

Musik als Seelennahrung unserer Zeit, **musicosophia** Vortragsreihe 1

6 Vorträge mit praktischen Beispielen à 1,5 Stunden

- 1. Vortrag: Die Bedeutung der Musik für den Alltag**
 - Warum Musik im Alltag? - Im Dialog mit Teilnehmer
 - Wo und wie wir von Musik beeinflusst werden
 - Die Ebenen der Musikwahrnehmung
 - Wie kann ich mit Musik bewusst umgehen?**Musik: Schubert, Ständchen**

- 2. Vortrag: Wie Musik unsere Stimmungen beeinflusst**
 - Eigene Erlebnisse - Im Dialog mit Teilnehmer
 - Unterscheidung der verschiedenen musikalischen Kräfte
 - Wie die Musik auf unsere Gefühle wirkt
 - Wie ich mich vor aggressiver Musik schützen kann**Musik: Grieg, Morgenstimmung**

- 3. Vortrag: Wie Musik die Seele nährt**
 - Was bedeutete Nahrung für uns - Im Dialog mit Teilnehmer
 - Speisen, die den Leib und Speisen, die die Seele nähren
 - Was die Seele wirklich nährt
 - Wie Seelennahrung aufgenommen wird**Musik: Mozart, „Laudate Dominum“**

- 4. Vortrag: Musik im Umgang mit Ängsten**
 - Die Auslöser der Angst - Im Dialog mit Teilnehmer
 - Das Erkennen der eigenen Angst
 - Äußeres Hören und inneres Singen
 - Fürchtet euch nicht!**Musik: J. S. Bach, Jesus bleibet meine Freude**

- 5. Vortrag: Musik und Krisenbewältigung**
 - Was eine „Krise“ ist und wie sie wirkt - Im Dialog mit Teilnehmer
 - Wann Krisen auftreten
 - Wie ich einer Krise musikalisch begegnen kann
 - Welche Musik ist geeignet?**Musik: Beethoven, Klavierkonzert Nr. 4 in G-Dur, 2. Satz**

- 6. Vortrag: Musik und Sterbebegleitung**
 - Welche Bedeutung Musik für Sterbende hat - Im Dialog mit Teilnehmer
 - Wann Musik für Sterbende wichtig ist und wann nicht
 - Welche Musik brauchen Sterbende?
 - Wie Musik Sterbende trösten kann**Musik: Schubert, „Du bist die Ruh“**