Mit einem Nachbarschafts-Chor möchte ich dazu ein laden:

Resonanz zu erfahren und zu kultivieren

Als Bindungswesen Mensch sind wir von der Wiege bis zur Bahre auf achtsame und wertschätzende Resonanz und Spiegelung angewiesen. Ein Singangebot ist für mich vor allen anderen inhaltlichen Zutaten, ein Raum, um auf eine freundliche und sichere Art und Weise in Resonanz zu gehen und Resonanz zu erfahren: Meine Stimme darf klingen und sich ausprobieren, sie ist Teil einer Vielfalt von Stimmen, ich höre zu und ich werde gehört.

Leistungsfreiheit zu versuchen

Meine Stimme ist Teil meines Körperwesens, Ausdruck meiner Persönlichkeit und meiner aktuellen Befindlichkeit und Stimmung. Wenn ich mich mit der Tiefe, Zartheit und Lebendigkeit ernst nehme, die im Erleben des Singens liegen kann, verbietet sich eigentlich eine Haltung von Bewertung, Leistung oder gar Druck. Und doch passiert häufig genau das uns allen, wenn wir mit anderen gemeinsam singen. Und bei nicht wenigen Menschen gibt es sogar im Hintergrund eine Erfahrung von Beschämung. Was kann da helfen?
Hilfreich sein könnte zuerst einmal, eine Wachheit dafür zu entwickeln, ob ein möglicher Leistungsdruck mehr von innen oder außen kommt? Im außen können wir die Herausforderungen den individuellen Bedürfnissen von Niederschwelligkeit oder Komplexität immer wieder neu anpassen. Und im Inneren können wir uns z.B. immer wieder neu die Erlaubnis geben, Entspannung und Freude den Vor-rang vor Anstrengung und Perfektionismus zu geben....

Beheimatung einzuüben

Beheimatung beginnt für mich im Körper. Singen als zutiefst leibliche Erfahrung hat da viele schöne Möglichkeiten im Gepäck, angefangen über den Atemfluss der unsere Stimme trägt, pulsierende Zellen und vibrierenden Knochen bis hin zur Lust sich zu wiegen, zu schnipsen, zu klatschen, zu tanzen....
Auf der nächsten Ebene ist da ein „Du“ und ein „Wir“, denen ich beim Singen begegne und mit denen ich immer wieder neu unseren Kontaktfaden pflege.
Beheimatet sind wir auch in den Rhythmen von Tag und Nacht, im Wechsel der Jahreszeiten, in der verletzlichen Hülle unserer Erdatmosphäre und auf der Erde, die uns nährt und trägt, in einem unermesslichen Universum und letztlich auch in einer kosmischen Ordnung - so ist das zumindest für mich.
Dieses basale und doch so zentrale Eingebettet-Sein in eine mehr-als-menschliche Ordnung beispielsweise in Jahreskreisliedern zu erfahren und zu besingen, kann auch und gerade vor dem Hintergrund der Erdüberhitzung in der wir stehen, Orientierung und Dankbarkeit unterstützen.
Beheimaten können wir uns auch in unserer Nachbarschaft, unserem Veedel und im Bezug auf Köln und hierbei auf einen riesigen Schatz an kölschen Liedern zurück greifen oder auch neue erfinden, die unsere Nachbarschaft und unser Veedel singend ermutigen.

Gemeinschaft zu feiern und zu üben

Gemeinschaft hat ein riesiges Potenzial, weil wir als Menschen mit verschiedenen Anteilen wunderbare Möglichkeiten haben, unsere innere Vielfalt zu erfahren und weiter zu entwickeln. Und Gemeinschaft ist ebenso eine stete Herausforderung aufgrund der Komplexität und der verschiedenen Bedürfnisse vor dem

Hintergrund der verschiedenen Lebenserfahrungen. Da wir Resonanz, Mehrstimmigkeit, Fülle und Eingewobensein alleine nicht so einfach herstellen können, begegnen wir im Chor in der Regel zuerst den Geschenken der Gemeinschaft, um auf diesem freundlichen Boden mit Glück auch an den Herausforderungen, die eine Gruppe zu bieten hat, zu wachsen.

Vielfalt zu würdigen und im Veedel zu spiegeln

Vielfalt in einem Chor könnte dabei ansetzen, die verschiedenen musikalischen Hintergründe, Vorlieben und Impulse der Teilnehmer*innen nach und nach kennen zu lernen und als Grundlage für eine Liedauswahl mit ein zu beziehen. Sollten Teilnehmer*innen dabei sein, die persönlich, familiär oder im Freundes-Netzwerk mit der Musik anderer Kulturen verbunden sind, wäre es schön, sich auf die Suche danach zu machen, wie dieser Reichtum das nach und nach wachsende gemeinsam Liedgut mitprägen und - gestalten kann. Da Humboldt-Gremberg und Kalk Stadtteile mit hoher Zuwanderung und kultureller Vielfalt sind, könnte es eines von vielen Zielen eines Nachbarschafts-Chores sein, sich diesen Aspekten der Viertels musikalisch zu nähern und sie auf diese Art uns Weise zu erleben und zu würdigen. Bei kleineren Auftritten im Veedel kann diese Vielfalt dann zurück gespiegelt werden.