

Der Verein **Singende Krankenhäuser e.V.** wurde 2009 als Internationales Netzwerk zur Förderung des Singens in Gesundheitseinrichtungen gegründet und wächst seither rasant an. Er hat sich als Ziele u.a. den Aufbau von Singgruppen in Gesundheitseinrichtungen und die Ausbildung von Singleitern gesetzt, außerdem arbeitet er gemeinsam mit Wissenschaftlern an der Erforschung der gesundheitsfördernden und therapeutischen Wirkungen des Singens. Weitere Infos im Internet: [www.singende-krankenhäuser.de](http://www.singende-krankenhäuser.de)

Im Internet findest Du Webseiten und auch zahlreiche Songs (z.B. auf YouTube) von Pionieren und Singer-Songwritern des Heilsamen Singens: Katharina und Wolfgang Bossinger, Karl Adamek, Gila Antara, Monika Maria Wunram, Hagara Feinbier, Iria Schärer, Amei Helm u.v.m. Es ist schön zuzuhören, aber unvorstellbar schöner und ganz anders mitzusingen ...



**Christoph Wagner** (Jg. 1963) ist Philosoph, Heilpraktiker, Journalist und zertifizierter Singleiter für Heilsames Singen. Er initiierte 2014 die Gründung des Naturheilvereins Taunus e.V., dessen Vorsitzender er seither ist.

Seit 2017 wird das Heilsame Singen an einem Freitagabend pro Monat im Gemeindehaus von St. Johannes (Fischbach) angeboten. Der Teilnahmebetrag von 5 € kommt direkt musikalischen Projekten mit Jugendlichen in der Gemeinde zugute. Termine und Infos findest Du auch auf der Website des Naturheilvereins: [www.nhv-taunus.de](http://www.nhv-taunus.de)

**Veranstaltungsadresse:** St. Johannes,  
Paradiesweg 17, 65779 Kelkheim

**Kontaktadresse für Rückfragen:**  
Christoph Wagner, Parkstraße 15,  
65779 Kelkheim, Tel. 06195/999786

Fotos: © Pixabay (4), Wagner

*Schon ein klitzekleines Lied  
kann das Leben ändern!*

## **Heilsames Singen in Kelkheim**

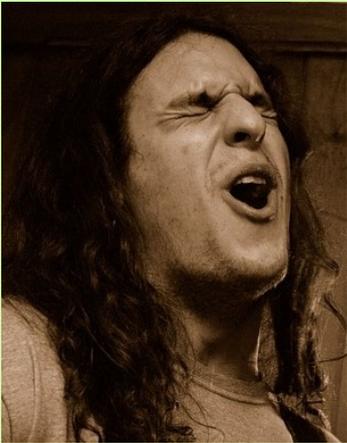


**Einladung zum monatlichen  
Singabend mit  
Christoph Wagner  
Gemeindehaus St. Johannes,  
Kelkheim-Fischbach**



### **Termine:**

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



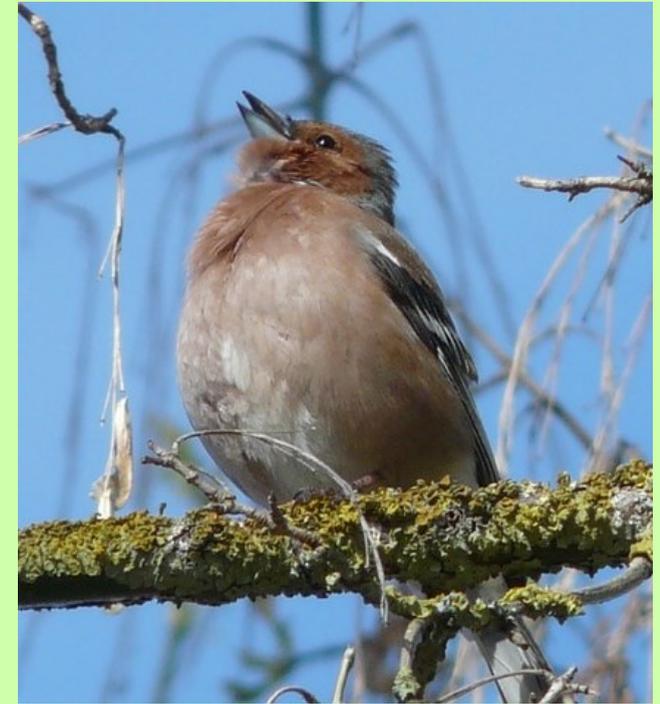
# Singen ist Medizin

*Die wohltuenden und gesundheitsfördernden Wirkungen des Singens sind in den vergangenen Jahrzehnten gründlich erforscht worden. Daraus resultierende Erkenntnisse sowie die Pionierarbeit einiger Musiker und Psychologen haben unter anderem dazu geführt, das gemeinsame Heilsame Singen mittlerweile in vielen Krankenhäusern – etwa der Psychosomatik oder Onkologie – angeboten wird. Die Bewegung hat sich aber über diesen engeren Kontext hinaus weiterentwickelt.*

*In vielen Städten und Gemeinden gibt es mittlerweile offene Angebote. Beim Heilsamen Singen werden einfache, oft Kraftlieder aus aller Welt oder spirituelle Lieder verschiedenster Herkunft und auch Kanons gesungen – ohne Noten und ohne Probenstress. Vorkenntnisse oder musikalische Begabungen sind nicht erforderlich.*

*Hast Du Freude am Singen, findest aber die regelmäßige Teilnahme an Chorproben manchmal eher belastend als entspannend? Würdest Du es gerne mal wieder mit dem Singen versuchen, bist Dir aber nicht so sicher, vielleicht weil Du in der Vergangenheit auch negative Erfahrungen gemacht hast: „Hör auf, Du kannst das nicht!“ Singst Du gerne z.B. im Auto, meinst aber, für gemeinsame Sangesfreuden müsstest Du auch etwas von Noten verstehen? Probier's doch einmal mit dem Heilsamen Singen! Bei uns geht es nicht darum, etwas zu leisten, sondern Freude zu haben und Gefühle zuzulassen.*

*Zu unseren Regeln gehören so schöne Sätze und Einladungen wie: „Wer sprechen kann, kann auch singen. ... Es gibt keine Fehler, nur Variationen. ... Das Singen beginnt und endet mit dem Lauschen. ... Alles, was wir machen, sind Angebote und Einladungen. ... Jede/r kann pausieren oder Nein sagen. ... Alles darf sein, nichts muss sein. Sorge dafür, dass es Dir gut geht.“*



- Stress abbauen
- Neue Kräfte schöpfen
- Sich kreativ erleben
- Zugang zu Gefühlen erhalten
- Abbau von Ängsten
- Selbstheilungskräfte anregen
- Zugang zu verschütteten Ressourcen
- Freundschaft und Gemeinschaft erleben
- Lebensqualität und Lebensfreude steigern
- Spirituelle Erlebnisse

## Was ist das für ein „Repertoire“?

*Ein kleines Lied jeden Tag \* Namaste \* Hast Du heute schon gelebt \* Gamla Moder Jord \* Meine Füße fest auf Mutter Erde \* Auch eine Reise von 1000 Meilen \* The River is flowing \* Froh zu sein bedarf es wenig \* Epo i tai tai \* Es gibt immer einen Weg \* Ich wünsch Dir tiefen Frieden \* Wieder nach langem Weg schließt sich ein Kreis \* Om tare tu tare \* Binamo \* Fest verwurzelt in der Erde, offen für die Schätze des Himmels \* Healing Song \* Gut ist es (wo wir waren, wo wir sind, wo wir hingehen) \* Schläft ein Lied in allen Dingen \* Bin zu allem bereit, was die Seele befreit \* This little light of mine \* When the saints go marching in \* Ich atme tief \* Sonne in mein Gesicht \* Thank you for this day \* Gelassenheitskanon \* Ein Freund ist ein Mensch, der die Melodie Deines Lebens kennt. \* Ich lasse los und bin \* (Auszug aus dem Programm 2017/18)*