Aktivierungs-Niveaus bewirkt hätte. Nach wie vor wurde keine Erklärung dafür gefunden, warum der Mozart-Effekt nur so kurze Zeit anhält und warum er sich nicht auf alle Intelligenzfaktoren erstreckt. In den meisten Untersuchungen aber trat der Effekt schon bei geringfügig geänderten Versuchsbedingungen überhaupt nicht mehr auf. Der Mozart-Effekt schien wissenschaftlich widerlegt. Dadurch gerieten – nun wiederum übertrieben – viele Jahrhunderte lang bestätigte Erfahrungen, dass Musik die körperliche Entspannung fördern, die Konzentrationsfähigkeit steigern und das Sozialverhalten verbessern kann, in Misskredit. Und in gleichem Atemzuge wurden unbestreitbare Wirkungen der Musik, z.B. in der Anästhesie oder der Schmerztherapie, als Placebo-Effekte erklärt. Doch das hielt die Verbreitung populärer Parolen zum Kundenfang mit dem Mozart-Effekt nicht auf. Es entwickelte sich eine Polarisierung des Publikums in zwei Lager: Die Naiven, die an monokausale Effekte glauben, kaufen weiterhin die angepriesenen Produkte, weil es schließlich um die Zukunft unserer Kinder geht. Unter Gebildeten und Halbgebildeten trägt man dagegen überwiegend Skepsis zur Schau: Man habe gelesen, die angeblichen Effekte seien wissenschaftlich widerlegt, und im übrigen habe man das schon immer gewusst. Fertig ist man mit der Angelegenheit.

Der „Mozart-Effekt“ bietet ein Beispiel dafür, welche Folgen es hat, wenn die Sprachen der Wissenschaft und der Medien miteinander vermischt werden. Eine Beobachtung – als Kurzmittteilung skizziert in wenigen Absätzen eines wissenschaftlichen Journals – wird in den Medien aufgebauscht und mutiert binnen weniger Monate zur Erkenntnis, die das Weltbild verändert. Selbst einige Wissenschaftler schließen sich – Profit witternd – der Erfolg versprechenden Sache an und verdrängen das Prinzip, das aller Forschung zugrunde liegt, nämlich den Zweifel.

Differenzierte Untersuchungen der fraglichen Phänomene durch verantwortungsbewusste Wissenschaftler bieten den Medien keinen Anreiz. Statt dessen erscheinen immer wieder bruchstückhafte Berichte aus der Wissenschaft, dass Wirkungen des Mozart-Effekts gefunden wurden. Diese werden dann rasend schnell über die Massenmedien verbreitet. Um Antworten auf die Frage zu finden, worauf der Mozart-Effekt letztendlich zurückzuführen ist, wurden neuerdings Mozart-Partituren mit Hilfe von Computern systematisch nach besonderen Merkmalen durchsucht. Die Ergebnisse dürften niemanden überraschen, denn man fand allgemeine Stilmerkmale der so genannten Frühklassik:

I. Natürlichkeit

Bevorzugt wird das Dur-Tongeschlecht. Die Melodik wird häufig aus dem Dur-Drei-Klang abgeleitet, wodurch melodische Wendungen mit Fanfarencharakter wie bei den Naturtönen der Blechbläser entstehen. Andererseits wird eine gesangliche Melodik, die der menschlichen Stimme entgegenkommt, zum Ideal erhoben. Die Harmonik ist einfach, sie ist gegründet auf die Quintverwandtschaft.

II. Symmetrie

Die musikalische Form ist auf geschlossene Themen, auf so genannte Perioden, gegründet. In den kleinen wie in den großen Formteilen hat Ausgewogenheit und Gleichgewicht zu herrschen. Es drängen sich daher Erklärungen auf, die alles andere als mystisch sind:

1. Die Fanfaren-Motive in den Allegro-Sätzen haben Signalwirkung, sie wecken die Aufmerksamkeit.
Die klaren Konturen der Melodik regen zu innerem Mitsingen an. Der Hörer fühlt sich persönlich angesprochen.
2. Die Periodik lässt die Ordnung im klanglichen Geschehen deutlich hervortreten. Die harmonische Gegenüberstellung von Dominante und Tonika wirkt als Frage und Antwort.
Die klare Gliederung fordert das Vorstellungsvermögen zu Vorhersagen heraus. Ihr Eintreffen beschert Erfolgserlebnisse. Erfolg verlangt nach Fortsetzung, also nach weiterer psychischer Aktivität.

Sprache und Singen

Am Psychologischen Institut II der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster hat Karl Adamek im Zeitraum von 1988 bis 1994 eine empirische Untersuchung zur Funktion des Singens im Alltag durchgeführt. Die Ergebnisse wurden veröffentlicht unter dem Titel „Singen als Lebenshilfe“. Zu Empirie und Theorie von Alltagsbewältigung. Plädoyer für eine ‚Erneuerte Kultur des Singens‘. Es folgen hier Auszüge aus einem Artikel von Karl Adamek. Die Fähigkeit, über den Stimmklang, die Laute, die Lallgesänge, den Gestus etc. zu kommunizieren, erlernt der Mensch vor allem als Säugling und vor dem Erlernen der Wortsprache. Bereits im vielfältigen, noch unkultivierten Klangausdruck entwickeln wir das Singen. Deswegen kann es am genauesten als die eigentliche „Muttersprache des Menschen“ bezeichnet werden. Diese ist jenseits der Worte für alle Menschen intuitiv verständlich, kann sie über alle Unterschiede hinweg verbinden und liefert das klangliche Material, das musikalische Fundament der späteren unterschiedlichen verbalen Sprachen der Völker. Die Bedeutung der Worte erschließt sich nur unter Einbeziehung von Sprachmelodie, Stimmklang und Gestus. „Der Ton macht die Musik.“ Manche Eltern können sehr differenziert mittels des Stimmklangs und der Laute mit ihrem Säugling kommunizieren. Doch die nachhaltige Wichtigkeit dieser klanglichen Kommunikation mit dem Säugling ist vielen nicht oder nur vage bewusst.

Der differenzierte Selbstaussdruck über den Stimmklang ist die individuelle Basis der Sprache und der Kommunikationsfähigkeit. Wer das Singen, das musikalische Fundament der Sprache, nur unvollständig lernt bzw. diese Sprache später in seinem Leben vernachlässigt, bleibt in seiner Kommunikationsfähigkeit mit nachhaltigen Auswirkungen beschränkt. Oder aus

positiver Perspektive: Wer die eigentliche „Muttersprache des Menschen“ entfaltet, entwickelt damit zugleich seine soziale Kommunikationsfähigkeit.

Singen ist in der Geschichte unterschiedlicher Kulturen eine fundamentale Verhaltensweise, durch die der Mensch seine Entwicklung auf allen Ebenen fördert. So kann er durch Singen Zugang zu seelischen Kräften erhalten, die bis in die Wurzeln seiner Existenz reichen. Sowohl das diesbezügliche praktische Wissen aus alten Kulturen als auch eine lebendige heutige Alltagskultur des Singens, und die damit verbundenen Fähigkeiten des einzelnen gehen in den „Industriekulturen“ zunehmend verloren. Singen war in früheren Zeiten in unserer und auch in anderen Kulturen derart selbstverständlich in den Alltag integriert, und die Fähigkeit zu singen wurde so organisch tradiert, dass die Wissenschaft sich über den Stellenwert des Singens für Individuum und Gesellschaft kaum Gedanken machte. Das alltagsbezogene Singen begleitete und erleichterte in vergangenen Zeiten unserer Kultur und auch heute noch in anderen Kulturen nicht nur die Arbeit durch den organisierenden Rhythmus und die Melodie, es erfüllte in fast allen Lebensbereichen, vom Wiegenlied bis zur Totenklage, wichtige psychische und soziale Funktionen. Individualpsychologisch konnte Singen als Gesundheitsverhalten belegt werden, sowohl mit kurzfristig als auch mit langfristig positiven Auswirkungen. Durch Singen können Menschen ihren Lebensalltag besser bewältigen und belastende Emotionen wie Angst, Trauer, Stress etc. verarbeiten. Singen ist also auch eine Bewältigungsstrategie zum Zwecke der Regulation von Emotionen, die von vielen in ihrem Lebensalltag genutzt wird und die vorrangig alleine bzw. selbstbezogen stattfindet. Das Säuglingsalter und die Kindergartenphase sind für das Erlernen des Singens als eigentlicher „Muttersprache des Menschen“ grundlegend. Positive wie fehlende Erfahrungen in dieser Zeit konnten in ihren bestimmenden Auswirkungen bis ins Erwachsenenalter hinein belegt werden. Bis zum Ende der Grundschulzeit kann das Singen einen zentralen Stellenwert in der emotionalen Bildung der Kinder einnehmen. Am Wichtigsten sind deshalb die Förderung des Singens der Eltern für den Säugling und des gemeinsamen Singens von Eltern und Kind. Ähnlich wie bei der Schwangerschaftsgymnastik könnte angehenden Eltern die Bedeutung und die Praxis von Singen mit Säuglingen und Kindern vermittelt werden. Hier könnte eine neue Aufgabe für Musikschulen entstehen.

Forschungsergebnisse bezüglich Musik und früher Kindheit

Jeder Mensch ist ausgerüstet mit vielfältigen Begabungen und Fähigkeiten. Es wird zwischen sieben autonomen Intelligenzen unterschieden, die sprachlich-linguistische, die mathematisch-logische, die räumliche, die körperlich-kinästhetische, die musikalische und schließlich die beiden personalen Intelligenzen: die intra- und die interpersonale Intelligenz. Für den IQ und damit

für das Schulwesen weltweit, sind fast ausschließlich nur die drei erstgenannten Intelligenzen maßgeblich, so dass im Effekt vorwiegend einseitig selektionierte und ausgebildete Kader das Sagen haben, während ein unermessliches Potential an nützlichen und kreativen Fähigkeiten brachliegt. Diese Einseitigkeit verdanken wir vor allem der Aufklärung (René Descartes, dem französischen Philosophen, der durch seine Erkenntnis im tiefen Zweifel „Cogito, ergo sum!“ zu deutsch: „Ich denke, also bin ich“ bekannt wurde). (Französisch „cartésien“ heißt streng rational und methodisch), obschon Blaise Pascal schon zu dessen Lebzeiten einen Gegenentwurf vorstellte. Seit den achtziger Jahren hat sich die Wissenschaft auch den Emotionen zugewandt, und „Descartes Irrtum“ von Damasio ist unterdessen ein Bestseller geworden. Hoffen wir, die Erkenntnis, dass das Denken immer emotional unterlegt ist und von dort her sogar seine Energie bezieht, werde bald Allgemeingut. Innerhalb des Kreises von Intelligenzen nimmt die Musik eine besondere Stellung ein: Sie unterhält zu allen andern Intelligenzen intensive Beziehungen, während diese untereinander meist nur locker verbunden sind. Für diese zentrale Funktion der Musik innerhalb der menschlichen Geistestätigkeit gibt es neuerdings auch neurologische Hinweise.

Keine andere Intelligenz manifestiert sich so früh im menschlichen Leben wie die Musik. Bereits im fünften Monat der Schwangerschaft reagiert der Fötus auf Musik mit Bewegungen und verändertem Herzschlag. Es scheint sogar, dass Säuglinge, die während der Schwangerschaft immer wieder Musik hörten, weiter entwickelt waren in Bezug auf Grob- und Feinmotorik, sprachliche Entwicklung und einzelne Aspekte der körperlichen Koordination und des kognitiven Verhaltens. Das erste Lächeln erscheint bei ungefähr drei Wochen alten Säuglingen zum ersten Mal breit und eindeutig, wenn sie eine hohe Frauenstimme hören, und die Freude eines wenige Wochen alten Kindes an den mit der eigenen Stimme produzierten Tönen zeigt sich in heftigem Strampeln. Lange bevor das Kind Sprache verstehen kann, begreift es über den Sprachton, den Klang der Stimme, also ein musikalisches Signal, unmittelbar die Gefühlslage der Mutter. Es ist entscheidend wichtig, dass die Mutter mit dem Kind singt.

Die musikalische Logik, Syntax und Grammatik sind in ihren Grundzügen jedem Menschen angeboren. Ich kenne keinen einzigen Zeitgenossen, der nicht erkennen könnte, wenn eine Musik „falsch“ tönt. Dass wir Intervalle und Klänge im Frequenzverhältnis kleiner ganzer Zahlen als konsonant empfinden, wusste schon Pythagoras, aber heute ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass diese Zahlenverhältnisse physiologisch bedingt und bei allen Menschen die gleichen sind. EEG-Untersuchungen dokumentieren, dass es im Gehirn kein Musikzentrum gibt, sondern dass bei der Verarbeitung von Musik immer verschiedenste, zum Teil weit auseinander liegende Regionen, auch über die Hemisphären hinweg, beteiligt sind. Dabei entstehen bei bestimmten Musikstücken auch bei unterschiedlichen Personen ganz eindeutige Vernetzungsbilder; ebenso unterscheiden sie sich bei einem Musiker, je nachdem er ein Stück hört, es nur aus der Partitur liest (und innerlich hört) oder ob er komponiert. Der Balken zwischen den Hemisphären (corpus callosum) ist bei Musikern stärker ausgebildet, die Hemisphären sind also stärker vernetzt. Es gibt im Gehirn auch Orte, die zwar mit anderen Arealen kaum kooperieren,

dafür jedoch einen höheren Grad von lokaler Informationsverarbeitung aufweisen. Möglicherweise besteht hier ein Zusammenhang mit der emotionalen Wirkung der Musik, indem solche Stellen vermehrt mit dem limbischen System kommunizieren. Räumlich-zeitliche Tests wurden von High-School-Studenten nach dem Hören einer Mozart-Sonate deutlich besser gelöst. Bei kleinen Kindern wurde nachgewiesen, dass dieser kurzfristige Effekt langfristig wird, dass es also zu bleibenden neuronalen Veränderungen kommt. Es wird vermutet, dass frühe musikalische Erfahrungen jene neuronalen Verbindungen anbahnt, die auch für höhere geistige Funktionen benötigt werden. Musik würde also gewissermaßen „den Geist öffnen“, was die zentrale Stellung der Musik innerhalb der Intelligenzen erklären würde. Diese Forschungen stehen erst am Anfang einer zweifellos hochbedeutenden Entwicklung. In neuerer Zeit ist bestätigt worden, dass musikalische Betätigung auch die Kreativität fördert. Was schon in den Schweizer Schulversuchen mit erweitertem Musikunterricht deutlich wurde, ist jetzt in Berlin in einer doppelt so langen Studie mit klaren und sorgfältig abgesicherten Ergebnissen untermauert worden: Musik fördert die soziale Entwicklung und wirkt dadurch prä- und interventiv auch gegen Gewalt. Während in der Schweizer Studie die Intelligenzentwicklung nur indirekt ein Thema war (keine Verluste in den um 20-25% reduzierten so genannten Hauptfächern), wurden in Berlin die Intelligenz- und Musikalitätswerte regelmäßig gemessen. Das Resultat ist Aufsehen erregend, sowohl bezüglich des Anteils der unterdurchschnittlich Intelligennten als auch bezüglich des Klassendurchschnitts.

Musik als Therapie

- Die Musiktherapie wird als aktive und rezeptive Therapie angeboten, gehört zu den künstlerischen Psychotherapien, setzt aber immer die Anwesenheit eines Musiktherapeuten voraus und findet in einem so genannten "therapeutischen Setting" statt.

Die aktive Musiktherapie

- ist ein Sammelbegriff für alle Arten der Musiktherapie, bei denen der Patient selbst mit Instrumenten oder Stimme aktiv ist. "Dabei nimmt die improvisierte Musik zwischen Patient und Therapeut im therapeutischen Prozess eine zentrale Rolle ein. Die im Spiel gewonnenen Erfahrungen, Emotionen und Wünsche (z.B. Umgang mit Nähe und Distanz) werden im therapeutischen Gespräch bearbeitet und auf das gegenwärtige Lebenskonzept bezogen.
- Musik in der Medizin ist eine facettenreiche Disziplin und häufig sagt man landläufig Musiktherapie, wo eigentlich Musik-Medizin gemeint ist - und umgekehrt.

Die rezeptive Musiktherapie

- stellt das gemeinsame Hören von bestimmten Musikstücken, die überwiegend der Therapeut auswählt, in den Mittelpunkt. Die rezeptive Musiktherapie besteht darin, dass durch das Anhören der Musik psychisch-emotionale und körperliche Prozesse gemeinsam in

Gang gesetzt werden, um zur Linderung von Krankheiten oder Beschwerden zu führen. Im Anschluss an das gemeinsame Hören sprechen Therapeut und Patient über die auftretenden Assoziationen oder Emotionen, die ebenfalls die "Lebensfragen" des Patienten - für die Musik immer ein Symbol ist - thematisieren.

Die Musik-Medizin arbeitet mit Musik als zusätzlichem Therapeutikum in der medizinischen Behandlung aber ohne Musiktherapeut. In den vergangenen 15 Jahren wurden bedeutende Fortschritte sowohl in der Forschung als auch in der klinischen Anwendung von Musik im Heilungsprozess erzielt. Heute schließlich liegen zuverlässige Beweise dafür vor, dass Musik eine reproduzierbare Wirkung ausübt und über wertvolle therapeutische Eigenschaften verfügt. Dabei steht der Begriff „Musik-Medizin“ für eine wissenschaftliche Bewertung musikalischer Stimuli im medizinischen Bezugsrahmen, auch im Hinblick auf ihre therapeutische Anwendung zur Ergänzung traditioneller Heilmethoden unter Beachtung des jeweiligen Krankheitsfalles, der zugehörigen Medikation sowie des individuellen Procedere.

Funktionale Musik

Häufig wird Musik in der Medizin „Funktionale Musik“ genannt, also Musik mit Aufgabe (Musikfaktoren wirken beim Hören). Dabei wird das Wissen um die eigenständige Wirkung von Musik auf die Gesundheit und zur Milderung von körperlichen und psychischen Störungen genutzt. Sie bringt Ablenkung, wirkt aufheiternd und beruhigend zugleich, schafft Kontakte, verkürzt Wartezeiten und ist besonders geeignet, situationsbedingte Ängste zu lösen. Anxiolytische (Angst lösende) Musik bewirkt darüber hinaus eine Reihe physiologischer Veränderungen im Organismus des Hörers, welche den (patho)-physiologischen Angst-Reaktionen entgegengesetzt sind. Funktionale Musik wird beispielsweise in der Anaesthetie, der Schmerztherapie, bei der Behandlung von stressbedingten Krankheiten, bei Depressionen und Angst, zur Beschleunigung postoperativer Heilungsprozesse, in der Geburtshilfe und Neugeborenenbetreuung oder auch während kleinerer chirurgischer Eingriffe eingesetzt - um nur einige zu nennen.

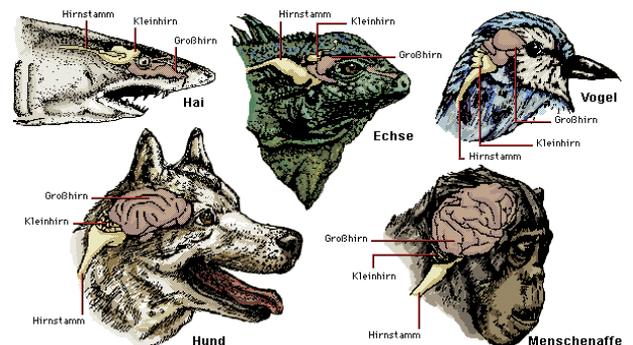
„ISSM - Internationale Gesellschaft für Musik in der Medizin“ In den vergangenen 20 Jahren sind bedeutende Fortschritte sowohl in der Forschung als auch in der klinischen Anwendung von Musik gemacht worden. Wir wissen heute, dass sie wertvolle therapeutische Eigenschaften besitzt. Als Begriff für den funktional-therapeutischen Einsatz von Musik in der Medizin wird seit einigen Jahren die Bezeichnung "Musik-Medizin" benutzt. Musik-Medizin steht für eine mathematische, physikalische, physiologische und medizinische Bewertung des Einsatzes von Musik, aber auch für ihren Effekt auf die Therapie. Die Musik-Medizin fragt: Warum ist Musik wirksam und welches sind die wirksamen Elemente? Wie können wir den musikalischen Code für emotionale Kommunikation entschlüsseln? Dieser Ansatz unterscheidet sich bewusst von der Musiktherapie als Teil der psychiatrischen Fürsorge oder der Psychotherapie. Unbestritten besteht grundsätzlich ein verwandtschaftliches Verhältnis zwischen der Musik-Medizin und der Musiktherapie. Wer sich intensiver mit Musik-Medizin beschäftigen möchte, für den ist die „Internationale Gesellschaft für Musik in der Medizin“ der ideale Ansprechpartner. Diese Gesellschaft wurde 1982

gegründet. Ihre Mitglieder sind Ärzte, Wissenschaftler und Institutionen aus Europa, Amerika, Asien und Australien. Alle befassen sich wissenschaftlich, künstlerisch oder praktisch-klinisch mit medizinischen Anwendungen von Musik. Die deutsche Zentrale hat ihren Sitz in Lüdenscheid.

Alles spielt sich doch im Gehirn ab

Gehirn, Teil des Zentralnervensystems, der bei Wirbeltieren im Schädel liegt. Beim Menschen ist das Gehirn eine etwa 1,3 Kilogramm schwere Masse aus rosa-graue Gewebe. Es besteht aus ungefähr zehn Milliarden Nervenzellen, die untereinander verknüpft sind und gemeinsam alle geistigen Funktionen steuern. Neben den Nervenzellen (Neuronen) enthält das Gehirn auch Gliazellen (u. a. mit Stütz- und Funktionsaufgaben), Blutgefäße und Organe, die Substanzen ausscheiden. Das Gehirn ist die Steuerzentrale für Bewegungen, Schlaf, Hunger, Durst und praktisch alle anderen Lebensfunktionen, ohne die der Organismus nicht existieren kann. Hier entstehen alle menschlichen Gefühle wie Liebe, Hass, Angst, Freude und Trauer. Außerdem empfängt und interpretiert das Gehirn die unzähligen Signale, die es über die Nerven von anderen Körperteilen und aus der Umgebung erhält.

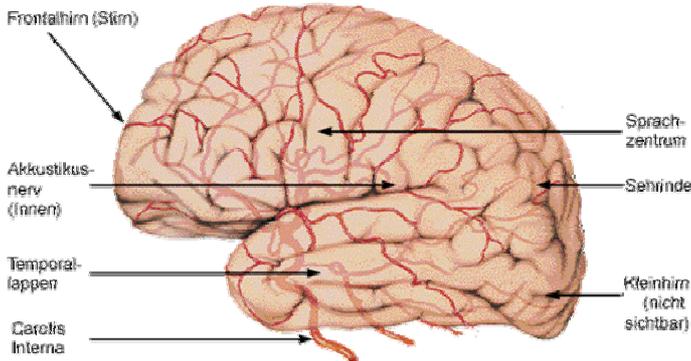
Zwar haben alle Gehirne von Wirbeltieren dieselbe drei-



teilige Grundstruktur, doch unterscheiden sie sich entsprechend ihrer Entwicklungshöhe. Bei Haien ist das Großhirn winzig und dient lediglich dazu, Einträge (Inputs) durch die Sinnesorgane zu verarbeiten. Bei Amphibien und Reptilien ist das Großhirn relativ größer. Vögel haben eine gut entwickelte Sehrinde, wodurch das Großhirn weiter an Größe zunimmt. Bei Säugern ist das Großhirn der dominierende Teil des Gehirns; es ist bei den Primaten am weitesten entwickelt. Ihre kognitiven Fähigkeiten sind besonders ausgeprägt.

Bei äußerlicher Betrachtung erkennt man, dass das Gehirn aus drei untereinander verbundenen Teilbereichen besteht: Großhirn, Kleinhirn und Hirnstamm. Als Hirnstamm bezeichnet man in der Regel alle Strukturen zwischen dem Großhirn und dem Rückenmark, d. h. das Zwischenhirn, das Mittelhirn, die Gehirnbrücke und das verlängerte Mark. In der Embryonalentwicklung entstehen alle diese Teile aus dem Vorder-, Mittel- und Ruhenhirn. Außerdem ist das Gehirn nicht nur durch die Schädelknochen gut geschützt, sondern zusätzlich noch von drei Hautschichten umgeben, den Hirnhäuten oder

Meningen. Die äußere dieser drei Schutzhüllen, Dura mater oder harte Hirnhaut genannt, ist widerstandsfähig und glänzend. Die mittlere Spinnwebshaut umschließt das Gehirn lose, erstreckt sich aber nicht in die Furchen der Gehirnoberfläche. Die innere Membran schließlich, die man Pia mater oder



weiche Hirnhaut nennt, besteht vor allem aus kleinen Blutgefäßen, die mit der Gehirnoberfläche verbunden sind.

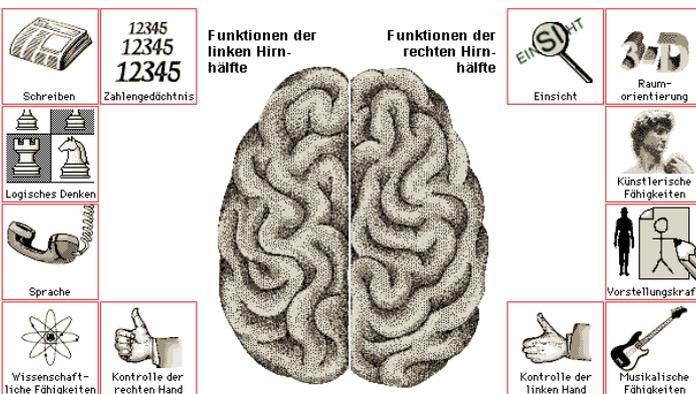
Tinnitus

Ein Phänomen, von dem schon Platon berichtete, bedeutet noch heute für viele Menschen eine fast unerträgliche Qual: das Phantomgeräusch Tinnitus. Wie neurophysiologische Untersuchungen jetzt gezeigt haben, entsteht das nervtötende Klingeln direkt im Gehirn des Betroffenen. Eine entscheidende Rolle spielt dabei ein neuzeitliches Leiden: Stress! Als Stimmen von Geistern und Göttern – so interpretierten Menschen im Altertum jenes Phantomgeräusch, das Mediziner heute als Tinnitus be-

Belastung. Diese Menschen können sich kaum noch konzentrieren, leiden unter Schlafstörungen, Depressionen oder Angstzuständen. Was Tinnitus bedeutet, hat einst der tschechische Komponist Bedrich Smetana in einem Brief an einen Freund so beschrieben: „Das fast ununterbrochene Getöse im Inneren, das mir im Kopf braust und sich bisweilen zu einem stürmischen Gerasel steigert, bereitet mir die größte Qual. In diesen höllischen Lärm mischt sich dann das Geschmetter falsch gestimmter Trompeten und anderer Instrumente. Und das alles übertönt und stört meine eigene Musik, die gerade in mir aufklingt. Oft bleibt nur, die Arbeit zu unterbrechen.“ Bereits bei den alten Ägyptern finden sich detaillierte Vorschläge, wie man dem Summen im Kopf am besten Herr wird. Leider haben alle bisher entwickelten Therapien nur wenig gefruchtet. Auch heutzutage sind die permanenten Ohrgeräusche noch ein medizinisches Problem. Dass es bisher für Tinnitusgeplagte oft keine wirksame Hilfe gibt, hat einen simplen Grund: Obwohl die permanente Ruhestörung seit dreieinhalb Jahrtausenden anhält und obwohl Forscher eine Reihe von Hypothesen über die Entstehungsmechanismen entwickelt haben, sind die Ursachen bis heute umstritten. Ob es sich um Äußerungen eines Gesprächspartners handelt, einen vorbeirauschenden Zug, Autohupen oder Musik – normalerweise haben alle Hörempfindungen ihren Ursprung in einem akustischen Signal aus der Umwelt. Die Schallwellen treffen aufs Ohr, werden im Innenohr in Nervenimpulse umgewandelt und über die Hörbahn an die Großhirnrinde weitergeleitet. Beim Tinnitus fehlt der Reiz durch eine externe Schallquelle jedoch. Trotzdem wirkt das Geräusch auf die Betroffenen vollkommen real und oft extrem störend.

Vorsicht: Phantomgeräusch!

Beim so genannten objektiven Tinnitus sind die Ursachen relativ gut erforscht: Die Hörempfindung entsteht durch körpereigene Schallquellen, beispielsweise durch verengte Blutgefäße oder Muskelverspannungen. Diese verursachen ein reales Geräusch, das die Sinneszellen im Innenohr anregt und das sich mit hochempfindlichen Mikrofonen am Ohr messen lässt. Sehr viel mehr Menschen leiden jedoch unter subjektivem Tinnitus: Das Phantomgeräusch existiert ausschließlich in ihrer Wahrnehmung und ist daher wissenschaftlichen Untersuchungen kaum zugänglich. Hier haben die Neurowissenschaftler bemerkenswerte Fortschritte gemacht. Mit verschiedenen modernen Verfahren der Bildgebung – wie etwa der Positronen-Emissionstomografie – können sie zum Beispiel nachweisen, dass der Hörcortex bei Tinnituspatienten in abnormer Weise aktiv ist. Die Aktivität korreliert dabei mit dem subjektiven Höreindruck der Betroffenen. Doch welche neuronalen Mechanismen sind dafür verantwortlich? Und wo genau entsteht die störende Nervenaktivität? In unserer Arbeitsgruppe an der Universität Darmstadt haben wir uns dem Phänomen der Geisteröne mit verschiedenen Methoden genähert, und durch die Forschung an mongolischen Wüstenrennmäusen ein Modell aufgestellt, das die Tinnitus-



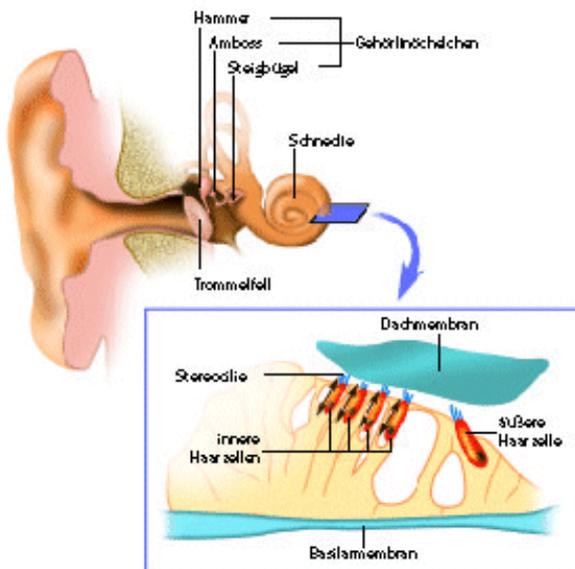
zeichnen. Kein Wunder, hören doch die Betroffenen Geräusche, die von niemand anderem wahrgenommen werden und die sich jeder physikalischen Schallmessung entziehen. Schon der griechische Philosoph Platon berichtete von einer »kosmischen Musik«, die ihn tagein, tagaus begleitete. Nach neuesten Schätzungen fühlen sich heute etwa drei Millionen Deutsche durch Tinnitus im Alltag zumindest belästigt. Das Gehörte beschreiben sie dabei sehr unterschiedlich – die Palette reicht vom Summen, Zischen, Schwirren über Knacken, Klopfen und Knarren bis hin zum Klingeln, Pfeifen und Singen. Sowohl Klangcharakter als auch Lautstärke können sich im Lauf der Erkrankung verändern. Die Beeinträchtigung durch diese allgegenwärtige Geräuschkulisse variiert individuell. Manche empfinden die Geräusche zwar als lästig oder unangenehm, fühlen sich aber in ihrer Wahrnehmungswelt und Leistungsfähigkeit nur wenig gestört. Für jeden Vierten hingegen gerät der Verlust der Stille zur fast unerträglichen psychischen und körperlichen

Entstehung erklären könnte. Die gewonnenen Erkenntnisse werden möglicherweise die Suche nach Therapien leiten und erste Erfolge neuer Heilverfahren verständlich machen.

Schallwandler

In der Schnecke versetzt der Schall die Basilarmembran in Schwingung. Die Schallkräfte zur Dachmembran biegen dadurch die Cilien ab, die inneren Haarzellen feuern.

Zahlreiche Therapien basieren auf der Annahme, dass die Tinnitusgeräusche im Innenohr entstehen. Dieser Teil unseres Hörsystems dient sozusagen als Schallwandler; er setzt die Luftschwingungen des Schalls in Nervenimpulse um, die dann über mehrere Verarbeitungsstationen den auditorischen Cortex



erregen – jenen Teil der Hirnrinde, der die Höreindrücke verarbeitet. Eine Schallwelle gelangt zunächst über den Gehörgang, das Trommelfell und die Gehörknöchelchen zum ovalen Fenster hinter dem Steigbügel (siehe Bild oben). Dahinter greifen die Schwingungen in der Schnecke oder Cochlea des Innenohrs auf die so genannte Basilarmembran über, die jedes akustische Signal in seine verschiedenen Frequenzen zerlegt. Die Sinneszellen entlang der Basilarmembran, die so genannten inneren Haarzellen, nehmen die Schwingungen auf und senden dann entsprechende Nervenimpulse an das Gehirn. Welche der Haarzellen – und damit auch welche nachgeschalteten Neurone – ein Signal aktiviert, hängt folglich von den verschiedenen Frequenzen ab, aus denen sich das Signal zusammensetzt. Diese frequenzabhängige Ordnung – die Tonotopie – setzt sich entlang der gesamten Hörbahn fort. Mithilfe mehrerer Methoden konnten Forscher nachweisen, dass beim Hören verschiedener Töne auch unterschiedliche Bereiche des Hörkortex aktiv sind. Ein gesundes Gehör ist extrem leistungsfähig. Es verdankt seine hohe Empfindlichkeit unter anderem den in drei Reihen angeordneten äußeren Haarzellen, die als Verstärker dienen. Ihre wie Orgelpfeifen aufgestellten »Haare«, die so genannten Cilien, vibrieren aktiv mit der Frequenz der Schallschwingung in der Cochlea und sorgen so dafür, dass sich auch die inneren Haarzellen stärker abbiegen. Ein Signal wird auf diesem Weg bis zu tausendfach verstärkt. Die hohe Empfindlichkeit des cochleären Verstärkers kann sogar zu einem Rückkoppelungs-

pfeifen führen, wie man es beispielsweise von einer Lautsprecheranlage kennt. Die dabei entstehenden Schwingungen der Haarzellen nehmen den umgekehrten Weg wie ein normales Schallsignal und erreichen über das ovale Fenster und die Gehörknöchelchen das Trommelfell. Dort werden sie abgestrahlt, und zwar gelegentlich so laut, dass sogar Menschen in der Umgebung den Pfeifton wahrnehmen; man spricht von „otoakustischen Emissionen“. Freispruch für das Innenohr. Könnten diese spontanen Aktivierungen der Sinneshaare Tinnitus verursachen? Viele Forscher waren zunächst davon überzeugt. Im Gegensatz zu Tinnitus, der in der Regel mit Hörschäden einhergeht, werden otoakustische Emissionen jedoch nur von gesunden Haarzellen generiert. Darüber hinaus hören die Betroffenen das durch die Emissionen entstehende Pfeifen allenfalls anfänglich. Vermutlich blenden nach kurzer Zeit hemmende Regelmechanismen entlang der Hörbahn das Geräusch aus. Ein Befund aus der Tinnitus-therapie ließ das Innenohr als Verursacher der störenden Geräuschkulisse endgültig ausscheiden: Als Ärzte bei tauben Patienten mit Ohrgeräuschen den Hörnerv und damit die Verbindung zwischen den Haarzellen und den auditorischen Zentren im Hirnstamm operativ durchtrennten, tobten die lästigen Phantomgeräusche im Kopf unvermindert weiter. Tinnitus entsteht also irgendwo in den der Cochlea nachgeschalteten Stationen des Hörsystems. In Frage kommen hier der Cochleariskern im Hirnstamm, der Colliculus inferior des Mittelhirns, der mediale Kniehöcker des Thalamus oder der Hörkortex. Um die Quelle der Störgeräusche ausfindig zu machen, untersuchten wir in unserem Labor Rennmäuse mit Tinnitus. Zwei Markierungsverfahren sollten zu Tage bringen, welche Hirnregionen des Hörsystems bei ihnen in abnormer Weise aktiv waren.

Erstaunlicherweise zeigten die Hörzentren des Hirnstamms unserer Versuchstiere kaum Aktivität – von einer Überaktivierung, wie man es an der Quelle des Phantomgeräusches finden sollte, ganz zu schweigen. Zunächst einmal bewies dieses Ergebnis wiederum, dass Tinnitus nicht in den Haarzellen entsteht, denn sonst hätten wir die über den Hirnstamm aufsteigende Erregung entdecken müssen. Andererseits waren die Sinneszellen durch Knalltrauma oder Natriumsalicylat-Gabe offenbar geschädigt worden. Hörschwellenmessungen bestätigten dann den Hörverlust der Nager.

Vom Ohr zur Hörinde

Bis die Nervenimpulse von den Haarzellen der Schnecke die auditorische Hirnrinde erreichen, werden sie von verschiedenen Verarbeitungsstationen gefiltert und verändert. Rote Pfeile zeigen den Weg vom linken Ohr zum Gehirn; blaue Pfeile repräsentieren absteigende Nervenbahnen, über die der Input geregelt wird. Die Olivenkerne dienen der akustischen Ortung, spielen aber bei der Tinnitusentstehung keine Rolle.

Aber auch das Mittelhirn scheidet als Entstehungsort des Tinnitus aus, denn unsere Markierungsversuche zeigten in den dortigen auditorischen Arealen ebenfalls keinen

Anstieg der Aktivität, der auf ein krankhaftes Geschehen in diesem Bereich hingewiesen hätte. Erst in den Hörzentren der Hirnrinde wurden wir fündig. Diese müssen bei Tinnitus auf jeden Fall aktiv sein, denn nur so kann ein Höreindruck entstehen, egal ob er von einer realen Schallquelle oder einem Phantomgeräusch stammt. Analog zu der Dauererregung in den obersten auditorischen Regionen bei menschlichen Tinnituspatienten waren auch bei unseren kranken Mäusen die entsprechenden Hörareale wesentlich aktiver als bei Vergleichstieren. Vom Menschen weiß man zudem, dass Aspirin eine spezielle Form des Tinnitus verursachen kann, der sich häufig auf einen einzigen Ton beschränkt. Bekommen Versuchstiere das dem Aspirin verwandte Natriumsalicylat verabreicht, geschieht scheinbar etwas ganz Ähnliches: In den Aktivierungsbildern der Hörrinde entdeckten wir streifenförmige Muster, und der tonotopen Ordnung des Hörcortex zufolge entsprechen diese „Aktivitätsstreifen“ schmalbandigen Geräuschen, also zum Beispiel einem monotonen Pfeifen.

Die rätselhaften Töne im Kopf lassen sich also tatsächlich durch ein Tiermodell experimentell erzeugen und damit auch endlich näher untersuchen. Viel wichtiger ist aber eine zweite Schlussfolgerung: Tinnitus kann sich zwar aus einer Schädigung der Sinneszellen im Innenohr entwickeln. Die dem Phantomgeräusch entsprechende neuronale Aktivität entsteht erst im Hörcortex (also in einem Gehirnareal) und nicht schon im Ohr. Dass der primäre Hörschaden und die Tinnitusaktivität im Cortex nicht direkt zusammenhängen, könnte auch erklären, warum die ständige Geräuschempfindung bei vielen Tinnituspatienten auch dann anhält, wenn ihr Hörvermögen längst wieder hergestellt ist.

Doch welcher Mechanismus bringt die Ohrgeräusche hervor? Wir gehen davon aus, dass hier Kompensations- und Kontrollmechanismen des auditorischen Systems am Werk sind. Normalerweise dienen diese dazu, unser Hörvermögen so effektiv wie möglich an die Umwelt anzupassen. Rückkopplungsschleifen blenden die unwichtigen Reize aus der ständig eintreffenden Flut von Wahrnehmungen aus. Sie unterdrücken aber nicht nur unbedeutende Umweltgeräusche wie das Ticken einer Uhr, sondern sie verstärken auch wichtige Signale.

Überlebenswichtiges Frühwarnsystem

In der Natur sind Geräusche oft der erste Hinweis auf eine drohende Gefahr – das Knacken eines Astes kann den durch Nacht und Nebel oder durch ein Gebüsch verborgenen Feind verraten. Das Gehör besitzt evolutionsbiologisch also eine wichtige Rolle als Frühwarnsystem, und zu diesem Zweck steht die Hörbahn mit Hirnarealen zur Steuerung der Aufmerksamkeit in Verbindung, zum Beispiel mit dem „Locus coeruleus“ oder der retikulären Formation im Hirnstamm. Entsprechende Kontakte bestehen auch mit dem für Gefühle zuständigen limbischen System im Vorderhirn, und hier besonders mit der für Stress- und Angstreaktionen wichtigen Amygdala. Wie eng die Beziehungen zwischen limbischem und auditorischem System sind, sieht man etwa an der emotionalen Wirkung von Musik. Ohne eine neuronale Verbindung zu den Gefühlszentren könnte zum Beispiel eine Opernarie dem Klassikliebhaber keine wohligen Schauer bescheren. Vermutlich verstärken das limbische System und Aufmerksamkeitsregionen bei Tinnitus die positive Rückkoppelung zwischen auditorischen Regionen des Thala-

mus und dem Hörcortex. Dafür spricht auch, dass bei den Versuchstieren die Tinnitusaktivität im Hörcortex mit neuronaler Aktivität im „Locus coeruleus“ und in der Amygdala zusammen hängt.

Auf Grundlage dieser Erkenntnisse wurde ein neuronales Modell der Tinnituserstehung entwickelt. Es geht von der Tatsache aus, dass es absolute Stille aus neurobiologischer Sicht gar nicht gibt. Auch wenn kein Geräusch aufs Ohr trifft, laufen ständig chaotische, spontan entstehende Signale über die Hörbahn. Das Gehirn hat gelernt, diese Entladungen als »Stille« zu interpretieren. Ein neuroakustisches Experiment machte dies bereits im Jahre 1953 deutlich: Auch die meisten völlig gesunden Menschen nehmen in einer schalldichten Kammer nach einer Weile ein Geräusch wahr. Ein Hörschaden führt nun dazu, dass die Haarzellen der Cochlea, der Hörnerv und auch die Zentren der aufsteigenden Hörbahn in einem bestimmten Frequenzbereich nicht mehr in normaler Weise spontan aktiv sind. Das Mittelhirn versucht nun, die Frequenzabstimmung zu verschärfen, indem sich dort Neurone gegenseitig hemmen, die auf benachbarte Frequenzen reagieren. Die aktiveren von ihnen setzen sich durch, während geschädigte Zellen noch weniger Signale senden. Diesen Mechanismus kennt man unter anderem vom Gehör der Fledermäuse, aber auch vom Sehsinn bei Tieren und Menschen. An einer schwarzen Farbkante erscheint eine graue Fläche heller. Entsprechend verstärkt dieser Mechanismus bei Tinnitus geringfügig die Signale in den Frequenzen am Rand des Hörschadens.

Harmloser Beginn

Infolge eines Hörschadens kann das Innenohr bestimmte Frequenzen nicht mehr verarbeiten (zweiter Frequenzgang von unten). Verschiedene Verstärkungs- und Filtermechanismen wie beispielsweise laterale Hemmung erzeugen Frequenzspitzen (dritter und vierter Frequenzgang von unten). Richtet der Betroffene seine Aufmerksamkeit darauf, und kommt dazu eine negative emotionale Haltung gegenüber der Ruhestörung, springt eine Rückkoppelungsschleife zwischen dem Hörcortex und den Kniehöckern des Thalamus an — es kommt zur Resonanzkatastrophe. Diese „Spitzen“ im Frequenzspektrum gelangen dann zum auditorischen Thalamus und von dort zur Hörrinde. Ist die Rückkoppelung zwischen diesen beiden Instanzen unter Einfluss der Emotionszentren, oder sind die Aufmerksamkeitsregionen besonders intensiv, so werden die Störkomponenten massiv verstärkt. Es entsteht offenbar genau das, was Tinnitus ausmacht: Erregung des Hörsystems ohne Schall am Ohr. Die Stichhaltigkeit dieser Hypothese überprüfen wir in einer Computersimulation. Der Rechner stellte hierbei auf jeder der vier Verarbeitungsebenen im Hörsystem jeweils hundert Nervenzellen dar, die entsprechend dem Prinzip der Tonotopie nach Frequenzbereichen geordnet waren. In der untersten Ebene – dem Innenohr – wurde zunächst die Spontanaktivität der »virtuellen Haarzellen« in einem bestimmten Bereich

unterdrückt. Hier hat das Computermodell sozusagen einen Hörschaden. Die nächste Hierarchieebene – stellvertretend für die auditorischen Kerngebiete im Mittelhirn – verstärkte durch laterale Hemmung die Frequenzabstimmung. Die thalamische dritte Ebene und die corticale vierte Ebene waren positiv miteinander rückgekoppelt. Die Stärke der Rückkoppelung – im Gehirn durch Stress und Aufmerksamkeit beeinflusst – wurde in der Simulation per Tastatur geregelt.

Das Resultat bestätigte unser Modell: Auf den unteren Ebenen unseres elektronischen Hörsystems stieg die Aktivität an den Frequenzrändern des Hörschadens nur leicht an. Wenn die positive Rückkoppelung zwischen simuliertem Thalamus und Hörkortex eingeschaltet war, erreichte das Signal in diesem Tonbereich auf der Stufe des Hörkortex jedoch rasch extreme Werte. Selbst aus einem schwachen Hörschaden – also einer nur leichten Verminderung der »Haarzellaktivität« – entwickelte der Rechner eine lokal begrenzte Aktivierung seiner auditorischen Rinde. Es war so, als würde er einen Pfeifton hören. Ein Hörschaden allein macht also noch keinen Tinnitus. Dieser entsteht erst, wenn das Gehirn versucht, fehlende neuronale Eingangssignale auszugleichen, und das nervtötende Phantomgeräusch tönt umso lauter, je aktiver die positive Rückkoppelung zwischen Thalamus und Hirnrinde arbeitet. So spielt letztendlich unser Gefühlsleben bei der Entstehung der Hörstörung eine entscheidende Rolle – das limbische System dreht den Lautstärkeregler! Was wertvoll ist, wenn es im Unterholz verdächtig raschelt, kann also für den modernen Menschen auch fatal sein. Verschiedene Studien haben inzwischen belegt, dass Stress bei der Tinnitusergenese eine wichtige Rolle spielt. Viele Patienten entwickeln ihren Tinnitus in Zeiten, in denen sie ganz im Sinne des Wortes „**viel um die Ohren haben**“. Das nicht endende Pfeifen oder Rauschen setzt sie zusätzlich unter Druck, und als Konsequenz verstärkt das limbische System die Rückkoppelung zwischen Thalamus und Hörkortex noch weiter – der Teufelskreis schließt sich.

Folgschwerer Lernvorgang

Am Anfang handelt es sich beim Tinnitus um eine Art Überinterpretation des Gehirns. Die durch den Hörschaden und seine Kompensation entstehenden Signale werden als sehr bedeutend bewertet – und die emotionalen Verstärkungsmechanismen setzen ein. Später, wenn das volle Hörvermögen wieder zurückgekehrt ist, müssten die Phantomgeräusche verschwinden – aber das ist oft nicht der Fall. Offenbar kann sich die Geräuschempfindung verselbständigen, wenn sie nur lange genug besteht. Genauso wie wiederholtes Lernen hilft, etwas fest im Gedächtnis zu verankern, wird wohl auch das Phantomgeräusch zumindest teilweise »erlernt«. Darauf deutet die intensive Synthese eines Proteins namens c-fos hin, die bei unseren Versuchstieren zu sehen war – denn das Eiweiß zeigt die Um- und Neubildung von dauerhaften neuronalen Verknüpfungen an. Bildgebende Verfahren deuten darauf hin, dass es auch bei menschlichen Patienten im Hörkortex zu nachhaltigen Umbaumaßnahmen kommen kann. Bei ihnen vergrößern sich offenbar jene Areale der Hirnrinde, die für die Frequenz des Phantomgeräusches zuständig sind. Doch was bedeutet das für die Therapie des subjektiven Ohrgeräusches? Bisher waren Heilungsversuche leider selten von Erfolg gekrönt. Genau hier könnte vielleicht unser neuronales Modell weiterhelfen. Dem Tinnitus liegt zu Beginn in aller Regel eine Schädigung des Innenohrs zu

Grunde, und sei sie auch noch so klein. Je schneller diese behandelt wird, desto schwerer kann sich das Phantomgeräusch über die Lernmechanismen im Kopf festsetzen. Oft tritt der Tinnitus in Folge eines Hörsturzes auf, der ja seine Ursache in einer Schädigung des Innenohrs hat. In diesem Fall haben sich Medikamente bewährt, die Durchblutung und Stoffwechsel der Haarzellen unterstützen und damit im gleichen Zug auch Tinnitus bekämpfen. Dieser Therapieansatz bedeutet eine 180-Grad-Wendung – da Ärzte lange Zeit den Störsender auch nach wiedererlangtem Hörvermögen im Innenohr vermuteten, versuchten sie, die Aktivität der Haarzellen medikamentös zu unterdrücken. Neurobiologisch gleicht das jedoch dem Versuch, den Teufel mit dem Beelzebub auszutreiben. Wenn die Neuronen des Innenohrs noch weniger Signale liefern, drehen nach unserem Modell die Rückkoppelungsschleifen den Regler auf – der Tinnitus wird lauter. Erhöhte Aufmerksamkeit regt die Rückkoppelungsschleife zusätzlich an. Sich allzu intensiv mit dem Tinnitus zu beschäftigen, kann diesen daher verstärken – besser wäre es zu versuchen, das lästige Geräusch zu ignorieren, sodass es nicht stört oder sogar unter der Wahrnehmungsschwelle bleibt. Doch hier hat das limbische System die Kontrolle, und diese stammesgeschichtlich sehr alten Hirnregionen entziehen sich einer bewussten Steuerung; das weiß jeder, der Liebeskummer kennt. Mit bloßem Willen lassen sich die mächtigen neuronalen Rückkoppelungsschleifen, die zum dauerhaften Tinnitus führen, also nicht unterbrechen. Doch man kann das limbische System auf anderen Wegen beeinflussen; allerdings bedeutet das einen langwierigen Prozess des Umlernens und Umgewöhnens. Bei einer zunehmenden Vielfalt von Therapien wird versucht, das Ohrgeräusch von negativen Gefühlen zu entkoppeln und die Aufmerksamkeit auf andere, reale Geräusche zu lenken. Über Monate vermitteln Verhaltenstherapeuten dem Patienten Strategien, die ihm helfen, mit der ständigen Ruhestörung und ihren Folgeerscheinungen – Angst, Schlafstörungen und Depressionen – besser umzugehen. Bei manchen dieser Therapien tragen die Patienten einen so genannten Masker oder Noiser. Dieser sieht aus wie ein Hörgerät und erzeugt ein Geräusch – ähnlich einem weit entfernten Meeresrauschen.

Durch die Dauerbeschallung tritt das Phantomgeräusch in den Hintergrund, es wird »maskiert«. Letztlich geht es bei der Tinnitustherapie aber darum, Hören wieder als etwas Schönes zu empfinden. Hat sich die akustische Aufmerksamkeit erst mehr auf Reize gerichtet, die positive Emotionen auslösen – sei es schöne Musik oder spannende Geräusche aus der Natur –, kann der Tinnitus zunehmend ignoriert werden. Nach unserem Modell sollte dies die durch Aufmerksamkeit und Emotionen gesteuerten Rückkopplungsschleifen abschwächen und die Wahrnehmung des Tinnitus vermindern. Diese relativ neuen Methoden benötigen zwar Zeit, sind aber erfolgreicher als Behandlungen mit Medikamenten. Viele Tinnituspatienten können nach diesen Therapien mit ihrem Ohrgeräusch besser leben oder verlieren es sogar ganz. Therapieerfolg bedeutet jedoch keineswegs, dass die

plastischen Veränderungen des Hörsystems durch Tinnitus völlig beseitigt werden; ein ehemaliger Patient schwebt also immer in der Gefahr eines Rückfalls – insbesondere wenn der Hörschaden, also die primäre Ursache der Erkrankung, nicht vollständig behoben werden kann. Nach wie vor ist das Klingeln im Kopf die Alarmglocke des Frühwarnsystems Gehör. Sie ertönt, wenn wir dringend Auszeit vom Stress brauchen. Manches Übel besitzt auch eine gute Seite – selbst der Tinnitus.

Mit Tönen gegen den Tinnitus

Es ist gar nicht so lange her, da konnte man bei der Firma „Aldi“ so genannte CD's mit Musik gegen Tinnitus kaufen. Eigentlich war die Neuropsychologin Herta Flor dem Phantomschmerz auf der Spur – jenem Schmerz, an dem Menschen leiden, die eine ihrer Gliedmaßen verloren haben. Dabei entdeckte die Heidelberger Professorin, dass eine Neuorganisation der Hirnrinde dieses Phänomen verursacht – und ihr kam ein Verdacht: War vielleicht auch die Phantomempfindung Tinnitus durch eine ähnliche Umstrukturierung im Gehirn begründet?

Um diese Hypothese zu prüfen, ermittelte die Forschergruppe um Flor zunächst bei zehn Patienten die Tinnitusfrequenzen. Alle Untersuchten litten an einem so genannten tonalen Tinnitus, einem schmalbandigen Geräusch, wie beispielsweise einem Pfeifen. Dann spielten Flor und ihre Kollegen den Patienten sowohl ihre Tinnituslaute als auch drei weitere Frequenzen über einen Kopfhörer vor; zum Vergleich beschallten sie zusätzlich 15 gesunde Personen mit denselben Tönen. Währenddessen beobachteten die Wissenschaftler mit Hilfe der funktionellen Magnetresonanztomografie – einem Verfahren, das die Aktivität von Hirnregionen sichtbar macht –, wo genau im Hörcortex die Probanden diese Signale verarbeiten. Das Ergebnis: Bei den Gesunden lagen die erregten Areale nach der Frequenz geordnet auf einer Linie – wie Perlen einer Kette. Ganz anders bei den Patienten mit Phantomgeräuschen. Die für die Verarbeitung der Tinnitusfrequenz zuständige Region hatte sich nicht nur auf Kosten der angrenzenden Frequenzbereiche deutlich vergrößert; sie hatte sogar von Hirnarealen außerhalb der Hörrinde Besitz ergriffen! Dabei beanspruchte das Tinnitusareal umso mehr Platz, je quälender die Probanden das Phantomgeräusch subjektiv empfanden. Dass solch' ein starker Expansionsdrang im Cortex nicht ungewöhnlich und nicht einmal in jedem Fall krankhaft ist, weiß man beispielsweise von Pianisten. Wenn diese über Jahre intensiv ihr Instrument spielen, vergrößern sich die Regionen der motorischen Hirnrinde, die für die Bewegung der Hände zuständig sind. Dadurch verbessert sich die Beweglichkeit der Finger. Beim Tinnitus – und auch beim Phantomschmerz – wirkt sich dieses „neuronale Bodybuilding“ aber offensichtlich negativ aus. Warum nicht einfach den Spieß umdrehen, so die nahe liegende Idee der Heidelberger Forscher – wenn einer drängelt, müssen die anderen eben zurückdrängeln. Die neuartige Tinnitusbehandlung aus Heidelberg setzt nun die Patienten täglich zwei Stunden exakt jenen Tönen aus, die direkt neben der Frequenz ihres Phantomgeräusches liegen und damit von benachbarten Hirnregionen verarbeitet werden. Trifft die Überlegung zu, übernehmen diese Regionen wieder ihre angestammten Frequenzen und die krank machende corticale Reorganisation bildet sich zurück – die nervtötende Ruhestörung sollte damit verschwinden. Die ersten Studienergebnisse sind viel versprechend: Nach nur vier Wochen Trai-

ning hatte sich der Tinnitus bei einem Drittel der Probanden deutlich verringert. »Je länger die Patienten üben, desto größer fällt der Erfolg aus«, erklärt Flor. Derzeit wird das Verfahren in umfangreicheren Untersuchungen getestet.

Das Gehör

Die Ohrmuschel fängt Schall auf, und leitet ihn weiter in das Mittelohr zum Trommelfell, das zu vibrieren beginnt. Diese Schwingungen werden über die Gehörknöchelchen Amboss, Hammer und Steigbügel an die Schnecke weitergegeben. Dort befinden sich höchstempfindliche, ultrafeine Sinneszellen, die so genannten Haarzellen. Diese wandeln die ursprünglich mechanische Energie in elektrische Energie um und leiten sie als Nervenimpuls an das Gehirn weiter. Aus Signalen werden Informationen. Das menschliche Gehör ist für mittlere Frequenzen (Sprache) geschaffen. Zu hoher Schalldruck (Lärm) führt zu Überbelastung und Zerstörung der Haarzellen. Sind diese geschädigt, sterben sie unwiederbringlich, nach und nach ab. Das bedeutet den Beginn einer fast unheilbaren Krankheit.

Wie wirkt Schall, der eingebaute Verstärker?

Die Schallmessung erfolgt mit der Dezibel A-Skala = dB. Diese berücksichtigt die Empfindlichkeit des menschlichen Gehörs. Bei der Messung werden Lautstärke (=Schalldruck) und Tonhöhe (=Frequenz: Anzahl der Schwingungen) berücksichtigt. Hohe, laute Töne sind besonders gefährlich! Z.B: Winkelschleifer, Hämmern auf Metall, Kreissäge... Der Antilärm-Gehörschutz filtert genau diese gefährlichen Frequenzen heraus.

Im Innenohr wird der Schall rund 20-fach verstärkt! Deshalb empfindet das Gehör den Schall nicht nur in Form des Schalldrucks selbst, sondern im Verhältnis um ein Vielfaches stärker. Für das menschliche Gehör bedeutet ein Unterschied von nur 3 dB ca. eine Verdoppelung der Belastung. Z.B: Während Lärm mit 100 dB noch ca. 1,5 Stunden pro Woche ertragen werden kann, dürfen Belastungen über 118 dB in Summe maximal 2 Minuten pro Woche dauern.

Ab wann macht Lärm krank?

Schon bei einer dauernden Lärmbelastung von nur 65 Dezibel (z.B Großraumbüro, Auto etc.) beginnt die unwillkürlich negative Wirkung auf den Menschen. Es kommt zu nervösen und organischen Schäden wie zum Beispiel: Konzentrationsstörungen, Abfall der Leistungsfähigkeit, andauernde Erschöpfungszustände, Schlafstörungen, seelische Störungen, zunehmende Atemfrequenz, Bluthochdruck, steigendes Herzinfarkt-Risiko, abnehmende Hautdurchblutung, Risiko eines Magengeschwürs. Konzentrationsstörungen, die zu Unaufmerksamkeit und somit zu Fehlern führen steigern das Unfall- und Verletzungsrisiko. Ab 80 dB kommt es zu einer Schädigung des Innenohrs, durch die Überlastung der Haarzellen. Diese Schädigung kann bis zur irreversiblen Taubheit, und somit in die soziale Isolation führen. Mehrere Lärm-Einwirkungen summieren sich. Da die Leistungsfähigkeit der Haarzellen im Alter abnimmt, können sich in einer späteren Lebensphase starke Hörschä-

den bemerkbar machen, deren Ursachen Jahrzehnte zurückliegen. Man sollte unbedingt für sein Gehör Sorge tragen und es schützen. Ein bereits geschädigtes Gehör reagiert weitaus anfälliger. Ein durch Lärm verursachter Hörschaden ist unheilbar! Schädlicher Schall wird nicht immer als Lärm empfunden. Besonders deutlich wird dies beim Hören von Musik über Kopfhörer, im Auto oder in Diskotheken. Hier wird mit Leichtigkeit eine Schallstärke von 110-120 Dezibel erreicht. Ebenso heimtückisch ist das Windgeräusch unter Motorradhelmen, wo bei einer Geschwindigkeit von 100 km/h eine Schallbelastung von ca. 94 dB auftritt (bei 140 km/h: ca. 102 dB). Diese oft unbemerkte Schädigung liegt daran, dass unser "Gehör" keinen Unterschied macht, ob ein hoher Schallpegel von kreischenden Maschinen oder von dröhnender Musik kommt. Unser Gehirn könnte sehr wohl unterscheiden, fühlt sich jedoch von Musik oder Freiheitsgefühl so beflügelt und inspiriert, dass es eine Warnung einfach verdrängt. Dass Hörschwächen zu Beginn meist nicht erkannt werden, liegt daran, dass sich Einschränkungen zuerst im Hochtonbereich abzeichnen. Erst später ist das Sprachverständnis betroffen. Selbst dann wird ein Hörverlust noch nicht wahrgenommen. Da das Gehirn hochintelligent reagiert und nicht vollständig Gehörtes so interpretiert, dass der Inhalt sinnvoll erscheint. Die Folgen sind Missverständnisse, falsche Interpretation und Fehler. Darum schützen Sie Ihr Gehör und gönnen Sie Ihren Ohren öfter einmal eine Pause! Tatsache ist und bleibt, dass Höreinbußen eine erhebliche Verschlechterung der Lebensqualität darstellen und soziale Kontakte empfindlich einschränken.

Rock – Was für eine Musik! Dark Metal, Black Metal – seine Macher und seine Hörer

Sage mir, was du hörst, und ich sage dir, wer du bist. Diese einfache Formel stimmt nicht immer, auch wenn unbestritten bleibt, dass jugendliches Lebensgefühl in besonderer Weise über die Musik transportiert wird. Dies gilt auch für eine besondere Sparte des Heavy Metal: Dark Metal bzw. Black Metal. Die Klänge sind meist von harten Gitarrensounds und krächzendem Gesang geprägt, was es ungeübten Ohren mitunter schwer macht, anderes als Krach zu vernehmen. Mehr noch als der Klang bedienen sich Texte, Outfit, Bühnenshow aus dem Fundus satanistischer Vorstellungen, um das Publikum zu schocken. Die Absicht dahinter ist eindeutig: Wer am meisten provoziert, macht von sich reden und verkauft seine CD's besser. Ob die Formel „Je schlechter die Musik, desto drastischer die Bühnenshow“ zutrifft, müssen Kundigere entscheiden.

Blasphemie, Gewalt, Aggression und nicht selten Identifikation mit dem Bösen sollen hier als Verkaufsanreiz dienen – zumindest in den meisten Fällen. In wie weit die Bandmitglieder selbst Satanismus als Religion für sich praktizieren, oder lediglich das Image verwenden, bleibt meist offen. Nach einer Expertenschätzung liege der Anteil der Musiker, die selbst wirklich an Satan und Dämonen glauben lediglich bei einem Prozent. Allerdings muss die Frage erlaubt sein, wie solche Musik, Texte und Shows auf einen Menschen wirken. Es ist schwer vorstellbar, dass man über Jahre hinweg auf der Bühne Aggression und Gewalt propagiert, ohne dass dies Rückwirkungen auf die eigene Person mit sich bringt.

Die Motive für das Hören solcher Musik können durchaus verschieden sein. Die Möglichkeit, dass jemandem einfach diese



Art der Musik gefällt, ohne dass derjenige mehr damit verbinden würde, muss zugestanden werden. Die Wahl der Musik korreliert bei Jugendlichen oft mit der Wahl der Freunde und kann der Abgrenzung dienen. In meiner Jugend hörte Heavy Metal, wer die Typen nicht ausstehen konnte, die Modern Talking mochten. Auch innerfamiliäre Motivationen sind wichtig: „Selten hören Eltern und Kinder mit Freude die gleiche Musik, eher fühlen sie sich gegenseitig von der jeweiligen Musik „genervt“, Eltern zusätzlich durch die Lautstärke, mit der ihre Kinder die Musik hören. Klaffen die Musikgeschmäcker besonders stark auseinander, sind heftige Streitereien vorprogrammiert. Hat das Mädchen oder der Junge in der eigenen Sozialisation bisher wenig Loslösungsmöglichkeiten und Chancen zur Selbstentwicklung erhalten, steigt die Notwendigkeit, sich besonders deutlich abzugrenzen. Hardrock und Heavy-Metal als Musikrichtungen sind hierfür besonders geeignet, wenn das Bedürfnis nach Dramatik, Destruktivität, Macht und Gewalt auf offene Ohren der Konsumierenden trifft. Reicht dieses Phänomen zur Abgrenzung nicht aus, und ist das Gewaltpotential besonders stark ausgeprägt, bietet sich die Hinwendung in speziellere Bereiche der Metal-Musik an: die Black-, Trash-, Death- oder Occult-Metal-Musik.“

Ein verantwortungsvoller Umgang wird Übertreibungen zu vermeiden suchen (nicht jeder Black-Metal-Fan ist praktizierender Satanist), aber auch die Probleme ansprechen. Texte und Auftritte mancher Bands eignen sich nicht zur Verharmlosung. In den USA ermordeten 1996 drei Jugendliche ein 15-jähriges Mädchen, die nach eigenen Angaben von der Band „Slayer“ zu der Tat angeregt wurden. Auch beim „Satanmord“ von Son-

dershausen war das Aggressionspotenzial bereits in der Musik angelegt. Wenn die Propagierung rücksichtsloser Gewalt auf der Bühne bei psychisch labilen Anhängern zu tatsächlich praktizierter Gewalt wird, kann man die Musiker moralisch nicht von der Mitschuld freisprechen. Dass auch theologisch gesprochen der Teufel seine Hände im Spiel hat, wenn derartiges geschieht, ist offensichtlich.

Zwischen Pendel und schwarzer Messe

Richtungen und Typologien des Satanismus

Satanismus ist ein sehr schillernder Begriff. Unwillkürlich denkt man an Teufelsanbetung, verwüstete Friedhöfe, schwarze Messen und blutige Tieropfer. Aber Satanismus hat viele Gesichter, und die meisten sehen anders aus. Da gibt es Jugendliche, die aus Neugier Experimente mit einem Pendel oder einem rutschenden Glas veranstalten. Da gibt es schwarz gekleidete Gestalten, die gern harte Musik hören. Andere schwarz gekleidete Gestalten mit wilden Frisuren hören andere Musik, sehen aber sonst ganz ähnlich aus. Da gibt es Leute, die ihre radikale Vorstellung von individueller Autonomie als satanisches Prinzip bezeichnen. Da gibt es andere, die durch Magie versuchen, ihre Ziele zu erreichen. Da gibt es wieder andere, die vor allem deshalb Satanisten sind, weil sie anders sein wollen als ihre Eltern - am Besten das Gegenteil - und das deutlich zum Ausdruck bringen. Wieder andere sind es eher heimlich für sich, lesen magische Bücher, praktizieren still ihre Rituale und sind ansonsten unbescholtene Bürger. Ihnen allen ist gemeinsam, dass sie etwas mit „Satan“ zu tun haben. Was sie darunter verstehen und was das für sie bedeutet, ist schon wieder sehr verschieden. Wie kann man diese Vielfalt ordnen? Nach Prof. G. Schmid sind vor allem zwei Bereiche zu unterscheiden: experimenteller (hypothetischer) und religiöser (ideologischer) Satanismus.

1. Experimenteller Satanismus

Für die Richtungen, die man unter dem Stichwort „experimenteller“ oder auch „hypothetischer Satanismus“ zusammenfassen kann, gibt es eine Gemeinsamkeit: Satan ist eine Hypothese, die angenommen wird und geprüft werden soll. Seine Existenz steht nicht von vornherein fest, sondern ist genau genommen nebensächlich. Es geht eigentlich um Anderes. Satanismus wird benutzt, um anderen Zwecken zu dienen. Er kann zur Überbrückung von Schwächen im Abendprogramm benutzt werden, er kann zur Steigerung von CD-Verkäufen dienen, er kann Protest gegen die Erwachsenenwelt ausdrücken, er kann zur Gestaltung einer Gruppenidentität verwendet werden. Immer geht es aber nicht eigentlich um Satan, sondern um Anderes. Der Satanismus ist nur die Fassade.

2. Religiöser Satanismus

Im Unterschied zum vorangegangenen bemüht sich religiöser Satanismus um ein mehr oder weniger geschlossenes weltanschaulich-religiöses System der Weltdeutung. Es geht hier nicht um Experimente, sondern die Grundzüge stehen von vornherein fest. Es ist für die Betroffenen ein philosophisches bzw. religiöses System, das auch mit dem Anspruch intellektueller Überzeugungskraft daherkommt. Innerhalb dieser Abteilung haben sich verschiedene Richtungen und Systeme herausgebildet. Gemeinsam ist ihnen, dass komplizierte liturgische Riten eine wichtige Rolle spielen, denen eine magische Wirkung zugeschrieben wird. Wichtige Gestalt war Aleister Crowley (1875–

1947), der mit dem „Gesetz von Thelema“ den eigenen Willen zum absoluten Gesetz erhob und verschiedene mit ritueller Magie arbeitende Okkultorden dominierte, besonders den „Ordo Templi Orientis“ (O.T.O.).

Ein anderer Zweig, der inzwischen Crowley an Popularität übertrifft, geht auf Anton Szandor LaVey (1966–1997) zurück, der 1966 in Kalifornien die „Church of Satan“ gründete. Im Unterschied zu Crowley ist LaVey im Grunde seines Herzens Rationalist. An einen Teufel glaubt er nicht. Satan ist für ein Prinzip, eine Chiffre für die Umkehrung ethischer Prinzipien. Dies hindert ihn freilich nicht, auch lebenspraktisch ausgerichtete magische Rituale zu propagieren. Von beiden existieren verschiedene Nachfolgeorganisationen.

3. Pathologischer Satanismus

Von den genannten Richtungen zu unterscheiden (obwohl er manchmal auch dort auftritt), ist ein pathologischer Satanismus. Bei ihm steht eine meist behandlungsbedürftige psychische Störung im Zusammenhang mit satanistischem Auftreten oder im Hintergrund von Berichten über satanistische Erlebnisse.

Nicht direkt zum Themenbereich des „Satanismus“ gehörig, aber durch einige Berührungspunkte und Überschneidungen mit ihm verbunden, sind:

- die neue Hexenszene (Wicca-Bewegung), in der vornehmlich Frauen ihr Interesse an Magie mit einer Selbstidentifikation als „Hexe“ verbinden,
- die neuheidnische Bewegung, wo der Versuch einer Wiederbelebung alter germanischer, nordischer oder keltischer Religionen unternommen wird, und
- die Gothic-Szene, in der Jugendliche ihrem veränderten Lebensgefühl durch bestimmte Kleidung und Musik Ausdruck geben.

Diese Richtungen grenzen sich in der Regel vom Satanismus ab und wollen mit ihm nichts zu tun haben, stehen aber durch einzelne inhaltliche oder äußere Gemeinsamkeiten mit ihm in Beziehung.

Kurz gesagt

Wenn die gedachte Melodie in die Schallwellen umgewandelt wird (wenn man die Musik macht, bzw. spielt), dann durchdringt sie unseren Körper und verursacht eine Gehirnreaktion, die im Augenblick des Hörens in einem „Cocktail“ der Neurotransmitter (chemische Botenstoffe) endet. Die dabei neu entstandenen Proteine spiegeln unsere Gefühlsebene und sind durchaus in der Lage, sowohl die Seele als auch den Körper für eine bestimmte Zeit stark zu beeinträchtigen und zu beeinflussen. So gesehen kann es nicht egal sein, welche Musik ein Mensch hört und was er alles unter dem Begriff „Musik“ konsumiert. Auf die Dauer kann man unter Umständen großen und irreparablen Schaden davon tragen.

Josef Konitzer, Pfarrer

Der neue Pfarrgemeinderat

Wie in den anderen Pfarrgemeinden unserer Erzdiözese München und Freising wurde der neue Pfarrgemeinderat auch in St. Lukas Anfang März 2006 gewählt. Bevor wir Ihnen die neu gewählten Mitglieder vorstellen, möchten wir uns bei den Mitgliedern des „Alten Pfarrgemeinderates“ für die sehr intensive und sehr konstruktive Arbeit unter der Leitung von Herrn Rory O’Flanagan herzlich bedanken. St. Lukas ist eine sehr lebendige Gemeinde, die dank dem selbstlosen Einsatz von zahlreichen Frauen und Männern sowie Kindern und Jugendlichen über Jahre hinaus nicht nur in religiösen sondern auch in gesellschaftlichen und kulturellen Bereichen eine sehr wichtige Rolle spielt. Ideen zu haben, ist für unsere Zukunft von großer Bedeutung. Diese umzusetzen, ist ein anderes Kapitel. Eine gute und menschenwürdige Zusammenarbeit zwischen den Haupt- und Ehrenamtlichen ist hierfür die Voraussetzung. Ein herzliches „Vergelt’s Gott!“ gilt Ihnen allen für die langjährige und liebevolle Unterstützung in St. Lukas.

Der Neue Pfarrgemeinderat ist zum Teil auch der Alte. Dennoch gibt es einige personelle Änderungen. Es wurden insgesamt acht von 12 Kandidaten/Innen gewählt. In der konstituierenden Sitzung des neuen PGR’s vom 4. April 2006 wurden Herr Alois Brida als PGR-Vorsitzender, Frau Gaby Thurnhofer als stellvertretende PGR-Vorsitzende und Frau Petra Albrecht als PGR-Schriefführerin gewählt. Weitere vier PGR-Mitglieder werden noch berufen.

Allen Mitgliedern des neuen Pfarrgemeinderates möchte ich für die Bereitschaft zur Mitwirkung in St. Lukas herzlich danken und meine Freude über die Zusammenarbeit für die kommenden vier Jahre hiermit kundtun.

Josef Konitzer, Pfarrer



Alois Brida, PGR-Vorsitzender



Gaby Thurnhofer, stellv. Vorsitzende



Petra Albrecht, Schriefführerin



Michael Mirbeth



Erika Gschoßmann



Brigitte Hatzebasileiades



Willi Fries



Manfred Schlecht



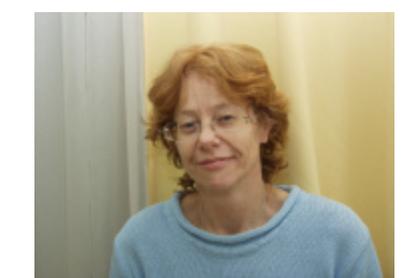
Evelyn Bächer



Kathi Seidel



Andrea Behr



Karin Röder

AG-Umwelt

Nach solch einem strengen Winter freut sich wohl ein jeder auf den ersehnten Frühling und dessen blühende Boten. Bald wird es auch in unserem „Seebeet“ grünen und blühen. (Vorausgesetzt unsere jugendlichen Fahrrad-cross-Fahrer kommen zu der Erkenntnis, dass es sich hier um ein Blumenbeet handelt, das liebevoll von Kindern gepflegt wird und nicht um einen abschüssigen Parcours, der insbesondere bei feuchtem Wetter den besonderen Kick zu waghalsigen Schleudermanövern mittels geländegängiger Fahrräder liefert.) Nach Ostern wird mit Hilfe einiger Erwachsener unsere Feuchtzone eingerichtet. Ein kleiner Bachlauf soll die Passanten dann erfreuen. Kinder und Jugendliche, die gerne bei uns mitmachen möchten, sind jederzeit herzlich willkommen. Die AG – Umwelt trifft sich regelmäßig dienstags von 15.30-16.30 Uhr.



Bei Projekten wie z. B. dem gemeinsamen Bauen eines Vogelhäuschens, werden bei Bedarf weitere Termine vereinbart. Danke, in diesem Zusammenhang an die beiden Brüder Andreas und Bernhard Nocker, die sich mit den „AG-lern“ aus diesem Anlass einige Male getroffen haben und mit viel Geduld und Sachverständnis das Vogelhäuschen und einige Nistkästen mit den Kindern gebaut haben.

G. Schroll, GR

Klein fängt alles Große an

Beharrlich kam da die ersten Male ein Mädchen zur Probe des neuen Kinderchores. Nach einigen Wochen: 100% -iger Zuwachs, die Zweite!! Und so „tröpfelte“ es immer weiter, inzwischen treffen sich dreizehn Kinder einmal wöchentlich, nämlich mittwochs von 16.00-17.00 Uhr im Pfarrheim, um viel Spaß beim gemeinsamen Singen, Musizieren und natürlich auch Ratschen zu haben. Momentan studiert der Kinderchor St. Lukas die Tölzer Kindermesse ein. Wer sich gerne dazugesellen möchte, ist herzlich willkommen! Einfach mal reinschauen und vielleicht auch gleich mitmachen?

Über neue Mitglieder freut sich der Kinderchor St. Lukas mit G. Schroll, GR

Erstkommunion 2006

Am Sonntag, den 07.05.2006 werden wir um 10.00 Uhr in unserer Pfarrei mit 40 Kindern die Feier der Ersten Hl. Kommunion begehen. Die Kinder werden seit Februar in fünf Gruppen von insgesamt 10 Gruppenleitern betreut, denen wir schon jetzt für ihre große Mühe und ihren unermüdlichen Einsatz danken möchten. Bis zu „ihrem Tag“ wünschen wir allen noch recht viel Freude in den Gruppenstunden und bei ihren gemeinsamen Unternehmungen und ein schönes Fest zusammen mit ihrer Familie und Freunden:

Josef Konitzer, Pfarrer und Gabi Schroll, GR



Erstkommunionkinder in St. Lukas 2006

Wegbegleiter

Alfred Saur 2005

Wenn ein neuer Tag beginnt,
mach dich auf den Weg.
Da ist einer den keiner sieht,
einer, der mit dir geht.

Und was der Tag auch bringt,
betracht ihn als Geschenk.
Da ist einer der dich mag,
einer, der an dich denkt.

Dein Wegbegleiter - unsichtbar;
er ist einer der Hoffnung gibt,
einer, der dich aus dem Dunkel führt,
zu einem Weg ins Licht.

Menschen - sichtbar am Ende;
sie wissen nicht mehr weiter.
Da ist einer der wartet auf dich,
sei du ihm ein Begleiter.

Jugendchor in St. Lukas

Etwa zwanzig Jugendliche kommen jede Woche zusammen, um miteinander Spaß am Singen zu haben. Es werden gemeinsam Jugendgottesdienste vorbereitet, in denen moderne Lieder gesungen und manchmal sogar eigens einstudierte und selbst ausgedachte kleine Stücke vorgespielt werden, wobei sich die zusammengekommenen Talente perfekt zu einem Ganzen fügen und jeder Einzelne dann in seinem Element ist. Hast auch du Spaß, Freude und Lust am Singen und willst nebenbei noch ein paar nette Leute in deinem Alter kennen lernen, so komm doch einfach an einem Freitag um 18.00 Uhr in die Pfarrei St. Lukas, denn dort wird wöchentlich unter der Leitung von Fr. Schroll geprobt! Gesucht werden noch jugendliche Musikliebhaber ab der fünften Klasse. Wir freuen uns auf dich!!



Patrizia Mariotti

Ein neues Musical in St. Lukas

„Ein Engel?“

Liebe Freunde, in Kürze können wir Ihnen wieder mal ein wunderschönes Musical unter dem Titel „Ein Engel?“ präsentieren. Seit mehr als einem halben Jahr treffen wir uns Freitag für Freitag zur Musicalprobe im Pfarrsaal. Die Kinder sind mit sehr großer Begeisterung dabei. Die Musiker sind noch mit dem Notenmaterial fleißig beschäftigt. Mitte Juli 2006 gerade zum Pfarrfest ist es dann soweit. Wir bieten Ihnen sechs Life-Vorstellungen an, zu denen wir Sie jetzt bereits herzlich einladen. Die Kartenreservierung ist über die Familie Albrecht ab dem 1. Juni 2006 möglich. Tel. 089/837786.

Josef Konitzer, Pfarrer



Hey, ihr Lieben!

Wir wissen nicht, ob ihr schon gehört habt, dass es in unserer Pfarrei zwei Kindergruppen gibt, einmal eine kleine Mädchengruppe und eine gemischte Gruppe. Es ist immer sehr lustig bei uns. Bei Spielen, Basteln und anderen Aktivitäten entsteht oft ein Spaßfaktor. Die Gruppen werden mit viel Freude, Engagement und Verantwortungsbewusstsein geleitet. Wir würden uns auch über neue Kinder sehr freuen. Schaut einfach mal im Pfarrheim St. Lukas vorbei, wenn ihr Lust habt! Die Gruppenstunden finden statt:

1. Dienstag, um 15.00 Uhr „Gemischte Gruppe“ unter der Leitung von Amanda Stadler und Patrizia Mariotti.
2. Freitag, alle zwei Wochen, von 14.30-16.00 Uhr „Mädchengruppe“ unter der Leitung von Verena Weiler und Silvia Albrecht.



Eure Silvia und Verena

Lektoren- und Kommunionhelfer

Frauen und Männer unterstützen als Lektoren und Kommunionhelfer den Pfarrer und die hauptamtlichen Mitarbeiter bei der Durchführung der Messfeier. Die Lesungen folgen einem festen Dreijahresplan, der sich nach diesem Zeitraum wiederholt, und der alle wesentlichen Texte der Bibel, außer dem Evangelium umfasst. Außer an besonderen Festtagen sind jeweils zwei Lesungstexte vorgesehen, wovon im Regelfall eine gelesen wird. Aufgabe des Lektors ist ferner das Vortragen der Fürbitten. Der Kommunionhelfer unterstützt das Austeilen der heiligen Kommunion. Sowohl für Lektoren als auch für Kommunionhelfer gibt es Vorbereitungskurse (jeweils ein Samstag).

Der Lektoren- und Kommunionhelferkreis trifft sich alle 2 - 3 Monate, um die Einteilung der Dienste in Abstimmung mit dem Bedarf und den persönlichen Möglichkeiten vorzunehmen. Über neue Mitglieder würde sich der Lektoren- und Kommunionhelferkreis freuen. Interessierte können sich an das Pfarrbüro oder Herrn Michael Singer (Tel. 82 02 08 68) wenden.



Michael Singer

25 Jahre Kolpingfamilie St. Lukas

Die Kolpingfamilie St. Lukas München blickt dieses Jahr auf ihr 25-jähriges Bestehen zurück. Mit vielen Aktivitäten der Kolpingmitglieder wird das Leben der Pfarrgemeinde bereichert. Unter dem Motto „Kolping für alle“ werden Vorträge und Diskussionsforen zu interessanten Themen angeboten. Ratsch- und Spieleabende fördern das gesellige Beisammensein in der Pfarrgemeinde. Das soziale Engagement umfasst u. a. eine jährliche Aktion „Kaffee und Kuchen für Ecuador“, die Mithilfe in den caritativen Einrichtungen der Pfarrei und verschiedene Spendenaktionen. Im Laufe der Jahre wurden erlebnisreiche Reisen zu Zielen in ganz Europa und darüber hinaus angeboten, wie z.B. eine Fahrt ins Heilige Land, nach Jordanien, nach Santiago de Compostela, zu den Loire-Schlössern und in viele Gegenden Deutschlands. Dieses Jahr sind eine Frühjahrs-Jubiläumsfahrt nach Sardinien, eine Herbstfahrt in die französischen Alpen und die Cote d'Azur sowie eine Weinfahrt an den Neckar und den Rhein geplant. Anmeldungen zu den Fahrten werden noch entgegengenommen (Info: Tel. 8343655). Die 19 Gründungsmitglieder des Jahres 1981 gingen mit Elan an die Arbeit. Von Anfang an war Präses Diakon Heinrich Greindl der Ansprechpartner in religiösen und organisatorischen Fragen. Zunächst war auch eine starke Jugend vorhanden, die sich aber später anderweitig in das Leben der Pfarrgemeinde eingliederte. Heute ist vor allem die Erwachsenen- und Seniorenarbeit von Bedeutung. Pfarrer Josef Konitzer ist der jetzige Präses der Kolpingfamilie. Er gibt Anstöße für neue Ideen und hilft bei der Integration der Kolpingfamilie in die Aktivitäten der Pfarrei. Die Partnerfamilie bei der Gründung war Kolping-Zentral, später wurde Mithilfe beim Aufbau der Kolpingfamilie St. Martin in Germering und von St. Martin in Untermenzing geleistet. Auch die Partnerschaft zu einer Kolpingfamilie in Miskolc in Ungarn wurde verwirklicht. Auch in Zukunft wird die Kolpingfamilie ihren Beitrag für die Pfarrgemeinde leisten. Wer Interesse am Beitritt zur Kolpingfamilie hat, ist herzlich willkommen (Info: Tel. 8631367).

Sepp Eiselt

Neues vom „Neuen Weg“ Wer kennt das Gebet DES J A B E Z ?

„Segne mich und erweitere mein Gebiet! Steh mir bei und halte Unglück und Schmerz von mir fern!“ (1. Chronik 4,10)

Bei den letzten Treffen entdeckten wir den Segen dieses Gebetes. Es steht ziemlich versteckt in der Bibel zwischen einer langen Reihe von Geschlechtsregistern im Alten Testament. - Die Kraft Gottes durch dieses Gebet im Alltag zu suchen und zu finden macht uns Freude. - Der Herr hat unser Bitten um „Gebietserweiterung“ erhört. Zwei Neuzugänge kamen übers Internet zu unserer Gebetsgruppe. Eine Begleitung des Lobpreises mit Akkordeon zusätzlich zu Keyboard und Gitarre als Abwechslung ist uns zugefallen und manches andere mehr.....

Sie, liebe LeserInnen, laden wir herzlich ein, unsere Gruppe „**Neuer Weg**“ kennen zu lernen. Beten einmal anders – montags ab 19.30 Uhr im Pfarrheim St. Lukas, Zimmer 14. Ansprechpartner: Franz Waldbrunner Tel.: 87128585 oder Info.: Tel.: 879131



Entscheidungen sind gefragt!

Entscheidungen braucht das Leben! Eigentlich vom ersten Schrei des Säuglings an sind Entscheidungen gefragt. Nabelt ihn, den Erdenbürger, keiner sorgfältig ab, versorgt ihn nicht gut, gibt ihm nichts, oder wenig zu trinken, später nichts zu essen, hat der neugeborene Mensch keine Überlebenschance. So einfach entscheidet sich das Leben, also wir, dem Säugling nahe stehende Menschen. Sozusagen die Nächsten, wie die Bibel sagt. Wir allein, die bei der Geburt anwesend sind, entscheiden für oder gegen „unseren“ neuen Erdenbürger, wie manchmal in der Presse zu lesen ist. Städtische-, caritative-, oder staatliche Stellen bieten Hilfe an, Gott sei Dank. Aber so ähnliche, ganz wichtige Augenblicksentscheidungen ergeben sich ein ganzes Leben lang. Ja oder nein, das ist immer die Frage. Irgendeinmal erhält dieser neugeborene Mensch, also Du und ich, die Chance, alles wieder weiter zu geben, weiterzuschicken, was wir von unseren Nächsten erhalten haben! Tut er (ich), es nicht, wenn es auf ihn (auf mich) ankommt, sollte man nachspüren, nachdenken, ihn (sich) fragen: hat sich je für ihn (für mich) ein Mensch einmal eingesetzt, für ihn (für mich), gesorgt, gebetet, ihn (mich) bejaht? Die oft gehörte Redewendung: „Schauen wir mal“, ist nur dann angebracht, wenn schon eine gewisse Plattform erreicht ist, auf der man, auf der das Leben, also jeder von uns, so oder so entscheiden kann, die Entscheidung nicht lebensbedrohlich ist. Ansonsten sind eindeutige Entscheidungen gefragt, oft sogar „Sofortentscheidungen“, das „Leben“ will es so, verlangt es von uns.

Anton Hofmeier

Schritt für Schritt dem Gipfel entgegen

Oder: (M)ein Versuch, mit der Trauer umzugehen

Jeder von uns muss einmal Abschied von einem geliebten Menschen nehmen, meist sind es zuerst die Eltern, ältere Geschwister oder Verwandte oder auch gute Freunde. Man weiß es, man fürchtet sich irgendwie, bereitet sich sogar darauf vor, aber dann wird man in den meisten Fällen doch überwältigt von dieser Endgültigkeit, der ganz brutalen Wahrheit des Todes, und jeder muss für sich mit dem Verlust und der Trauer umgehen.

Als mein Mann letzten September starb, ca. 15 Monate nach der Diagnose Krebs, war ich zunächst in einer Art Schockzustand. Ich erledigte alles Nötige, organisierte, putzte, funktionierte und war irgendwie für meine beiden Töchter da, die genauso hilflos und verletzt waren und mich ja nun besonders brauchten. Aber als der Schock nachließ, kam der Schmerz und die Trauer und oft das Gefühl von Verlassensein, Hilflosigkeit und wahnsinniger Enttäuschung und Wut, auch auf Gott, der unsere Gebete nicht erhört hatte.

Schon während der Krankheit erhielten wir immer wieder Trost durch einen Freund, den wir einige Zeit aus den Augen verloren hatten, der in Gedanken aber immer bei uns gewesen war, und den ich in den verzweifelten Minuten, nachdem die Diagnose feststand, ohne auch nur eine Sekunde nachzudenken, anrief- und irgendwie hatte er gespürt, was passiert war und war sofort da. Er hat mich immer wieder aufgefangen, hat ständig an mir gerüttelt, ich solle die Augen und Ohren öffnen, die Welt ist trotz allem schön, das Leben lebenswert und interessant, und es geht uns gut, viel besser als manchen Anderen. Und er machte uns klar, dass es Menschen gibt, für die wir wichtig sind, die uns brauchen, denen wir helfen können und dadurch wieder Freude und Sinn im Leben sehen.

Ich ging wieder in die Kirche, nach St. Lukas, hörte die Botschaften in den Predigten, ich lernte wunderbare Menschen kennen. Und plötzlich war nicht mehr alles dunkel und traurig, da war Sonne und Licht, es war nicht die Rede von „ewiger Ruhe“, „armen Seelen und dem Warten auf Erlösung“, sondern von Freude und Liebe, Vollkommenheit und dem Wissen, dass es Gott gibt und das Weiterleben nach dem Tod. Beim „Hinterbliebenentreff“ im letzten November bekamen wir ein sehr schönes Bild vorgestellt, das auch der Titel meines Beitrages ist: *Trauernde sind Menschen, die einen beschwerlichen Weg zum Gipfel eines hohen Berges antreten, der Weg kann sehr steil und der Aufstieg sehr mühsam sein, aber oben, wenn wir die Wolken und den Nebel hinter uns gelassen haben, erwartet uns ein grandioses Panorama, freie Sicht und klare Luft, die unendliche Schönheit von Gottes Schöpfung.* Ich wünsche allen einen Menschen, der ihnen immer wieder Mut zuspricht, weiterzugehen, nicht aufzugeben und den Weg zum Gipfel unbedingt zu schaffen.

Auch meine Mädchen und ich sind noch nicht angekommen, natürlich trauern wir noch, es tut weh, aber sind wir dankbar für das, was wir hatten, für unsere Familie und gute Bekannte, für Menschen, die wir jetzt kennen lernen durften und für unseren unersetzbaren, liebsten Freund. Und so sehen wir nach vorn, nach oben und immer öfter lichtet sich der Nebel.

Weil ich nun weiß, wie wichtig ein Zuhörer, ein Gesprächspartner, ein Wegbegleiter ist, besonders auch einer, der die gleiche traurige Erfahrung machen musste, und jemand, der nie aufhört, einem zu zeigen, dass man selber auch wichtig ist und etwas tun kann, um wieder Freude am Leben zu finden, wie wertvoll der Kontakt zu lieben, verständnisvollen Menschen ist, wäre ich sehr froh und dankbar, wenn mich andere Menschen in ähnlicher Situation anrufen würden. Wir könnten Erfahrungen austauschen, uns treffen, etwas unternehmen, den Berg gemeinsam erklimmen...

Ich freue mich auf Ihren Anruf. Tel.: 089/7251344, Handy: 0179/2027617.

Beate Ulrich

Eine Kultur- und Erholungsreise zu Pfingsten 2006

„Zwischen Elba und Rom“

Unsere nächste Kultur- und Erholungsreise führt alle Interessierten (Klein und Groß) vom 10. - 17. Juni 2006 ans Meer zwischen Rom und Elba. Die Reise wird nach den Osterferien 2006 ausgeschrieben. Die Anmeldungen sind über das Pfarrbüro möglich. An zwei Tagen werden wir die ewige Stadt Rom besuchen und voraussichtlich an der Audienz beim Papst Benedikt XVI teilnehmen. U.a. ist die Insel Elba eines unserer wunderschönen Reiseziele. Nach dem relativ langen Winter ist es schon Zeit geworden, mal so richtig „Baden zu gehen“. Nähere Information erhalten Sie bei Pfarrer Josef Konitzer. Tel. 0172/7226414 oder 089/83929577.

Josef Konitzer, Pfarrer

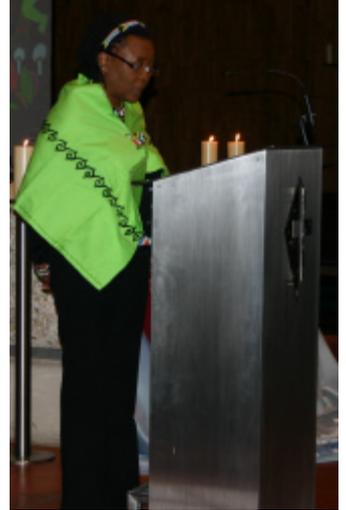


Weltgebetstag der Frauen in St. Lukas

Der Weltgebetstag der Frauen in St. Lukas war anders als sonst. Unsere Gemeindeferentin Gabi Schroll hatte sich im Vorfeld mit bewährten Damen aus der Gottesdienstvorbereitung getroffen, um den vorgegebenen Ablauf des Wortgottesdienstes zum Weltgebetstag aus Südafrika ein wenig anders zu gestalten. Ebenso war es sicher eine Neuerung, dass ein gemischter Chor auftrat. Neben bekannteren Liedern zur Eröffnung wurden auch Titel aus Musicals vorgetragen.



Maggie Thum aus Südafrika bei der Einleitung und Begrüßung zum Gottesdienst.



Julia Bergmann sang „Denk an mich“ aus „Phantom der Oper“,

Pfarrer Konitzer aus „Joseph“ „Schließ jede Tür vor mir“, und aus dem St. Lukas-Musical „Franz und Klara“ war der Titel „Einmal“ und „Hilf den Verstoßenen“ zu hören. Der Chor interpretierte „I will call upon the Lord“ und „Mit jedem kleinen Schritt“. Die beiden Pianisten Matthias Döbereiner und Christian Merter waren die ausgewählten Begleiter.

Im Anschluss an den Wortgottesdienst konnte man sich im passend dekorierten Pfarrsaal an echt südafrikanischer Küche erfreuen und dazu auch südafrikanischen Rotwein trinken.

Eine Kindergruppe aus Buben und Mädchen, die fast alle aus Südafrika stammten, durfte uns mit ihren Tanzvorführungen erfreuen. Dr. Feiereisen hielt dann einen Diavortrag über Südafrika und die dortigen medizinischen Verhältnisse, was durch die Bilder hervorragend untermalt war.

Alles in allem waren viele, trotz der etwas anderen Gottesdienstgestaltung von der gelungenen Veranstaltung sehr angetan.



Hartwig Süß und der gemischte Chor bei „O happy Day“



Karin Röder

Gospelkonzert in der Nikodemuskirche



Am 29.4.2006 um 19:30 Uhr, lädt die Evang. – Luth. Nikodemuskirche im Münchener Norden zum Gospelkonzert mit den „Voices of Joy“ ein. Der Eintritt ist frei.

„Voices of Joy“ nennt sich der Gospelchor der Pfarrgemeinde St. Lukas am Westkreuz. Er singt moderne und traditionelle Gospels aus vielen Ländern. Deutschsprachige Lieder gehören ebenso zum Repertoire, wie englischsprachige aus z.B. den USA, England, Australien, Irland oder auch Israel.

Mehr als 40 Sängerinnen und Sänger sorgen für ein abwechslungsreiches Programm. Egal, ob besinnliche Lieder präsentiert werden, oder schnelle, fetzige Gospels – die Zuschauer werden unweigerlich in den Bann gezogen. „Dabei ist es uns aber wichtig, die christliche Botschaft zu verkünden. Dies wird bei den heutigen Gospelshows häufig vernachlässigt“, meint Chorleiter Hartwig Süß. „Deshalb singen wir auch deutschsprachige Lieder oder führen unser Publikum in die englisch-sprachigen Gospels ein, bevor wir loslegen.“

Weitere Informationen gibt es im Pfarrbüro oder unter www.st-lukas-voicesofjoy.de.

Karin Röder

Frau Auster feierte ihr 25-jähriges Dienstjubiläum im Kindergarten St. Lukas

Am 11. März 2006 konnte Frau Auster 25 Dienstjahre als Erzieherin und Kindergartenleiterin in St. Lukas feiern. Damals wurde sie von Pfarrer Heinrich Kurz am 11. März 1981 angestellt. Zahlreiche Kinder am Westkreuz hatte sie begleitet und diese für die Zukunft mit vorbereitet.

Geht man von der Tatsache aus, dass unser Kindergarten pro Kalenderjahr ca. 75 Kinder aufnimmt, kommt man nach 25 Jahren auf eine große Zahl junger Menschen, die in St. Lukas die Grundsteinlegung für die Zukunft mit-erlebt haben.

Frau Auster, wir danken Ihnen für den liebevollen und unermüdlichen Dienst an den jüngsten Mitgliedern unserer Gesellschaft recht herzlich und wünschen Ihnen auch weiterhin viel Freude im Kindergarten St. Lukas.



Josef Konitzer, Pfarrer

„Herr Pfarrer, ich hab` aufgegessen“..... oder Oster-Kinderbibeltag 2006 in St. Lukas

„Wie ein Schmetterling im Laufe seines Lebens verschiedene Stadien durchläuft und eine große Verwandlung seiner selbst erfährt, so ähnlich geht es auch dem Menschen. Der Mensch bleibt in seiner Entwicklung nicht stehen. Er entwickelt sich weiter, erweitert seine Fähigkeiten, wandelt sein äußeres Erscheinungsbild, bis schließlich sein Körper in die Erde zurückgeht. Unser Bewusstsein, unsere Seele, aber endet nicht hier, sondern wechselt in eine andere Wirklichkeit und lebt so fort.“ Über 35 Kinder lauschten am Kinderbibeltag den Worten von Pfarrer Konitzer zum Thema „Verwandlung“, unterstützt von eindrucksvollem, umfangreichem Bildmaterial. Die fleißigen erwachsenen und jugendlichen Helfer waren im Anschluss an den Vortrag eifrig beschäftigt, zu kleben, malen, schneiden.... kurz gesagt, der Pfarrsaal verwandelte sich in eine vorösterliche Bastelwerkstätte. Eine hier entstandene Gemeinschaftsarbeit, ein wunderschönes Seidenbild, wird in Zukunft den Raum 14 im Pfarrheim schmücken. Gleichzeitig breitete sich der Duft nach Essen im ersten Stock aus. Unsere Lydia und Manuel waren eifrig damit beschäftigt, für die insgesamt fast fünfzig Hungrigen ein köstliches Mittagessen zuzubereiten. Nach dem Essen durften die Kinder sich in der Frühlingssonne auf der Wiese beim Ball spielen entspannen. Ein Mädchen „holte sich hierfür bei Pfarrer Konitzer die Erlaubnis“, mit den Worten: „Herr Pfarrer, ich hab` aufgegessen.“.... Ein gemeinsam gestalteter Wortgottesdienst bildete den Abschluss dieses schönen Tages. Vielen Dank den vielen helfenden Händen!



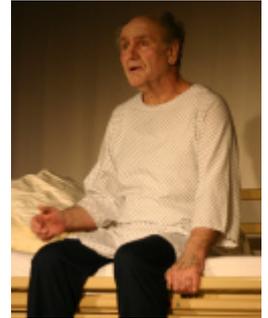
G. Schroll, GR

„Sibirien“ - ein Theaterstück von Felix Mitterer

„.....kalt war es dort, in Sibirien, kalt ist es hier.....“

Dieser Satz wird mir noch lange in Erinnerung bleiben. Ein Satz aus dem Theaterstück „Sibirien“, einem Drama in fünf Akten, das in unserer Pfarrei Ende März 2006 an sechs Abenden dargeboten wurde. Unter „hier“ ist ein Pflegeheim gemeint, in das Angehörige den alten Vater, der lästig wurde und anscheinend nur noch Unannehmlichkeiten bereitete, der jungen Generation im Weg war, abgeschoben wurde. Eine schauspielerisch brillante Leistung, ein Monolog, der von den jeweiligen Akteuren nicht nur physisch sondern gewiss auch psychisch alles forderte. Roulierend wurde der Heiminsasse, dessen körperlicher und geistiger Verfall von Akt zu Akt dem Publikum eindringlich verdeutlicht wurde, jeweils an einem Abend von Herrn Alois Brida in bayerischer Mundart, in der folgenden Vorführung von Herrn Peter Schindler in Schriftdeutsch dargeboten. Betroffen, berührt und nachdenklich. Eine nahezu prickelnde Stimmung machte sich bei den Zuhörern breit. „Ist ja Gott sei dank recht überpointiert, wie es eben im Schauspiel so üblich ist!“ Doch was in der Vergangenheit in vielfältigen Medienberichten über Pflegeheime aufgezeigt wurde, gibt der Befürchtung Raum, dass oftmals die Überpointierung bereits zur bitteren Wirklichkeit geworden ist.

G. Schroll, GR



Aufgram`d hama, beim „Ramadama“

Rechtzeitig zu den Osterfeiertagen präsentiert sich nun das Westkreuz frisch herausgeputzt. Zum „Ramadama“ hatte der Verein „Kultur am Westkreuz Aubing“ am Samstag, 08. April 2006 eingeladen. Am Ende lagerten 80 volle Müllsäcke an der Sammelstelle des Parkplatzes von St. Lukas. Die Aktion erstreckte sich vom Bahnhof Westkreuz, über den Kindergarten, die Schule an der Reichenaustraße zur Quirinsäule, bis zum Sportplatz, den Kinderspielplatz und den Grünanlagen an der Mainau- und Sipplingerstraße, sowie die Anlagen am Bahnhof an der Leienfelsstraße. Mit logistischer Unterstützung der Stadtwerke München, die auch Müllsäcke und Handschuhe zur Verfügung stellten, wurden unter anderem 31 Radl-Ruinen, Kücheneinrichtungen, Babywindeln, Stiefel, Auto-Kindersitze und jede Menge Christbäume „geborgen“. Bereits am Freitag, 07. April beteiligten sich Schülerinnen und Schüler der Hauptschule an der Reichenaustrasse zusammen mit ihren Lehrkräften und einigen Nachbarn an der Aktion. Die Veranstalter zeigten sich hoch zufrieden über die gute Resonanz bei ihren Mitbürgern. Zum Abschluss gab es eine Brotzeit im Pfarrsaal von St. Lukas (mit dem obligatorischen warmen Leberkäs'), die von Mitgliedern des Pfarrgemeinderates ausgerichtet und von der Stadt München gestiftet wurde. „Ramadama“ soll im Frühjahr 2007 wiederholt werden.



W. Fries

Termine des Vereins „Kultur am Westkreuz“

Johannisfeuer, Freitag, 23 Juni 2006, Beginn 18.30 Uhr in der Kirche von St. Lukas

Frühlingsingen, Musik und Literatur zum Frühlingsanfang. Dienstag, 11. Mai 2006 im Seniorenheim am Westkreuz

Erinnerungen, Paula Linhardt erzählt aus ihrem bewegten Leben. (Voraussichtlich im Oktober)

Fahrt zur Bayerischen Landesaustellung „200 Jahre Franken in Bayern“, Dienstag, 04. Oktober 2006. Abfahrt: 08.00 Uhr am Parkplatz von St. Lukas, Anmeldung unter: 8344945

Gemeinsamer Kinobesuch, Mittwoch, 18. Oktober 2006, 20.15 Uhr, Einführung und Diskussion: Dr. Matthias Wörther, Medienpädagoge „**Drei Farben: Rot**“



Altbayerisches Passionssingen am Palmsonntag 2006

Ein starkes Team für unseren Seniorenclub

Unserer ehrenamtlichen Leitung des Seniorenclubs danken wir für den großartigen Ideenreichtum und für den liebevollen und unermüdlichen Einsatz um unsere Senioren. Jeden Donnerstag (außerhalb der Ferien) sind sie für die Anderen da und kein bisschen müde. Immer gut drauf und mit einem Lächeln im Gesicht findet man dieses Team der „starken Frauen“ im Pfarrheim St. Lukas.



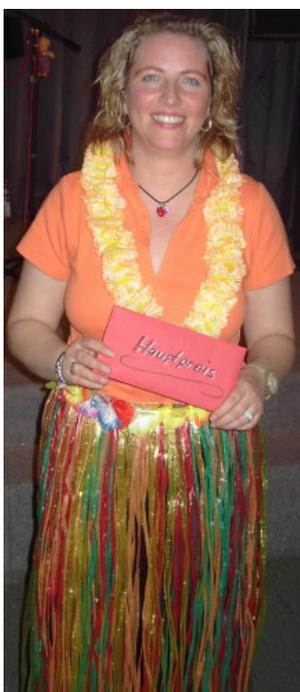
Josef Konitzer, Pfarrer

Sternsingeraktion 2006

3971,98€, das ist das stolze Ergebnis der diesjährigen Sternsingeraktion in unserer Pfarrei St. Lukas. Fünf Sternsingergruppen und insgesamt zehn Erwachsene Begleiter trotzten dem grimmigen Winterwetter und machten sich auch in diesem Jahr auf den Weg, um als die drei Weisen aus dem Morgenland von Tür zu Tür zu gehen und für Hilfsprojekte in aller Welt, dieses Jahr für Peru zu sammeln. Danke an die fleißigen „Weisen“, deren Begleiter und an die großzügigen Spender!

G. Schroll, GR

Weiberfasching 2006



Ufff, der Weiberfasching ist vorbei und wieder ward ihr alle einfach toll. Vielen Dank für die wunderbaren Schmankerl, die die narrischen Weiber vom Westkreuz gezaubert haben. Ohne diese vielen guten Sachen ginge gar nichts. Aber auch eine Superband hat die Stimmung ordentlich angeheizt.

Na und erst das Männerballett!!!! Die waren ganz schön frivol und sexy. Unser Herr Pfarrer hat tapfer alle Männer vertreten. Manchmal hat er gar net mehr g'wußt, wo er hinschauen soll. Erst um 24 Uhr hat er Verstärkung bekommen. Eine große Neuheit hat es in diesem Jahr gegeben, und das war eine Tombola! Es gab sage und schreibe 500 Lose und fast keine Nieten. Und jede Menge Preise. Bücher, Cappies, Einkaufstaschen, kleine Elektro-Geräte, Geschirr und und und Der Hauptpreis war eine 4-tägige-Reise nach Berlin für 2 Personen – gestiftet von unserem Bundestagsabgeordneten Dr. Hans-Peter Uhl. Glückliche Gewinnerin war Frau Birgit Lenz, die den Preis strahlend in Empfang nahm. Ferner gab es Gutscheine vom „La Sicilia-

na“, die „unser“ Italiener Giorgio spendierte. Ferner möchten wir uns noch bei folgenden Firmen für die Spenden bedanken: Fa. Schindelar, Getränkemarkt Obermenzing, Getränkemarkt Bodenseestr., Parfümerie Ana, Schuh Dittrich, Apotheke Hellensteinstr., Schmuck Petry, Friseur-team Niesner, Optik Schapperer, Zeitschriften Henne, Genossenschaftsbank Westkreuz, Coca Cola, Landeszentrale für Gesundheit, Fam. Slezak und allen fleißigen privaten Spendern. Vielleicht können wir auch im nächsten Jahr wieder eine so tolle Tombola veranstalten. Schau'n wir mal. Übrigens nächstes Jahr!!! Bitte gleich vormerken: „Der Hexenkessel brodeln“ am unsinnigen Donnerstag 15.2.2007. Wir sehen uns!

Biggi Schlecht



Kreistanz am Montag Frühjahr/Sommer 2006

Lebendige und meditative Kreistänze aus verschiedenen Kulturen (wie Griechenland, Balkan oder Israel) schenken uns Lebensfreude und neue Kraft für den Alltag. Leicht zu erlernende Schrittfolgen, schöne Musik und körperliche Bewegung machen einfach Spaß!

**Jeder kann mitmachen!
Tanzkenntnisse sind nicht erforderlich.**

Termine:
3.4 / 24.4.2006
8.5. / 22.5. / 19.6. / 3.7. / 17.7.2006

Ort: Pfarrsaal St. Lukas
Aubinger Str. 63 (am Westkreuz)
Zeit: 19:30 - 21:00
Preis: 5 € pro Abend

Es freut sich auf Sie!

Elisabeth Schmitt

Erzieherin und Kreistanzpädagogin

Tel.: 089/8644004

Email: luelschmitt@hotmail.com

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr und Haftung.

Kirchenmusik in St. Lukas

Die Kirchenmusik St. Lukas bringt am Ostersonntag, dem 16. April 2006 zum feierlichen Hochamt zum Osterfest um 10.00 Uhr ein sehr selten aufgeführtes, nicht minder aber feierliches Werk zur Aufführung: Die "Missa solemnis in C" opus 48 für vier Solostimmen, gemischten Chor, Orgel und Orchester von Franz Schubert. Die im Juni 1816 entstandene Messe im strahlenden C-Dur (DV 452) war ursprünglich für die Pfarrkirche der damaligen Wiener Vorstadt Lichtenthal (heute IX. Bezirk) geschrieben worden und wurde dort auch wohl uraufgeführt. Diese Kirche war Schuberts Gemeindepfarrei und somit kannte er auch den dortigen Chorleiter, Michael Holzer, dem er diese Messe auch widmete: "An den Hochwohlgeborenen regens chori, Juli 1816, Franz Schubert." Was für eine Zeit! Die Chorleiter waren damals noch Hochwohlgeborene! Dieser Herr Holzer hatte Schubert anscheinend um eine feierliche, wengleich auch nur mit kleiner Besetzung spielbare Messe gebeten. So kommt es, dass in der ersten Ausgabe nur ein so genanntes "Kirchen-Trio" komponiert ist: Also zwei Violinen, Orgel und Singstimmen. Später erst, aus uns heute unbekanntem Gründen, trug Schubert in die frei gebliebenen Notensysteme der Partitur die Stimmen für Trompeten und Pauken ein. Es ist anzunehmen, dass auch diese zweite Version noch dort in Lichtenthal uraufgeführt wurde. Vermutlich erst für die Aufführung am Festtag von Maria Geburt (8. September 1825) in St. Ulrich zu Wien (auch Maria Trost genannt), fügte Schubert dann noch zwei Oboenstimmen hinzu. Eigens für diese Aufführung brachte die Firma Diabelli und Co. als Schuberts opus 48 die erste Ausgabe der Messe heraus und kündigte sie am 6. Dezember 1825 in der Wiener Allgemeinen Theaterzeitung an. Noch kurz vor seinem Tode schrieb Schubert für diese Messe ein zweites Benedictus. Warum? Wie ich auch hier schon öfter geschrieben habe, hatte der unverheiratete Schubert doch eine Freundin, für die er eigens große Solopartien in seinen Werken schrieb. In der Aufführung von St. Ulrich stand aber eine derartige Solistin nicht zur Verfügung und so komponierte Schubert ein zweites Benedictus für vierstimmigen Chor. Datiert ist diese Komposition mit Oktober 1828, also wenige Wochen, ja Tage vor seinem Tode. Vorlage für unsere Aufführung ist aber der Erstdruck, denn uns steht – Gott sei Dank ! - eine Solistin mit Agnes Stadler zur Verfügung, die das schwierige, aber sehr festliche Benedictus mit Bravour beherrscht. Wie in allen Messen Schuberts, so lassen sich auch in dieser C-Dur-Messe verschiedene Abweichungen gegenüber dem liturgischen Text feststellen.



Diese liegen in der eigenen Gläubigkeit Schuberts begründet. Im "Gloria" fehlen die Sätze "Suscipe deprecationem nostram, qui sedes ad dexteram patris" (auf deutsch: "Nimm hinweg unsere Schuld, der du ja zur Rechten des Vaters sitzt") und die Anrufung "Jesu Christe" im "Quoniam". Dieselben Auslassungen finden wir auch wieder in vier weiteren Messen von Franz Schubert. Im "Credo" fehlen die Glaubensaussagen "Genitum non factum, consubstantialem Patri, es Maria virgine," ... "et unam sanctam, catholicam et apostolicam ecclesiam" (auf deutsch: "Gezeugt, nicht geschaffen, geboren von der Jungfrau Maria" ... "und die eine, heilige, katholische und apostolische Kirche". Auch das "expecto resurrectionem", die " Erwartung der Auferstehung von den Toten " war für Schubert nicht sehr glaubensrelevant. Die Wiedergabe unserer Aufführung folgt aber der liturgischen Schreibweise des derzeit gültigen "Missale Romanum".

Könnten Sie sich vorstellen, auch aktiv bei solchen klassischen Kirchenkompositionen mitzuwirken? Wir bräuchten dringend Verstärkung in allen Stimmlagen. Wenn Sie Freude und Lust am Singen haben (das sind übrigens die einzigen Voraussetzungen für unsere Chorgemeinschaft), dann schauen Sie doch einmal unverbindlich bei einer unserer wöchentlichen Chorproben vorbei: Jeden Mittwoch, ausgenommen die Schulferien, von 19.45 Uhr bis 21.15 Uhr im Pfarrheim St. Lukas. Wir freuen uns auf Sie, auf Dich! Für die Chorgemeinschaft St. Lukas

Christian Merter, Chorleiter

Gospelkonzert in der Adventskirche

Mit einem beeindruckenden Gospelkonzert präsentierten sich die „Voices of Joy“ von St. Lukas am Westkreuz am 28. Januar in der Adventskirche. Die über 30 Sängerinnen und Sänger boten eine ausgewogene Mischung von teils fetzigen, teils stimmungs-vollen traditionellen Gospels und modernen Liedern aus aller Welt. Auch dabei waren zum ersten Mal zwei Lieder, die man dem Southern Gospel Stil aus den USA zurechnet. Die an Country & Western Songs erinnernden eingängigen Melodien wurden von 5 Einzelsängern präsentiert und fanden großen Zuspruch. Um den Zuschauern den Inhalt der Gospel näher zu bringen, wurden die Texte vor jedem Lied erläutert. Das Publikum ging begeistert mit und forderte lautstark Zugaben.



Hartwig Süß

Termine der Pfarrei St. Lukas von April bis Oktober 2006

April:

Samstag,	01.04.2006	09.30 Uhr	Einkehrtag der Erstkommunionkinder
Samstag,	01.04.2006	19.30 Uhr	Theateraufführung „Sibirien“
Sonntag,	02.04.2006	19.30 Uhr	Theateraufführung „Sibirien“
Dienstag,	04.04.2006	10.00 Uhr	Gottesdienst für die Kindergartenkinder
Dienstag,	04.04.2006	19.00 Uhr	Passionsspielprobe
Dienstag,	04.04.2006	20.00 Uhr	PGR - Sitzung
Donnerstag,	06.04.2006	17.00 Uhr	Gottesdienst im „Haus helfende Hände“
Donnerstag,	06.04.2006	19.00 Uhr	Bußgottesdienst
Donnerstag,	06.04.2006	20.00 Uhr	Paschamahl im Pfarrsaal
Freitag,	07.04.2006	15.00 Uhr	Parkplatz, Sipplingerstr.8, „wir schmücken gemeinsam Einen Osteraum“
Freitag,	07.04.2006	17.30 Uhr	Ökumenischer Jugendkreuzweg (Start in der jew. Pfarrei)
Samstag,	08.04.2006	09.00 Uhr	„Ramadama“
Samstag,	08.04.2006	09.30 Uhr	Kinderbibeltag
Samstag,	08.04.2006	12.00 Uhr	Osterbasar im Pfarrheim
Sonntag,	09.04.2006	10.00 Uhr	Gottesdienst zum Palmsonntag mit Prozession
Sonntag,	09.04.2006	11.00 Uhr	Frühschoppen mit Mittagessen
Sonntag,	09.04.2006	11.00 Uhr	3-D- Bilderausstellung von Fr. Rahn im Pfarrsaal
Sonntag,	09.04.2006	16.00 Uhr	Passionssingen in der Kirche
Dienstag,	11.04.2006	19.00 Uhr	Passionsspielprobe
Dienstag,	11.04.2006	20.00 Uhr	Firmgruppenleitertreffen
Donnerstag,	13.04.2006	19.30Uhr	Gründonnerstagsliturgie mit Fußwaschung
Donnerstag,	13.04.2006	20.30 Uhr	Kolping- Agape-Feier
Donnerstag,	13.04.2006	22.00 Uhr	Ölbergandacht
Freitag,	14.04.2006	08.00 Uhr	Beichte
Freitag,	14.04.2006	09.00 Uhr	Kreuzwegandacht
Freitag,	14.04.2006	11.00 Uhr	Kinderkreuzweg im Pfarrsaal
Freitag,	14.04.2006	15.00 Uhr	Karfreitagsliturgie mit Passionsspiel
Freitag,	14.04.2006	15.15 Uhr	Ökumenischer Gottesdienst im Seniorenheim
Samstag,	15.04.2006	08.00 Uhr	Andacht zur Grabesruhe
Samstag,	15.04.2006	20.00 Uhr	Osternacht mit Jugendlichen
Sonntag,	16.04.2006	05.30 Uhr	Osternachtliturgie mit anschl. Frühstück im Pfarrheim
Sonntag,	16.04.2006	10.00 Uhr	Hochamt mit Chor und Orchester
Sonntag,	16.04.2006	10.00 Uhr	Kindergottesdienst im Pfarrsaal
Montag,	17.04.2006	10.00 Uhr	Hl. Messe zum Ostermontag
Donnerstag,	20.04.2006	19.45 Uhr	Monatsversammlung Kolping
Dienstag,	25.04.2006	19.45 Uhr	Bibelgespräch im Raum 14
Donnerstag,	27.04.2006	19.00 Uhr	Bußgottesdienst für die Erstkommunionkinder und deren Angehörige
Donnerstag,	27.04.2006	20.00 Uhr	„Helfen in Lourdes“ – Vortrag von Fr. Schneider
Freitag,	28.04.2006	16.00 Uhr	Abfahrt in`s Mini-Wochenende nach Niclasreuth (bis So.)
Samstag,	29.04.2006	09.00 Uhr	Probe von „Just for fun“ im Pfarrsaal

Mai:

Montag,	01.05.2006	10.00 Uhr	Hl. Messe mit anschl. Maibaumsegnung
Montag,	01.05.2006	11.30 Uhr	Frühschoppen mit Mittagessen
Montag,	01.05.2006	19.00 Uhr	1. feierliche Maiandacht
Dienstag,	02.05.2006	15.00 Uhr	Beichte für Erstkommunionkinder
Dienstag,	02.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht
Mittwoch,	03.05.2006	15.00 Uhr	Beichte für Erstkommunionkinder
Freitag,	05.05.2006	16.00 Uhr	Generalprobe für Erstkommunionkinder
Freitag,	05.05.2006	18.00 Uhr	Bandprobe für das Musical „Engel“
Freitag,	05.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht (Kolping)
Samstag,	06.05.2006	09.00 Uhr	Probe „Just for fun“
Sonntag,	07.05.2006	10.00 Uhr	Feier der „Ersten hl. Kommunion“
Sonntag,	07.05.2006	18.00 Uhr	Dankandacht zur Erstkommunionfeier
Dienstag,	09.05.2006	08.00 Uhr	Hl. Messe mit Erstkommunionkindern, anschl. Frühstück und Ausflug

Dienstag,	09.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht mit den Erstkommunionkindern
Dienstag,	09.05.2006	19.30 Uhr	Ratsch- und Spieleabend mit Erika
Freitag,	12.05.2006	18.00 Uhr	Bandprobe für das Musical „Engel“
Samstag,	13.05.2006	16.00 Uhr	Nachtreffen für Starkbier-und Theaterkreis
Dienstag,	16.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht
Dienstag,	16.05.2006	19.30 Uhr	Vorstandssitzung (Kolping)
Donnerstag,	18.05.2006	16.00 Uhr	Kinderkino
Freitag,	19.05.2006	18.00 Uhr	Bandprobe für das Musical „Engel“
Freitag,	19.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht mit Kindern und Jugendlichen
Sonntag,	21.05.2006	10.00 Uhr	Kindergottesdienst im Pfarrsaal
Dienstag,	23.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht
Freitag,	26.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht
Samstag,	27.05.2006	09.30 Uhr	Einkehrtag für unsere Firmlinge 2006
Dienstag,	30.05.2006	19.00 Uhr	Maiandacht mit den „Blinden Musikern“
Dienstag,	30.05.2006	19.45 Uhr	Monatsversammlung (Kolping)
Mittwoch,	31.05.2006	20.00 Uhr	Ausschuss-Sitzung, Ökum. Rat

Juni:

Sonntag,	04.06.2006		Pfingstfahrt (Abfahrt)
Donnerstag,	15.06.2006	08.30 Uhr	Hl. Messe
Dienstag,	20.06.2006	16.00 Uhr	Beichte für Firmlinge
Dienstag,	20.06.2006	19.45 Uhr	Monatsversammlung (Kolping) mit einem Vortrag von Pfr. Konitzer: „Die Kunst des Lachens“
Mittwoch,	21.06.2006	16.00 Uhr	Beichte für Firmlinge
Donnerstag,	22.06.2006	19.00 Uhr	Bußgottesdienst für unsere Firmlinge
Donnerstag,	22.06.2006	19.45 Uhr	Ratsch-und Spieleabend mit Erika i, Zi. 14
Donnerstag,	22.06.2006	20.00 Uhr	Treffen der Lektoren und Kommunionhelfer
Freitag,	23.06.2006	16.00 Uhr	Probe „Engel“ mit Band
Freitag,	23.06.2006	18.30 Uhr	Johannisfeuer mit Grillabend
Samstag,	24.06.2006	08.00 Uhr	Pfarrwallfahrt
Samstag,	24.06.2006	09.00 Uhr	Probe „Just for fun“
Sonntag,	25.06.2006	10.00 Uhr	Firmung
Mittwoch,	28.06.2006	20.00 Uhr	Sitzung des Ökumenischen Rates
Donnerstag,	29.06.2006	19.45 Uhr	Kolping-Singabend
Freitag,	30.06.2006	16.00 Uhr	Probe „Engel“ mit Band

Juli:

Samstag,	01.07.2006	10.00 Uhr	Probe „Just 4 fun“
Sonntag,	02.07.2006	09.00 Uhr	Fronleichnamfest mit Prozession durch die Pfarrei
Sonntag,	02.07.2006	10.00 Uhr	Kindergottesdienst im Pfarrsaal
Freitag,	07.07.2006	16.00 Uhr	Generalprobe „Engel“
Samstag,	08.07.2006	09.00 Uhr	Probe „Just 4 fun“
Samstag,	08.07.2006	12.00 Uhr	Grillfest des Behindertenkreises
Sonntag,	09.07.2006		Chorausflug
Dienstag,	11.07.2006	19.45 Uhr	Bibelgespräch mit Hr. Wittal
Freitag,	14.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung, Kindermusical „Engel“
Samstag,	15.07.2006	15.00 Uhr	Pfarrfest
Samstag,	15.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung Kindermusical „Engel“
Sonntag,	16.07.2006	10.00 Uhr	Orchestermesse
Sonntag,	16.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung, Kindermusical „Engel“
Mittwoch,	19.07.2006	10.00 Uhr	„Wir kochen heute römisch“ - Projekt des Gymnasiums Puchheim für die sechste Klasse
Donnerstag,	20.07.2006	19.45 Uhr	Kolping – Festabend
Freitag,	21.07.2006		Pfarrbüro und Kiga wegen Betriebsausflug geschlossen
Sonntag,	23.07.2006	10.00 Uhr	Kindergottesdienst im Pfarrsaal
Sonntag,	23.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung, Kindermusical „Engel“
Sonntag,	23.07.2006	19.30 Uhr	Chor – Konzert St. Sebastian (Spanien) in der Kirche
Montag,	24.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung, Kindermusical „Engel“

Dienstag,	25.07.2006	19.30 Uhr	Kolping – Vorstandssitzung
Mittwoch,	26.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung, Kindermusical „Engel“
Donnerstag,	27.07.2006	19.00 Uhr	Aufführung, Kindermusical „Engel“
August:			
Samstag,	19.08.2006	09.00 Uhr	Probe „Just 4 Fun“
Voraussichtlich 2. Augustwoche			Sommerlager! Das genaue Datum wird noch bekannt gegeben
September:			
Donnerstag,	14.09.2006	19.45 Uhr	Kolping – Monatsversammlung
Freitag,	15.-17.09. 06		40 Jahre Eigentümergeinschaft Sipplinger-Nonnenhorn- Radolfzellerstr., Weinfest
Sonntag,	17.09.2006	09.30 Uhr	Gottesdienst an der Sipplingerstr.
Samstag,	16.09.2006	09.00 Uhr	Probe „Just 4 fun“
Samstag,	16.09.2006	11.00 Uhr	Bergmesse auf dem Hocheck
Dienstag,	19.09.2006	19.30 Uhr	Ratsch- und Spieleabend mit Erika im Raum 14
Oktober:			
Donnerstag,	05.10.2006	19.45 Uhr	Kolping – Monatsversammlung
Samstag,	02.10.2006		Kleiderbasar
Sonntag,	03.10.2006		Kleiderbasar
Dienstag,	10.10.2006	19.30 Uhr	Ratsch- und Spieleabend mit Erika
Mittwoch,	11.10.2006	19.30 Uhr	Kolping – Vorstandssitzung im Raum 14
Samstag,	14.10.2006		Chor – Wochenende von „Just 4 fun“
Sonntag,	15.10.2006		Chor – Wochenende von „Just 4 fun“
Mittwoch,	18.10.2006	20.00 Uhr	Vortrag von Prof. Kreiner: „Evolution, Darwinismus“
Samstag,	21.10.2006	19.00 Uhr	Akkordeon - Konzert

Die Chronik der kath. Pfarrei St. Lukas

November 2005 bis April 2006

Verstorbene in St. Lukas

Gerda Graßl, Ilse Koch, Else Kappel, Thea Schmidlein, Ingeborg Karlein, Gertraud Jörg, Rosina Högl, Helmut Wochnik, Siegfried Wäckerle, Helmut Braunmüller, Anneliese Eichmüller, Siegismund Kram, Maria Beyer, Fritz Schenk, Dorothea Bauer, Irmgard Figulla, Martin Stoiß.

Verstorbene des Altenheimes am Westkreuz

Gertrud Stransky, Erna Kakeldey, Maximilian Kinseher, Max Hausler, Juliana Jäger, Kurt Paul Reichstein, Berta Maria Dick, Luise Bründl, Anna Werner, Rita Freytag, Herta Nördinger, Elisabeth Binder.

Taufen in St. Lukas

Sarah Slamova, Antonia Colic, Miriam Monika Model, Emily Charlotte Muschlin, Jessica Rosic, Lucia Gebauer, Dawid Bednorz, Maximilian Gerhard Peter Dietz, Melissa Bisaku, Stefan Stein (Erwachsenentaufe), Vanessa Mei Yating Wagner-Wu, Simon Xaver Schroll, Paul Stefan Schroll.



Regelmäßige Treffen für Interessierte

Wöchentlich

	Zeit	Ansprechpartner:	Telefon:
AG - Umwelt	Di 15.30	Frau Gabi Schroll, GR	820471112
Kirchenchor	Mi 19.45	Herr Christian Merter	877155
Eltern-Kind-Gruppen	Mo,Di, Mi, Do	Frau Jutta Koneberg Frau Monika Weber	837840 837549
Wirbelsäulengymnastik	Di und Mi	Frau Heizer	832336
Brunnenbibelkreis	Fr 17.00	Herr Alfred Saur	8343252
Altclub	Do 14.00	Frauen H. Waldhauser /E. Gschoßmann	8344707 / 837873
Gebetskreis	Mi 18.30	Frau Irmgard Burda	837940
Jugendchor	Fr 18.00	Frau Gabi Schroll, GR	820471112
Kinderchor	Mi 16.00	Frau Gabi Schroll	820471112
Flöten- und Musikgruppe	Di 17.15 / Fr 17.00	Frau Kathi Seidel	8201779
Kindergruppe	Di 15.00	Frauen Amanda Stadlar / Patrizia Mariotti	8345815 / 830748
Kindergruppe	Fr 14.30	Frau Verena Weiler / Silvia Albrecht	89689767 / 837786
Pfadfinder	Mo 17.30	Herr Andreas Weiß	89709141
Jugend	Fr 19.30	Frau Stefanie Lechner Herr Xandi Schmitt	089/877374 089/836411
Gitarrengruppe	Di, Mi, Do	Pfarrer Josef Konitzer	83929577
Ministranten klein (Die Minis)	Fr 15.00	Frau Marlene Strobl	8713687
Musicalgruppe	Fr 16.00	Pfarrer Josef Konitzer	83929577
Spielgruppe für Erwachsene	Mo	Herr Eckert	8343155

Monatlich

	Zeit	Ansprechpartner:	Telefon:
Büchereikreis	Mo	Frau Margot Brand	8343653
Caritaskreis	Mi	Frau Evelyn Bächer Frau Helga Waldhauser	837423 8344707
Gruppe Alleinerziehende	So	Frau Kathi Seidel	8201779
Cursillokreis	Do	Frau Christine Güntner	8345391
Behindertenkreis	Sa	Frau Gaby Thurnhofer	8348451
Aktion 365		Herr Michael Mirbeth	836636
Ministranten groß (Die Maxis)	Fr 16.00	Herr Peter Ellecosta	89712745
Kolpingsfamilie	Do 19.45	Frau Anna Greindl	8631367
Treff 60	Di	Frau Margarete Beck	874385
Ratsch- und Spielgruppe		Frau Erika Gschoßmann	837873
Familienkreis	Di	Frau Eva Schindler	8343770
Theatergruppe St. Lukas	Do	Herr Alois Brida	837313
Internetgruppe St. Lukas	Mi 19.30	Herr Uli Bayer	86369317
Frühschoppen-Team	1. So im Monat	Frau Gaby Thurnhofer Herr M. Mirbeth	8348451 / 836636

Impressum:

Herausgeber:

Katholische Pfarrei St. Lukas, Aubinger Str. 63, 81243 München,
Tel. 089/82047110, Fax 089/820471123, **Internet: www-st-lukas-muenchen.de**

Büro-Öffnungszeiten:

Mo - Fr 8.00-12.00 Uhr; Mo - Do 14.00-18.00 Uhr

Pfarrbücherei-Öffnungszeiten:

Di 16.00-17.30 Uhr, Do 16.00-17.30 Uhr, So 11.00-12.00 Uhr.

Bankverbindung:

Kath. Kirchenstiftung St. Lukas, Kto.-Nr. 66-188 848
Stadtsparkasse München BLZ 701 500 00

Kindergarten St. Lukas:

Aubinger Str. 63, 81243 München, Frau Sibylle Auster
Tel. 089/820471118, Fax 089/820471124

Sprechstunden:

Pfarrer Josef Konitzer Dienstag von 16.00-17.30 Uhr und nach
Vereinbarung Tel. 089/83929577 oder 0172/7226414, Internet:
www-st-lukas-muenchen.de, e-Mail: **josef.konitzer@gmx.de**

Frau Gabi Schroll, GR nach Vereinbarung, Tel. 089/820471112,
E-Mail: **gabi.schroll@gmx.de**