

## **Chorprojekt „Singen mit dem ganzen Körper“**

In der Mitgliederversammlung unseres Vereins am 14. 03.2024 stellten wir unseren Mitgliedern die Idee zu einem neuen Projekt vor, dass sich in unser Jahresthema 2024 „Glück – eine Fähigkeit die man lernen kann?“ einpasste.

Der Schauspieler und Musiker Georg Meier aus Greifswald war auf unserer Versammlung Gast und zeigte auf, wie er sich die gemeinsame Chorarbeit vorstellen könne: gemeinschaftliches Singen, den Körper als Instrument und den Chor als Klangkörper zu erleben, Atmung als Quelle des Gesangs zu begreifen, belastende Gedanken dabei zu vergessen und sich auf solches Erlebnis einzulassen und möglichst zu entspannen. Dies wurde mit einigen Übungen untersetzt, bei denen die Mitglieder sich schon ein Bild machen konnten, wie dieses Chorprojekt sich gestalten wird. Wir luden unsere Mitglieder dann im Jahresbrief vom 29.03.2024 ein und starteten dann am 30.04.2024. Ein zusätzlicher Newsletter mit Einladungen ging ebenfalls an Freunde des Vereins und die Selbsthilfegruppen Rostocks über die Selbsthilfekontaktstelle der Stadt heraus.

Der gemietete Raum in der Musikschule Carl Orff in Rostock bot das entsprechende Flair und die passende instrumentale Ausstattung für das Projekt. Chorleiter Georg Meier lockerte die Spannung mit zum Teil ungewöhnlichen, aber Freude bringenden Atemübungen auf und zum Ende des ersten Treffens kam schon ein gesungener Kanon mit beachtenswertem Klangerlebnis zu Stande. Beendet wurde der erste Abend mit einem Ideenaustausch über die künftigen gemeinsamen Arbeitsphasen und einer Fragerunde zu den ersten Eindrücken der Teilnehmer. In zwei weiteren Proben am 11.06.2024 und 09.07.2024 wurden die Mitglieder von Georg Meier zu weiteren Atem- und Lockerungsübungen eingeladen und es wurde mit viel Heiterkeit und mehrstimmig gesungen.

Eine besondere Überraschung gab es dann während der Jahresabschlussfeier des Vereins am 03.12.2024, als die Chormitglieder mit Begleitung einer Band ihr Können dort präsentierten. Das animierte auch alle anderen Mitglieder mitzusingen und so konnte das gemeinsame Singen gleich präsentiert und gemeinsam ausprobiert werden.

Nach beruflich und gesundheitlich bedingter Pause sowohl des Chorleiters als auch einiger Mitglieder ging es erst 2025 und nach Absprache mit der Ehrenamtsstiftung weiter.

Um den Gedanken, sich mit Klängen wohl zu fühlen und ein entspanntes Miteinander zu erleben weiter zu vertiefen, wurden der Musiktherapeut Alexander Paschen und die Sängerin/Künstlerin Jacqueline Boulanger gewonnen, um am Wochenende 26. und 27.04.2025 in einem „Kreativ-Erlebnisworkshop mit Musik“ die Chorteilnehmer nicht nur für das gemeinsame Singen weiter zu begeistern, sondern zusätzlich auch mit verschiedensten Instrumenten vertraut zu machen. Entsprechend unseres Vereinsgedankens der Vernetzung gingen unsere Einladungen abermals per Newsletter an Mitglieder und Freunde des Vereins sowie an die Selbsthilfegruppen der Stadt und die Krebsgesellschaft M-V.

Die Welt-Musik-Schule Carl Orff war hierfür wieder der perfekte Treffpunkt. Eine Vielzahl von Instrumenten wurden zur Verfügung gestellt und waren im Musiksaal aufgebaut. Das regte schon beim Eintreffen die Neugierde an. Ganz ohne Vorkenntnisse konnte man sich auf Trommeln, Xylophonen und der Jembe ausprobieren und schließlich sogar verschiedene bekannte Titel begleiten. Nahezu auftrittsreif wurden dann am zweiten Tag und nach reichlich Freude und Engagement beim Ausprobieren die Titel „I am sailing“ und „Stimmen im Wind“ unter musikalischer Begleitung der beiden Mentoren dargeboten.

Das Fazit der Teilnehmer war einstimmig: viel Lachen, tolle Stimmung, gute Gespräche und ein paar „Ohrwürmer“ auf dem Nachhause-Weg.

Die Möglichkeit, Instrumente kennen zu lernen und zu fühlen, was sie für unterschiedliche Stimmungen hervorrufen können, empfanden alle als Bereicherung. Auch der Austausch untereinander, was das Projekt in jedem einzelnen bewirkte und wie es ihm/ihr in dieser Runde erging, wirkte lange nach. Sich von den Gedanken um die Erkrankung herum für einen gewissen Zeitraum zu befreien, ist in der Gemeinschaft der Chores sicher erreicht worden. Darüber hinaus wurde eine bleibende Erinnerung, mit Fotos und Berichten in den sozialen Medien und auf unserer Internetseite geschaffen worden, die sich die Teilnehmer sicher noch oft anschauen werden.