

**MASOOI** bedeutet, Make a song out of it = mach ein Lied draus. Man nimmt das was ist, der erste Satz der einem einfällt und singt ihn. Singt ihn auf verschiedene Weisen. Je nach Groove und Tonlage ändert sich das Gefühl und die Tatkraft. In der Anwendung sind beide Hirnhälften, Stammhirn und Zwischenhirn gefragt. Das kognitive Denken hat seinen Platz, aber auch die Säugetier-Pragmatik und die wundersame Weisheit der Musik.

Wie geht es? Ich singe das, was im Hier und Jetzt da ist, auf eine Weise, die mir Spaß macht :

*„Als Elternteil akzeptiere ich, dass ich meinen Kinder manchmal Frustrationen, Leid und Grenzen zumute“ (Jazzy) oder*

*„Meinen Partner/in (Arbeit)empfinde ich gerade als eine Herausforderung, die gerade einen gewissen Unwillen in meinem Körper hervorruft“ (Hiphop stlye) oder*

*„Ich habe vergessen meine Beine zu rasieren,/ (meinen Schlüssel mitzunehmen/, meine EC karte aus dem Automaten zu ziehen)“ (Opern gestus)*

Masooi lässt einen die anderen Möglichkeiten und Differenzierungen spüren, denn man kann aus einem Satz 100 Lieder machen. Der Blick wird geweitet und dann zielgerichtet fokussiert. Die Muskeln werden gestärkt und die Sauerstoffzufuhr gesteigert. Es ist ein Tool, um in Kontakt mit der Realität zu kommen. Masooi ist funktionsfähig mit allen Musikrichtungen Klassik, Punk, Rock, Pop, Volkslied, Funk, Experimentaljazz etc. Masooi ist für sämtliche Themen und Sätze: Masooi wirkt auch, wenn jemand für einen anderen singt. Als Aufmunterung, Trost und auch als gehörte und verstandene Anweisung (z.B. für Kinder, Teenager oder auch Teammitglieder) Die Methode ist in Außen- und Innenräumen, mit Computern, Instrumenten oder a capella möglich. Sie geht beim Spaziergehen, im Rollstuhl und auf Montage, allein und im Team. Sie läßt sich mit allen gängigen Therapie und Coaching Formen verbinden. **Was ist wenn ich nicht singen kann?** Menschen, die glauben nicht singen zu können, können leiser, lauter, tiefer, höher anwenden und andere rhythmische Phrasierungen ausprobieren (z.B. langsamer und schneller). Mehr braucht man nicht. Niemand muss einen Ton halten können oder etwas wiederholbar machen. In erster Linie geht es darum neugierig zu forschen. Mit einer konzentrierten Leichtigkeit, mit sich und dem Thema in Kontakt kommen.

- Masooi ist unmoralisch, ergebnisoffen und wertfrei.
- Die Methode ist zielführend und effektiv einsetzbar.
- Durch das Singen und die Musik kommen Bewegung, Lösung und Veränderung ganz selbstverständlich, so wie Sonnenschein auf Regen folgt.
- Den Rhythmus eines Problems zu erforschen und zu klopfen/singen bedeutet oft den Weg in die Lösung auszuprobieren.
- Teams können ihre Schwarmintelligenz besser nutzen, wenn sie gemeinsam oder in response-answer Formen, ihre Ideen bzw. Bedürfnisse äußern.

An dunklen Tagen kann Masooi Schmerzen und Schattenseiten zulassen, anzunehmen und gehen lassen helfen. Und Masooi ist ein Handwerkszeug, für Einzel Individuen und für Gruppen um Zugang zu sich, einander und den humorvollen, lösungsorientierten und schöpferischen Seiten ihrer Selbst und vielleicht des Großen Ganzen zu bekommen.

**Das Leben zu singen bedeutet, zum Wesentlichen zu kommen.**