**Neujahrskonzert mit dem CWO am 1. Januar 2017 im St. Johann**

Liebe Musikbegeisterte

Liebe Schaffhauserinnen und Schaffhauser, liebe Gäste von auswärts

Lieber Christoph und liebe Musikerinnen und Musiker des Christoph Walter Orchesters

"**Die Musik ist die erhabenste Kunst, weil sie jede Seele zu erschüttern vermag."**

Dieses schöne und treffende Zitat wird dem grossen Musiker Joseph Haydn zugeschrieben.

Musik verbindet, führt Menschen und Kulturen rund um den Globus zusammen und berührt unsere Herzen und Seelen.

**Wie könnten wir positiver und besser gemeinsam ins neue Jahr steigen?**

Eben hat das neue Jahr 2017 begonnen und da werden wir wohl alle auch wieder mit Stress, Hektik und Druck konfrontiert sein, die das Leben halt so mit sich bringen.

Darum legen wir heute und hier einen guten Boden mit diesem packenden Konzert. Der Hektik des Alltags entfliehen und in die Welt der Musik eintauchen in diesem herrlichen sakralen Raum. Das tut gut und bringt die Seele im Innersten zum Schwingen.

Ich hoffe, dass Sie gestern Nacht alle gut ins neue Jahr gestartet sind. Sie sind über die Silvesterbrücke ins neue Jahr 2017 geschritten und Musik vermag auch Brücken zu bauen.

Musik verbindet, Musik macht Begegnungen möglich, Brücken wollen wir bauen - von Menschen zu Menschen.

Nimmt mich wunder, wie viele von Ihnen sich gestern Abend einen **Vorsatz** genommen haben! Zum Beispiel gezielt mehr Zeit für die Musik aufzuwenden. Nun, den haben Sie heute ja schon mal bereits konkret in die Tat umgesetzt!

Aus einer sehr breit angelegten Umfrage kann ich Ihnen folgende **Vorsatzfavoriten** nennen:

61 % der Befragten wollen Stress vermeiden bzw. abbauen.

59 % wollen im kommenden Jahr mehr Zeit mit der Familie/Freunden verbringen.

54 % wollen mehr Sport treiben.

53 % möchten mehr Zeit für sich gewinnen.

48 % möchten sich gesünder ernähren.

37 % nehmen sich vor, sparsamer zu sein.

35 % wollen abnehmen.

21 % möchten weniger fernsehen.

14 % möchten weniger Alkohol trinken.

14 % wollen mit dem Rauchen aufhören.

In einem dieser Vorsätze finden wohl auch Sie sich wieder! Oft ist das aber gar nicht wirklich ein Ziel. Der Vorsatz, dass ich mehr Sport machen will allein genügt nicht! Ich muss das in eine konkrete, umsetzbare, messbare Zielsetzung umsetzen. Ich muss das auch wirklich wollen. Die Motivation ist wie der Kraftstoff beim Auto.

Ist zu wenig oder keiner im Tank, wird man sein Ziel nicht erreichen. So ist es auch mit unseren Vorhaben. Nicht in jedem Ziel steckt so viel Leidenschaft und Motivation, dass man förmlich über die Ziellinie fliegt. Dann muss man sich „künstlich“ motivieren.

Das Glas ist nicht halb leer, sondern halb voll. Es ist nur eine kleine Änderung des Blickwinkels, die uns Menschen zu Optimisten machen kann. Doch gerade "die paar positiven Gedanken", wie sie Pessimisten wohl abtun mögen, können eine Menge bewirken. Es ist klar und auch von der Forschung längst bewiesen, dass positive Gefühle nicht nur den Geist, sondern auch den Körper beeinflussen. Dabei entfalten sie mitunter eine erstaunliche Kraft: Optimisten leben wahrscheinlich länger und gesünder.

In einem Buch über Motivation habe ich diese wunderbare, kurze chinesische Geschichte gelesen:

**"Eines Tages besucht ein Hund den Tempel der tausend Spiegel. Er steigt die hohen Stufen hinauf, betritt den Tempel, schaut in die tausend Spiegel, sieht tausend Hunde, bekommt Angst und knurrt. Mit gekniffenem Schwanz verlässt er den Tempel in dem Bewusstsein: die Welt ist voller böser Hunde.**

**Kurze Zeit später kommt ein anderer Hund in den gleichen Tempel. Auch er steigt die Stufen empor, geht durch die Tür und betritt den Tempel der tausend Spiegel. Er sieht in den Spiegeln tausend andere Hunde, freut sich darüber und wedelt mit dem Schwanz. Tausend Hunde freuen sich mit ihm und wedeln zurück. Dieser Hund verlässt den Tempel in dem Bewusstsein: Die Welt ist voller freundlicher Hunde."**

Positiv zu denken und das Geniessen des schönen Moments fällt uns allerdings gar nicht so leicht. Die Leistungs- und Konsumgesellschaft sind dem Geniessen nämlich nicht förderlich.  Geniessen braucht Zeit und Ruhe. Gier, Hektik, Stress, Erfolgsdenken und Wettkampf sind Gift fürs Glücksstreben. Nicht die Menge macht uns glücklich, nicht die Quantität, sondern die Qualität.

Bereits ein Lächeln am Kiosk ist ein Stück Glück, die blaue Blume am Strassenrand, ein Sonnenreflex auf dem Wasser, eine gelöste Aufgabe. Aber natürlich auch stärkere Erlebnisse, eine Bergbesteigung, Schwimmen im See, eine Hochzeit, ein besonderes Fest und so weiter. Auf der anderen Seite soll man Leid und Unglück durchaus wahrnehmen und nicht verdrängen oder schönreden. Aber man soll dem Schatten keine besondere Aufmerksamkeit schenken, indem man hadert oder sich auflehnt. Besser nochmals an den letzten Sonnentag denken oder sich bereits auf den nächsten freuen.

Ich wünsche Ihnen alles herzlich ein gutes Neues Jahr und dass es Ihnen allen gelingen möge, weniger in den Spiegel zu bellen, sondern wie der Hund mit dem Schwanz wedelt, dem Mitmenschen vermehrt ein Lächeln zu schenken. Und, es wird zurückkommen...das Lächeln!

Mein Vorsatz ist übrigens, dass ich noch stärker positiv denken will, mich vor allem an den Freuden des Lebens ausrichten will und nicht am Negativen....und - trotz proppenvoller Agenda wieder mehr Zeit mit Musik verbringen will.

Nicht nur reden davon, sondern auch machen ist die Devise! Ich setze das nun darum gleich um. Christoph, Maestro, an den Dirigentenstab!