Interview B8

1	I: Also vorneweg noch mal zum Datenschutz. Stimmst du zu, dass deine Daten für Forschungszwecke gespeichert und verarbeitet werden und anonymisiert veröffentlicht werden können? #00:00:16#
2	B8: Yes. #00:00:17#
3	I: Also die erste Frage. Wie muss die Musik sein, um dich trösten zu können? #00:01:00-5#
4	B8: (...) Ich denke, sie muss für mich verständlich sein. Also das vom Style akzeptabel. Dass ich verstehe quasi diese Musik, das muss passend zu meinem Mood sein, zu meiner Stimmung. Das soll, denke ich, genug qualitativ sein, dass ich keine Störung während des Hörens kriege. (...) Und. (...) Ja meistens ich mag eher fröhliche Musik. (...) Ja, ich denke so. #00:01:52-8#
5	I: Und kannst du benennen, ob dir vielleicht besondere musikalische Elemente irgendwie aufgefallen sind oder dich bewegt haben in manchen Situationen? #00:02:05-5#
6	B8: Also ich denke, am meisten bin ich begeistert von Rhythmus. (...) Zweitens vielleicht Melodie. Immer dann, wenn es um so Jazz geht, dann Akkorden, Harmonie und ja auch Klang des Instruments, wenn es Ja, das kann auch elektronische Musik sein. Dann ist etwas interessant. Soll sein etwas Neues, Ungewöhnliches. Aber sonst? Kann auch menschliche Stimme sein, aber da bin ich nicht immer sicher. Darf ich das wirklich genießen, wenn es zum Beispiel Frauenstimme ist? Also das kann extrem schon sein. Aber dann bin ich manchmal so ein bisschen gezögert. Genieße ich jetzt tatsächlich die Musik oder ich mag einfach diese Stimme? Aber wenn unabhängig von diesem Punkt, dann denke ich das, was ich schon gesagt. #00:03:12-5#
7	I: (...) Kannst du Voraussetzungen benennen, wie du selber drauf sein musst, um getröstet werden zu können? #00:03:21-0#
8	B8: (...) Getröstet. Du meinst, mir geht es schlecht und dann wird besser, oder? Das heißt, es geht insgesamt um den Übergang zwischen geht's mir schlecht und dann ob ich habe gehört und dann ist mir besser geworden. Ja, das ist ein quasi Hauptpunkt oder Hauptfrage oder? #00:03:41-8#
9	I: (...) Ja. Also ich würde dir gleich die Frage stellen, was für dich Trost ist. Aber du kannst auch zuerst da überlegen oder sagen Was würdest du sagen, Was ist das, was du als Trost beschreiben würdest, was du erlebst. #00:04:01-9#
10	B8: Also ich denke so spontane Antwort ist so, wenn zum Beispiel ich merke, mir geht es/ Mir fehlt es an Lebensenergie oder ich bin irgendwie ausgegangen und ich ja irgendwie so. Und dann plötzlich etwas kommt. Das kann nicht unbedingt Musik sein, aber wenn Musik geht, dann irgendwie ich höre Musik und denke ‚Jetzt fühle ich mich irgendwie gut.' Also ich kriege quasi außen. Die äußerliche Quelle kommt in mir und ich vielleicht habe Resonanz oder Erwartung. Und dann geht mir besser. Das ist eher so wie meine. Weiß ich nicht. #00:04:50-6#

11	I: (...) Und wenn du jetzt zurückdenkst an eine konkrete Situation, wo es dir nicht gut ging oder du keine Energie hattest und du dann bewusst Musik gehört hast, damit es dir besser geht, kannst du mich ein bisschen in diese Situation mit reinnehmen. Wie dein Emotionsverlauf war durch/ Also wie war es vorher? Und wie hat sich das verändert? Durch das Musikhören. #00:05:26-5#
12	B8: Also ich weiß nicht, wie nützlich das ist für dein Studium, aber tatsächlich, ich bin nicht so oft bewusst. Also ich komme nicht oft, also wirklich extrem rarely. (...) Zu bewusste Entscheidung. ‚Okay, jetzt gehen mir schlecht. Oh, lass mich Musik anschalten oder spielen.' Das würde ich auch fragen. Es geht im Unterschied, wenn ich spiele oder wenn ich höre. (...) Um mir besser zu machen meistens ich irgendwo kriege Musik, höre, dass jemand spielt. Oder manchmal ich entscheide, Musik zu hören. Oder manchmal ich entscheide selbst zu spielen. Aber das ist nicht, dass ich das tatsächlich als tägliches quasi Heilungsmittel nutze. (...) Aber wenn es passiert, dann merke ich danach. ‚Ah, jetzt mir quasi einfach cool. Also ich bin fröhlich geworden.' (...) Vielleicht, weil ich/ Ja, es gibt Menschen zum Beispiel, die wissen okay, jetzt will ich einschlafen, dann nehme ich eine Tasse Kaffee, dann werde ich mehr aufmerksam. Und die machen das bewusst. Und ich trinke keinen Kaffee. Und wenn ich müde bin, dann einfach kämpfe ich in mir und das auch mit schlechter Laune. Also ich gehe nicht bewusst zu Musik als quasi Heilungsquelle, um schlechte Laune zu beseitigen. Weiß nicht, wie es relevant oder gut für dein Experiment ist. #00:07:08-6#
13	I: Tatsächlich ist es eher selten, dass Leute das bewusst machen. Also man macht das eher intuitiv. Dass man dann zu Musik geht. Aber ich weiß nicht, ob du dich an eine Situation erinnern kannst, wo du dich in irgendeiner Form trostbedürftig gefühlt hast und dann eventuell intuitiv Musik gehört hast. Oder auf jeden Fall kam Musik und dann hast du gemerkt, danach ging es dir besser. Und dieser. Der Grund für deine Trostbedürftigkeit war besänftigt oder wieder gut. Also. #00:07:48-8#
14	B8: Also soll ich das diese Situation erzählen, die ich in deine Umfrage geschrieben habe? Oder etwas anderes? #00:07:55-4#
15	I: Das ist dir offen gestellt. Eine Situation auf jeden Fall, an die du dich gut erinnern kannst. #00:08:03-0#
16	B8: Also was ich dir schon geschrieben habe, das war, als ich während dieser Corona Zeit alleine war. Und dann habe ich angefangen, hebräische Musik, also messianischen Lobpreis zu hören. Und das war sehr deutlich. Ich war einfach so begeistert ist. Ich kam quasi vom Boden, weil ich alleine wohnte in [Ort]. Und irgendwie diese Situation ich bin allein in Deutschland, ich habe hier keine Freunde und so, das war nicht nur Corona. Das war Corona war nur so quasi noch bewusster Situation gemacht, aber nicht Hauptgrund. Und dann manchmal das ein paar Abende nacheinander, ich konnte fast die Hälfte der Nacht diese Lieder hören und dann übersetzen, weil ich nicht alles so verstanden habe. Aber einfach diese/ Also meine Haupterfahrung ist tatsächlich messianische Musik, nicht einfach christliche Musik, sondern messianische Musik. Ja manchmal auch andere Situationen waren, dass ich selbst Gitarre genommen oder ich kann Klavier nicht so extrem gut spielen, aber so bisschen wenig. Und dann Ich kann bisschen ein paar Akkorden oder paar etwas Melodie etwas entwickeln. Dann finde ich ‚Okay, ich habe gehört' und dann gehe ich weiter. Also es gibt quasi kleine Erfahrungen, wo ich ein bisschen mich verbessert. (...) Ja wahrscheinlich so. #00:09:47-4#
17	I: Wenn jetzt zum Beispiel diese Situation nimmst, während Corona, wo du dich einsam gefühlt hast und dann auch noch durch Corona isoliert und dann hast du die messianische Musik gehört.

	Kannst du beschreiben, was dann emotional passiert ist? Also was hat sich da verändert oder wie hast du das erlebt, dass es dir besser ging? #00:10:08-7#
18	B8: Also ich wollte einfach leben. Ich hatte Kreativität, Ich wollte diese Lieder übersetzen. Ich dachte ‚Oh nice, dass vielleicht kann Ich kann diese Lieder dann vielleicht übersetzen.' Ich habe tatsächlich ein Stück übersetzt auf [Sprache] und also das, das war nicht einfach okay, jetzt geht mir Laune besser, sondern in dem Moment, ich fühlte so eine Strom der Kreativität und Lust zum Leben. (...) Und irgendwie. Ja, ich habe wahrscheinlich vergessen, ich bin jetzt alleine. Und dieses Hören zusammen, obwohl das war vom Bildschirm, von diesem gleichen Computer, das ich jetzt mit dir rede. Aber das war irgendwie, als ob ich dort sitze. Also ich wollte auch gerade zu dieser Gemeinde kommen. Und ich denke, wenn ich kommen würde, ich würde mich glücklich fühlen, also ich quasi vorstelle, als ob ich dort bin, als ob ich dort mitspiele oder mitsinge oder mithöre mittanze und so. Das war schon. Ich denke, wenn ich tatsächlich nicht so oft mich öffne für diese Computer. Aber das wäre irgendwie cool. #00:11:32-3#
19	I: Und wenn/ Also wenn ich das jetzt noch mal in eigenen Worten zusammenfassen würde, würde ich sagen, Du hast vorher sozusagen Einsamkeit erlebt und durch die Musik hast du das vergessen, dass du einsam bist und hast neue Lebensfreude bekommen. Würdest du Sagen, das wäre jetzt sozusagen der Trost, den du erlebt hast in der Musik, dieses Vergessen der Einsamkeit und neue Lebensfreude bekommen. #00:12:07-9#
20	B8: Ja, ich denke, wenn man Trost versteht als diese Stufe nach oben, dann ja. Weil man kann auch definieren als diese Wirkung des Heiligen Geistes, der über Sünde redet und dann Heilung schenkt. Dann denke ich, ich sehe jetzt nicht um diese Terminologie, weil ich habe keine besondere Sündenbekenntnis in diesem Fall erlebt. Obwohl das ist spannend. Das ist wahrscheinlich/ Und ich weiß nicht, manchmal unterscheidet sich gerade diese messianische oder christliche Musik, dass auch vielleicht Bereitschaft, (...) heilig zu leben sehr viel klarer wird. Du verstehst es, wenn du diese Musik hörst. Du kannst nicht parallel dazu noch etwas Komisches machen. Also das nimmt dich als dein ganzes Wesen in diese. Ja, fröhliche Welt. Und dein schlechtes geht einfach zum Hintergrund, weil eigentlich in diesem Licht ist nicht mehr relevant. Und wenn es gibt natürlich Bekehrungslieder, die ein Lied haben. Das war auch so wie Bekehrungslied. Und dann das auch irgendwie als Reinigung oder zum Beispiel. Die Lieder, die von Psalmen geschrieben wurden. Lev dahor. So also reinige mein Herz. Das heißt du/ Das ist quasi nicht nur Lobpreis das auch wie die Bekehrung quasi. #00:13:58-0#
21	I: (...) Würdest du sagen oder inwiefern würdest du sagen, unterscheidet sich dann ein solcher Trost, den du durch Musik erlebst, von Trost, den du durch Menschen erlebst? #00:14:14-2#
22	B8: Oh, wow. Das ist eine gute Frage. (...) Ich weiß nicht, wie sehr man Musik von Menschen unterscheiden kann. Also ich habe nie so direkt darüber gedacht. (...) Also ich denke, wenn zum Beispiel ich vergleichen würde Musik, die ich im Radio höre, die auch kann, qualitativ und irgendwie gut gelaunt sein. Das bringt mir nicht so tief. (...) Im Vergleich mit, dass wenn ich tatsächlich Konzert schaue und Menschen erkenne, die so normal hier entscheiden, als ob ich sie hier präsent sehe. Vielleicht deswegen war für mich auch Trost Ich konnte sehen, wie Leute keine Ahnung Reaktion auf dem Face das ich schaue auf diese Lobpreis Prozess, also diese Gitarre Bewegung macht oder nicht nur Mikrofon oder irgendwie dieser Gesichtsausdruck. Dann kann ich das mehr mitspüren. Wenn das nur Radio ist und dann ist es für mich nicht so wirksam. Das kann so ein bisschen helfen. Aber tatsächlich. Ich denke tatsächlich, ich schaue auf Menschen, wie sie Musik erleben. Und dann kann ich quasi in diesem Modus mitfreuen. Es ist nicht Musik in sich selbst, alleine. Und vielleicht deswegen. Das ist meine spontane Analyse. Ich weiß nicht, aber ich höre nicht so viel Musik tatsächlich. Also, ich kann Tage, ich kann fast wochenlang keine Musik

	hören. Also ich bin kein Melomane, dass ich ständig mit Kopfhörer unterwegs bin. Und wenn ich schon höre, dann muss ich sitzen und schauen und hören. So zehn Minuten geschaut, gehört. Ah, okay, gut, verstanden. Und weiter gegangen. Ohne Musik wieder. Und ich vermute. Ich vermute, ich brauche diese Connection Menschen mit Musik zusammen. Und Musik ohne Menschen wirkt für mich schwächer. Aber wenn du das fragst, separat Musik oder separat Menschen. Dann würde ich Menschen sagen. Also das Gespräch. Fröhliches Gespräch mit lebendiger Person. Das ist sehr spannende Frage. Ich weiß nicht. Kann man das so? (...) Also ich kann nur sagen schwer zu entscheiden. #00:17:03-9#
23	I: Aber kannst du den Unterschied sehen, wie der Trost unterschiedlich ist, den du durch Menschen erlebst oder den du durch Musik erlebst? #00:17:16-5#
24	B8: (...) Ich denke, Trost von Menschen ist schon mehr ganzganzheitlich oder wie sagt man das? Überwältigend. Oder universal? Global? Ja, Ja (...) Und, also wenn wir gerade in dieser und dieser Musik sagen, die messianisch quasi messianische Lobpreis Musik. (...) Dann vielleicht. (...) Fühle ich irgendwelche Resonanz direkt in mir, die ich merke. Okay, diese Menschen hat etwas in sich, was ich auch in mir habe. Deswegen wie quasi sehr gut miteinander sind, obwohl wir nie einander gesehen. (...) Und durch direkte (...) Treffen mit Menschen. Ja, das ist für mich zu breit. Als ich weiß nicht, was soll ich sagen? #00:18:41-0#
25	I: Ja, nee, ist in Ordnung. Wenn wir jetzt noch mal zurückgehen und auf dich schauen, was würdest du sagen? Kannst du benennen, ob du irgendwelche Voraussetzungen mitbringen musst, Also wie du drauf sein musst, um überhaupt getröstet werden zu können? #00:19:01-9#
26	B8: (...) Ja, vielleicht. Ich soll mindestens den Ausweg so bisschen sehen, falls ich jetzt mich in problematische Situation sehe. (...) Ich meine, ich habe so Verständnisfrage. Du meinst Trost. Mir geht's schlecht und dann geht mir gut, oder Mir geht jetzt normal. Und dann höre ich Musik. Oder treffe ich Menschen, dann geht mir einfach besser. Ist es das auch Trost? #00:19:55-5#
27	I: Ja, also ich glaube, tendenziell ist Trostbedürftigkeit eher, dass es dir schlecht geht, weil du bist einsam oder du hast einen Verlust erlitten. Oder du bist verzweifelt über eine Situation, die du nicht ändern kannst oder die dir schwierig vorkommt. Also ich glaube, es geht nicht dort um ein Dir geht es gut und durch Musik geht es dir besser. #00:20:27-5#
28	B8: (...) Schade, es geht mir jetzt gut. (...) Vorstellen, dass quasi wie wäre es, wenn mir schlecht ginge? Manchmal ja, manchmal bin ich frustriert von etwas oder von mir Meistens. (...) Ich denke, das Beste wäre ich soll irgendwie den Ausweg sehen. Praktischen Ausweg, wenn es zum Beispiel Prüfung geht. Ich muss schauen, dass es machbar den zu machen oder wenn es noch Lebensentscheidung geht. Es gibt noch genug Zeit im Leben zu treffen. Also irgendwelche realisierbare Hoffnung, Projekt irgendwie das tatsächliche Licht zeigt, aber. (...) Ich denke, Trost fängt an, wenn diese Hoffnung tastet dich. Weil zum Beispiel durch Menschen, das heißt, wenn Menschen mit mir redet, ab diesem Moment bin ich nicht mehr alleine eigentlich, weil jemand schon in diesem Moment mit mir redet. Und das heißt Prozess der Heilung beginnt von diesem Treffen. Und auch Musik, wenn ich diese angeschaltet habe. Ich muss irgendwie mich offen. Aber ich habe ein paar Mal probiert, mehr ging schlecht. Ich habe versucht, Radio zum Beispiel anschalten und ich konnte ein paar Lieder hören. Das klappt nicht. Ich war einfach Radio weg. Also nicht jede schlechte Situation kann ich mit egal welcher Musik trösten, sogar mit messianischer Musik. Manchmal will ich einfach gar nichts. Ja, deswegen würde ich sagen, dass es keine universelle Mittel. Für mich. Aber. (...) Wenn es um Menschen geht. So fröhliche

	Menschen, fröhliche Menschen kann mir können mir viel, viel mehr geben, denke ich. Können wir noch zusammen Musik machen? Das wäre perfekt. #00:22:54-7#
29	I: Ja. Kannst du den Satz noch mal wiederholen? Du hast gerade gesagt, Trost fängt an, wenn. #00:23:01-6#
30	B8: Wenn die Begegnung anfängt. (...) Natürlich mit der Person, die ich auch mag. Es gibt Menschen, die erscheinen, die denken, die können mich trösten, aber wenn ich in meiner Wahrnehmung dieser Person schon nicht so positiv eingestellt bin oder betrachtet diese Person als unfähig, mich zu trösten. Ja. Dann wahrscheinlich das nicht hilft oder nicht sofort oder nicht so qualitativ. #00:23:37-7#
31	I: (...) Und wenn du jetzt überlegst, wie die Situation aussehen muss, dass du Trost empfangen kannst. Also gibt es da Voraussetzungen von der Situation, von dem Drumherum? #00:23:56-0#
32	B8: (...) Voraussetzung, dass ich Trost aufnehmen kann. Das ist die so coole Frage. (...) Wow. Was soll ich sagen? (...) Ja, also ich würde mir wünschen, dass ich diesen Teil der Interviews dann abgebe, der mir wirklich schlecht geht. Vielleicht könnte ich besser verstehen, weil das ist schon auch interessant. Jetzt bin ich in anderem Zustand. Ja, und ich beschreibe da einen Zustand, in dem ich jetzt nicht bin. Vielleicht wäre er tatsächlich interessant. Ich weiß nicht, aber würde das vielleicht auf das Ergebnis beeinflussen. Wenn ich/ #00:24:46-5#
33	I: Ja, aber. Also wenn du dich jetzt zum Beispiel zurück erinnerst an die Situation während Corona, wo du sagst okay, dir ging es schlecht und durch die Musik ging es dir besser. Dann hast du also wenn du einfach diese Situation analysierst und so guckst okay, was war das für eine Situation und was davon könnte man als Voraussetzung benennen? #00:25:11-5#
34	B8: Also ich denke, ich muss das treffen, was ich früher sicher war ‚Ich mag das.' Also, messianische Musik. Das war nicht etwas Neues, das ich entdeckt habe, sondern ich habe schon quasi früher bewusst. Also das war mir bewusst. Ja, und dann habe ich dachte ‚Okay, vielleicht das könnte helfen' oder so weiß ich nicht warum oder Gott hat mir geholfen, dass ich zufällig diese Gedanke gekriegt. Keine Ahnung. Und dann habe ich angefangen zu hören und war/ Ich habe einfach vergessen, dass mir schlecht ist. Ich war voll drin. Aber vielleicht Zeit braucht man, dass man jetzt nicht kümmert und nicht jetzt wiederholt ‚Ich bin allein. Also was für Probleme? Was für ein Problem!' Also nicht, dass ich ständig diese Kreisläufe. Sondern, dass ich mir erlaube, dass diese externe Quelle auf mich beeinflusst und ich resoniere interagiere mit ihm. Ja. Also mindestens in dem Moment. Ich habe entdeckt ‚Oh, es gibt diese Freude und ich darf jetzt. Das erlebe ich jetzt. Mir ist egal. Ich habe morgen keine Vorlesungen und so' oder keine Ahnung. Ja, wahrscheinlich Zeit. #00:26:31-1#
35	I: Und jetzt, in dieser konkreten Situation, hast du diesen Trost? Nur durch die Musik erlebt? Oder hast du nachher oder vorher auch noch zusätzlich Kontakt mit Menschen vor Ort gehabt oder allgemein Menschen gehabt? #00:26:57-9#
36	B8: Also in diesem Fall gerade mit messianischer Musik? Nein. Also ich hatte keine Connection mit Menschen, das heißt ich war im Zug und kam nach Hause Alleine. #00:27:06-0#

37	I: Okay, und was würdest du sagen? Wie lange hat dieser Trost angehalten? Also war das nur für den Abend oder ging es dir auch am nächsten Tag noch besser als vorher? #00:27:23-6#
38	B8: Es ging besser noch mindestens ein paar Tage. #00:27:27-2#
39	I: (...) Aber da war trotzdem nicht noch mal eine zusätzliche Begegnung mit Menschen, die dich ermutigt hat. #00:27:35-7#
40	B8: Mehr erinnere ich nicht. Aber ich meine, Effekt war maximal natürlich diese paar Stunden. Keine Ahnung. Vier Stunden oder so, aber danach das, dass ich das erlebt habe auch mich motiviert. Übrigens interessant ist vielleicht, aber für mich interessant, es gab schon Situationen, dass mir auch schlecht ging. Nicht so wie damals, aber vielleicht einfach andere Situation. Und ich dachte ‚Okay, vielleicht jetzt werde ich ähnliche Musik zu hören. Oder gleiche.' Ich schalte an und funktioniert nicht. Oder funktioniert nicht so effektiv. Das kann funktionieren, aber nicht so effektiv, weil vielleicht das soll auch bestimmte Herzenszustand sein. (...) Oder vielleicht braucht man neue Musik. Um neuen Zustand zu heilen. Also ich muss Ich. Ich bin nicht sicher, dass dasselbe dieselbe Musik für mich immer gleiche Heilung bringen kann. So. war es nachvollziehbar, was ich sage? #00:28:58-3#
41	I: Ja. Und wie würdest du dir das erklären? Also, dass das nicht immer klappt. #00:29:04-4#
42	B8: (...) Ja, vielleicht bestimmte Lieder sind für bestimmte Situationen. (...) Vielleicht war mir so schlecht, dass gerade diese Musik war nicht fähig. Oder vielleicht habe ich mein Bedürfnis falsch erkannt. Vielleicht brauchte ich keine Musik jetzt. Aber ich versuchte mit Musik mir zu helfen. Weil Musik, denke ich meiner Meinung nach ist/ Also mindestens für mich. Musik ist keine universale Hilfsmittel. Das ist quasi eine davon. Ja. (...) Ja. #00:29:44-4#
43	I: Wenn du Situationen vergleichst, wo du jetzt zum Beispiel während Corona durch Musik Trost gesucht hast und andere Situationen, wo du nur bei Menschen Trost gesucht hast oder gefunden hast, kannst du einen Unterschied finden bei der Art von Situationen. Zwischen da, wo Musik geholfen hat und da, wo Menschen geholfen haben. #00:30:16-7#
44	B8: (...) Also falls Unterschied gibt, dann nicht so sehr groß. #00:30:43-7#
45	I: (...) Und kannst du benennen, was bei Trost/ Was würdest du sagen? Was passiert da auf emotionaler Ebene und was passiert auf kognitiver Ebene? #00:30:58-7#
46	B8: Also bei emotionale ich denke ich. (...) Ja. Ich will einfach leben. Ich will. Also, meine Freude. Also ich mag freudig sein. (...) Und dann kann ich irgendwie weiterleben. Und das schon Ist gut. Was war die zweite Frage? #00:31:30-8#
47	I: Kognitiv. #00:31:31-6#
48	B8: Kognitiv? (...) Kognitiv soll mindestens nicht dagegen nichts dagegen sagen. Also. (...) Das soll nicht dissonieren, dass ich jetzt erlebe Freude aber trotzdem habe Problem vor Augen. Das Problem muss anders definiert sein oder anders befragt betrachtet werden. Oder dass ich nicht manchmal. Mir ist nicht klar, warum mir geht es schlecht. Und erst dann, dass mir besser geworden. Ich denke ‚Mir ist besser geworden.' Aber was passiert? Was war das? War das nur

	Einsamkeit oder war das irgendwelche komische Frustration? Also mir ist nicht immer bewusst, warum mir schlecht geht. Manchmal wenn ich hungrig bin oder nicht gut geschlafen? Keine Ahnung. Toilette will oder so? Ich kann verstehen. Ich bin genervt. Also, ich bin genervt, aber das ist etwas anderes als unbewusste Frustration oder unbewusste Zustand, dass Irgendwie fühle nicht also ich fühle kein quasi körperliches Bedürfnis, also basic Bedürfnisse. Aber trotzdem mir schlecht geht. Also ich kann nicht mit Musik heilen, wenn ich quasi hungrig bin, auf Toilette will, das vielleicht kann ich ein bisschen verzögern, aber trotzdem, das ist quasi nicht ersetzbar. Deswegen wahrscheinlich diese Heilung. Es geht um etwas Tieferes als nur die Basics Körperliche Bedürfnisse. Es wahrscheinlich muss man nicht vertauschen. Und. (...) Kognitiv. Ja, ich denke mir schon hilft, wenn bestimmte konkrete positive Sätze oder Aussagen ausgesprochen werden. (...) Oder einfach Hilfe oder Hoffnung, dass es wird gut oder so! Es war eine Situation, ich erinnere mich. Ich war an der [Ort], ging mir einfach extrem schlecht und ich wusste nicht, was ist das passiert? Und dann ich habe gesehen, einen Student. Ich weiß nicht, ob er seinen Namen will, dass ich nenne, aber ich meine, ich habe gesehen, durch entlang mein Fenster geht und ich habe so gemacht. Er kam, ich irgendwie schlecht geht. Wir haben einfach zusammen gebetet. Und mir ging so gut danach so direkt, als habe ich mich angeschaltet habe. Ich dachte ‚Wie krass. Was ist das?' Also nur, dass ich mit der Person war. Mit dem ich ganz normal freundlich unterwegs bin. Und er war auch freundlich. Und diese zehn Minuten oder fünf da haben mir sehr geholfen. (...) Nun, wenn ich zum Beispiel diese Situation mit Musik vergleiche. Dann wahrscheinlich war, waren Ergebnisse ähnlich. (...) Von Emotionen. (...) Ja. Und kognitiv? Es war andere Kontext, aber so, ich habe jetzt nicht so viel Fantasie, um etwas Konkretes zu sagen. #00:35:16-6#
49	I: Das war schon sehr konkret. (...) Ich mache jetzt mal einen thematischen Sprung. Und zwar inwiefern erlebst du deine Beziehung zu Gott als Trost Quelle? #00:35:31-9#
50	B8: Beziehungen zu Gott als Trostquelle. (...) Oh. Was die Beziehungen zu Gott. (...) Also. Jetzt muss ich meine Definition, wie ich Beziehungen zu Gott verstehen, kurz sagen. Also so wie ich früher verstanden habe, dass Beziehungen zu Gott das ist regelmäßige Bibellesen und Beten. Beten für mich bringt weniger Trost als Bibellesen, weil Beten das ist eher Explikation, also quasi Äußerung, was ich jetzt mir fühle. Deswegen vom Gebet kriege ich, tut mir leid, aber am wenigsten Trost. Vom Bibel manchmal kriege ich Trost, manchmal nicht. Aber. (...) Und ja, ich denke mir, schneller hilft, wenn ich in die Gemeinschaft mit der Person komme. Die in dem Moment, als ich Trost suche, schon getröstet ist oder Gruppe von Menschen. Und dann dieser Übergang nicht getröstet und getröstet zu werden passiert viel schneller, als wenn ich alleine versuchen würde, meine Beziehungen zu Gott irgendwie zu verbessern oder zu nutzen. Um meinetwillen also. #00:37:20-0#
51	I: (...) Es gibt ein Modell in der Psychologie, das heißt Bindungstheorie. Und da geht es darum, dass in dem ersten Lebensjahr man zu seinem primären Versorger, also zu seinen Eltern, entweder eine sichere oder eine unsichere Bindung aufbaut. Und sichere Bindung heißt einfach Ich habe einen/ Eine Vorstellung von meinen Eltern, dass sie verlässlich sind, dass sie da sind, wenn ich sie brauche, und dass sie sich um mich kümmern. Und unsicher heißt einfach Ich habe gelernt, dass meine Eltern nicht immer dann da sind, wenn ich sie brauche oder mir nicht das geben, was ich brauche, wenn ich was brauche. So also eine, eine nicht so konstante Versorgung sozusagen. Und dieses Konstrukt überträgt sich auch auf das Gottesbild. Also dass ich dann entweder ein Bild habe von Gott, ja, der wird mich immer versorgen und ist immer da, wenn ich ihn brauche und ist immer gut. Oder ein ja mal so, mal so und ich kann es nicht einschätzen. Wenn du das jetzt so hörst von diesen Varianten, was würdest du sagen? Was macht das für einen Einfluss auf ein potenzielles Trost erleben? Wenn ich entweder eine sichere Bindung zu Gott habe oder eine unsichere Bindung zu Gott? #00:39:07-2#

52	B8: (...) Also ich denke, ich habe sichere Bindung mit Eltern deswegen kann gut verstehen, was du meinst. (...) Ich denke, auf globaler Ebene ja. Ich vertraue, dass Gott gut ist. Und er hat kein Interesse, mir Schmerzen unnötig zu bringen. Also. Aber die Lehre, dass wir zusammen mit Jesus leiden sollen. Und diese Hiob Geschichte und Christusgeschichte und Märtyrergeschichte. Und Abrahams Geschichte so lange gewartet hat. Manchmal bringt mir so. (...) Ja nicht so 100 Prozent Sicherheit, dass ich/ Also ich kann nicht mit Gott manipulieren. Ich kann nicht Gott anschalten wie Radio. Jetzt brauche ich Trost ‚Ah. Dann einfach. Stecke ich in Steckdose und kriege ich direkt.' Ich kann hoffen. Vielleicht klappt, aber ich kann nicht Gott anschalten. Und das macht ihn für mich nicht so direkt zugänglicher, oder zum Beispiel wenn ich sage, ich würde gerne mit ihm reden oder so. Und dann wird er sagen ‚Dann lies die Bibel' und ich denke ‚Okay, das wieder um mich es geht.' Das heißt ich brauche ihn, aber ich muss etwas machen, Ich muss beten, ich muss Bibel lesen, Ich muss mehr machen. Vielleicht klappt. Deswegen diese, also seine Antworten sind möglich. Aber nicht von mir kontrollierbar. (...) Ich würde sagen, ich leide nicht so oft davon. Aber in manche, in manche Fragen würde ich vielleicht würde mir leichter machen, wenn es irgendwie konkretere Antworten hätte. Oder schneller oder so, Das war nicht die Antwort, ich weiß, aber. #00:41:28-2#
53	I: Aber wenn du jetzt also unabhängig von dir, wenn du einfach überlegst, eine Person, die eine ganz sichere Bindung zu Gott hat und eine Person, die eine unsichere Bindung zu Gott hat, würdest du sagen, die können gleichermaßen Trost erleben von Gott oder einfach Trost erleben von Gott? Oder würdest du denken, das unterscheidet sich, wie die das erleben? #00:41:52-1#
54	B8: Ich denke rein theoretisch, dass sichere Verbindung mit Gott schnellere Trost schnellere/ Also besser vorbereitet und man ist schon quasi in dem Zustand, dass man ist bereit, vom Gott Trost aufzunehmen. Weil Unsicherheit in sich ist schon trostbedürftig. #00:42:16-1#
55	I: Und würdest du sagen, dass die Beziehung zu Gott das Musikerleben beeinflusst? #00:42:35-3#
56	B8: (...) Bei mir schon. Ich kann nicht einige Stile hören. Zum Beispiel diese Screaming oder Hardrock oder Lieder, wo ich/ Ja. Also, was ist Musik? Musik ist nur Sound oder Musik ist plus Clip Video? Es gibt Videoclip, die ich einfach extrem unangenehm finde. Ich weiß nicht, ob es zu deinem Studium irgendwie gehört, aber ich also ich kenne so viele Lieder, die ich vielleicht gerne hören würde. Ich meine unchristliche, aber teilweise auch christliche, wenn ich keinen Clip gesehen hätte. Also Musik selbst ist irgendwie cool. Melodisch, harmonisch. Rhythmisch. Aber wenn ich sehe, was sie mit sich selbst tragen, mir als Zuhörer oder Zuschauer bringen, dann hätte ich keine Ahnung, ob ich das überhaupt das will. Und ja, diese Diskrepanz ist schon. (...) Ist präsent. Ja. #00:43:49-1#
57	I: Und würdest du sagen, du kannst aber auch in nicht-christlicher Musik Trost finden? #00:43:56-3#
58	B8: (...) Gute Laune schon. Aber wahrscheinlich es geht eher um Musik ohne Worte, als instrumentale Musik sowie Improvisationen. Die unchristliche Musik mit Worten, ich denke, so tiefe, tiefere Trost wahrscheinlich ich nie erlebt. (...) Aber gute Laune habe ich mal gekriegt, wenn ich einfach extrem coole Musik gehört habe. Und ob Gute Laune ist gleich, was Trost ist, das bin ich nicht sicher. #00:44:40-5#
59	I: Hm (bestätigend). (...) Es gab eine/ Innerhalb des Fragebogens gab es drei Fragen dazu, wie man die Musik, ob man die erlebt, als ob es ein Freund wäre, der das zu einem spricht oder ob

	man das eher nicht so erlebt. Und du hast die Fragen eher Mittel angegeben. Also weder, dass du es besonders stark so erlebst, noch dass du es besonders schwach so erlebst. Was würdest du sagen? Woran machst du das fest? Ob oder ob nicht du Musik als Freund erlebst. #00:45:27-1#
60	B8: (...) Und für Musik für mich/ Musik ist keine Person in sich, Musik in sich. Deswegen klar, die Kommunikation in Musik ist sehr reduziert. Und. (...) Ich denke, das ist schon eine spannende Sache, aber ich denke Musik selbst mag ich viel weniger als die Musiker. (...) Und damals? Jetzt nicht mehr. Aber auch jetzt. Aber auch damals. Meistens meine Freunde waren Musiker. Und ich denke, meine besten Freundschaften entstanden von zusammen Musik machen. Das heißt für mich Musik ist eher Toren oder die Tür als Kommunikationsmittel mit Menschen, die wir nicht unbedingt mit Wörtern kommunizieren und unsere Seele verbinden. Ich hatte zum Beispiel auch also damals ich versuchte eine Freundin so quasi zu haben. Also ich dachte vielleicht werden wir und das war glücklichste Momenten, dass wir einfach zusammen gespielt haben oder gesungen. Das war nicht unbedingt die glücklichste Moment, als wir etwas geredet haben. Manchmal wusste ich gar nicht was soll ich mit ihr reden? Aber spielen, das war einfach wow. (...) Und ich vermute, ich habe vielleicht auch deswegen jetzt viel weniger Musik in meinem Leben, weil meine Freundschaften jetzt ein bisschen anders aufgebaut sind. Aber ich habe Bedürfnis, also ich würde mich extrem freuen, wenn meine Frau, meine Freunde wie irgendwie diese Kommunikationsmittel mit dabei hätten außerhalb direkt intellektuelle so Wortaustausch. #00:47:35-5#
61	I: Ja. (...) Und würdest du sagen Du, das ist prinzipiell, oder? Oder nur manchmal, dass du Musik. Erleben oder nicht erleben kannst als Freund. Wenn also du hast ja gerade gesagt, die Musik selber öffnet so ein bisschen die Kommunikation und dann ist es ja der Text, der sozusagen dir erscheint, als ob es ein Freund wäre, der die das sagt oder nicht. So würdest du sagen, das passiert dir manchmal. Oder passiert dir das prinzipiell nicht oder prinzipiell immer? #00:48:20-6#
62	B8: (...) Vielleicht manchmal. #00:48:27-0#
63	I: (...) Und jetzt zum Beispiel in dieser Situation, wo du die messianische Musik gehört hast. Hast du das/ Also hast du einfach so die Musik gehört, oder hattest du den Eindruck, das ist Gott, der dir das zuspricht? Oder es ist ein Freund, der dir das zuspricht oder vorsagt? Oder war das sozusagen losgelöst von einer sozialen Interaktion, das Wahrnehmen des Textes? #00:48:59-0#
64	B8: Da ich dieses Video geschaut habe, dann ist es schwer zu unterscheiden, was Musik oder Video. Weil das nur Musik gehört hätte, wäre das wahrscheinlich nicht. Ich habe das gesehen, wie Leute spielen, so sich bewegen. Und diese Gesichtsausdrücke, das war natürlich, denke ich, mit meinem Gehirn automatisch wahrgenommen. Als ob es Kommunikation wäre, weil ich empfange ja das gesamte. Ja. Und ich sehe mit meinen Augen Gesichter, Gesichtsausdrücke, Emotionen. Und diese Emotionen sind jetzt mit der Musik unterstützt. (...) Und das ist christliche Musik. Und geht es über Gott. Deswegen klar, Gott ist irgendwie dabei, aber das ist nicht so direkt persönlich. (...) Ja irgendwie so. Ich weiß nicht. Ich sage nicht so direkt, was du fragst. Das ist vielleicht problematisch, aber. #00:50:07-7#
65	I: Nein, das passt. (...) Welche Rolle würdest du aber sagen, spielt beim Hören von Liedtexten der Künstler für dich? #00:50:22-2#
66	B8: Schon wichtig, also ich, wenn ich Künstler nicht mag, Ich will nicht singen. (...) Ja klar, es gibt manche schöne Lieder von schlechte Künstler. (...) Aber ich bin kein Profi in dieser weltlichen Musik. Weswegen ich also eigentlich ich höre gar kaum unchristliche Musik, außer sporadisch,

	wenn ich Auto fahre und nicht lang. deswegen Ich bin kann kein so regelmäßiger Empfänger von unchristlicher Musik. (...) Aber wenn es zum Beispiel irgendwelche Möglichkeit wäre, die Person auszuschalten, die ich verstehe, sind schlechte geistliche Hintergrund oder so, dann würde ich einfach nicht hören, egal wie schön es Musik. #00:51:28-7#
67	I: (...) Und was würdest du sagen, welche Rolle spielt Gott, wenn du Liedtexte hörst? Also ist es für dich dann wie ein Gespräch mit Gott oder dass du jemand anderem zuhörst, wie er betet, oder würdest du sagen, Gott ist erstmal außen vor, wenn du das hörst? #00:51:54-7#
68	B8: Nein, ich versuche immer/ Das ist natürlich sehr universalistisch oder idealistisch. Aber Ich versuche nicht zu vergessen, dass Gott immer in meinem Leben präsent ist. (...) Deswegen (...) zum Beispiel, als wir an der [Ort] am Ende des Semester eine Feier hatten. Das war sogar dort irgendwo bei diesem [Ort] und ich war wirklich schockiert, dass theologische Studenten für diese Feier unchristliche Musik gehört haben. Das war einfach Kollaps in meinem Kopf. Das war unerwartet. Und das war, ich wusste nicht, was soll ich tun? Das war nur Rettung für mich, dass ich diese alle englische Lieder Moderne gar nicht kenne, was sie bedeuten. Dann dachte ich okay, jetzt einfach, ich mache das als quasi Rhythmus und irgendwie Spaß. Ich vertraue diese Menschen, dass sie nichts Schlimmes machen, aber trotzdem. Das wäre für mich in [Ort] einfach no go. Ich habe nie das gemacht als Jugendliche oder als etwas. Und ich habe deswegen auch die Feste in meiner Schule nie besucht, weil wie kann ich als Christ Musik nicht christlicher Musik hören? Und deswegen also in der/ Als ganz ideal wäre das Bild, wenn zum Beispiel ich nur für Gott singen würde. Weil, wenn Musik ist quasi die höchste Ebene der Kommunikation, die beeinflusste Art und Weise zu kommunizieren oder die schönste Typ, Lob abzugeben, dann wäre es logisch zu sagen dann entscheiden wir, dass das Beste geben wir nur für Gott, sonst niemand. (...) Ja, ich habe die Gedanken an deine Frage verloren zu bisschen. #00:54:15-1#
69	I: Ich habe gefragt, welche Rolle Gott spielt, wenn du die Liedtexte hörst. #00:54:19-9#
70	B8: Ja, mir ist wichtig, dass Gott nicht beleidigt wird. (...) Ich denke, wenn zum Beispiel die Lieder sind so Beschreibung der Natur oder äußern meine Liebe für andere Menschen. Das ist okay, weil das ist quasi. Normal. Gott liebt auch andere Menschen. Und wenn ich die auch liebe, das ist quasi da, machen wir das zusammen. Aber es gibt komische Texte. Die denke ich einfach. Ja, Das ist nicht normal, so zu singen. #00:54:55-2#
71	I: (...) Kannst du dich erinnern? Jetzt zum Beispiel an die Situation, wo du während Corona die messianische Musik gehört hast, über was du nachgedacht hast beim Hören der Musik? #00:55:09-0#
72	B8: (...) Nachgedacht habe. Was meinst du? #00:55:16-0#
73	I: Also hast du über den Liedtext nachgedacht? Hast du über die Musik nachgedacht? Hast du über deine Einsamkeit nachgedacht? Also über das/ die Trostbedürftigkeit? Oder hast du überhaupt gar nicht bewusst nachgedacht, sondern nur die Musik auf dich wirken lassen? #00:55:37-1#
74	B8: Ich habe schon versucht zu verstehen. Deswegen wollte ich auch übersetzen. Ja, ich denke, das war irgendwie Assoziierung, mich mit ein paar Musiker, die dort spielen zu können. Wäre cool, so zu können Und selbst zu singen. Das ist schon spannend, finde ich die Tatsache, dass die Musik, die man akzeptiert und auch sich beeinflussen lässt, will auch selbst singen. Das heißt

	wahrscheinlich, dass dieser/ Ja diese Antwort. Wenn ich dasselbe mache. Wahrscheinlich das ist ein Zeichen, dass ich das wirklich vertragen, oder wie heißt es? Also akzeptiert und als Teil von mir gemacht habe. (...) Nicht da Ich dachte ‚Diese Worte, die er singt, sind auch meine Worte jetzt.' Also ich will diese Worte auch sagen. Ich will mit diesem Wort auch beten. (...) Und vielleicht deswegen auch war Trost weil diese gerade getroffen haben Zustand meiner Seele. Und was wurde vom Autor aufgeschrieben und Musiker gesungen? #00:57:20-4#
75	I: (...) Würdest du sagen. Dass sich dein/ Also, dass das Musikhören damals die Situation während Corona, hat sich da eine/ Handlungsmotivation ist dadurch irgendwie entstanden, dass du das gehört hast in Bezug auf den Auslöser der Trostbedürftigkeit, also der Einsamkeit. Also hattest du durch das Hören mehr Motivation. Ich weiß nicht, dir Kontakte zu suchen. Band oder andere, die diese Musik mögen, oder? Keine Ahnung. Irgendwie so? #00:58:10-2#
76	B8: (...) Ja, vielleicht indem ich wollte das teilen, damit jemanden später zusammen singen geht? Ja. #00:58:25-5#
77	I: (...) Wenn du dich Trost bedürftig fühlst allgemein, was würdest du sagen, machst du intuitiv zuerst? #00:58:37-7#
78	B8: (...) Wenn ich mich Trost bedürftig finde. Was mache ich zuerst? (...) Also ich denke, ich habe irgendwelche leise Stimme in mir, das irgendwie schreit „Gott helfe mir herauszukriegen." Das heißt nicht, dass ich glaube, dass nach diesem Gebet sofort leicht wird. Aber irgendwie so leise. Ich verstehe. Ich muss irgendwie raus. Manchmal gehe ich einfach raus aus dem Haus. (...) Wenn ich in der Nähe von Menschen bin, dann suche ich Gemeinschaft. Irgendein Gespräch, normal das hilft. (...) Ich denke manchmal, dass könnte Ersatz also schlechte Ersatzmittel sein wie YouTube schauen oder so? (...) Musik ist nicht in der ersten Liste. #01:00:18-3#
79	I: (...) In dem Fragebogen gab es auch einen Persönlichkeitstest, integriert und ein/ Eine Fragekategorie ging um Neurotizismus, das heißt wie arg beeinflusst das, was man von außen mitbekommt die eigenen Emotionen. Also entweder ob man total unbeeinflusst sozusagen die ganze Zeit stabil bleibt, egal was um einen herum passiert oder ob das, was man hört oder erlebt, einen großen Einfluss hat auf die eigenen Emotionen und das eigene Erleben. Und deine Werte, Also das ist ein relativ oberflächlicher Test, aber deine Werte waren relativ hoch bei diesem Neurotizismus, dass du beeinflusst wirst durch das, was um dich herum passiert. Was würdest du sagen, hat das für einen Einfluss auf dein Musikhören? Oder auf deinen Trost erleben, dass du viel beeinflusst, also beeinflussbar bist. Emotional? #01:01:40-4#
80	B8: Ja, ich dachte, wenn es so was nicht sagen würde, dann würde ich es trotzdem für mich selbst das Gleiche sagen. Vielleicht, dass ich tatsächlich wenig Musik höre. Weil es für mich zu viel zu/ Ich kann nicht so wie Leute einfach im Kopfhörer unterwegs sein. Ich kann nicht lernen und damit Musik dabei zu hören. Ich muss entweder hören oder lernen. Entweder hören oder lesen. (...) Und. (...) Ja. (...) Ich denke, ich bin auch nicht getröstet werden. Zu laut ist oder nicht qualitativ ist, oder ich mag diese Musik nicht. Ich mag nicht einfach Musik. Ich brauche bestimmte Musik, dass ich unbedingt mag. Sonst das eher störend als neutral. Also lieber nichts als etwas. Ja, und? Und Trost. (...) Ja etwas Ähnliches, dass Ich auch vielleicht. Fühle ich mich empfindlich. Oder wie heißt das verletzend. Kann man fühlen, wenn etwas so passiert. Also ich denke, ich kann auch mit spüren, wenn andere Leute etwas schlechtes fühlen. Also für mich vielleicht auch in der Gemeinde oder in Freundschaft sehr wichtig ist, was Leute gerade jetzt fühlen gegenüber mir und ihn in diesem Zustand. #01:03:39-7#

81	I: Würdest du sagen, du bist im Vergleich zu anderen schneller in einem Zustand, wo du Trost brauchst, also dass du schneller Trostbedürftigkeit erlebst, weil dich das mehr beeinflusst, was andere erleben und um dich herum passiert? #01:03:56-2#
82	B8: Das weiß ich nicht. #01:03:59-7#
83	I: Okay. Und würdest du aber sagen, du kommst schnell zu dem Punkt, dass es dir wieder gut geht, weil du Mechanismen gefunden hast, die dir helfen, um getröstet dich wieder zu fühlen, oder eher nicht? #01:04:18-0#
84	B8: Also, wenn ein paar Stunden heißt schnell, dann schon okay. (...) Manchmal es gibt nicht so schnell, aber ja eigentlich ich erinnere mich nicht, dass sie so tagelang oder wochenlang. Irgendwie geht's mir schlecht. Ja. #01:04:41-7#
85	I: (...) Okay, das war es von meinen Fragen her. Gibt es noch etwas, worüber wir nicht gesprochen haben Was dir im Zusammenhang von Musik und Trost wichtig wäre zu erwähnen. #01:04:59-1#
86	B8: (...) Musik und Trost. (...) Ja, ich denke tatsächlich diese Situationen. Musik geht nicht alleine. Also, was meinst du mit Musik? Ist es nur Melodie? Ist es Melodie mit Text? Ist instrumentale Musik? Ist es Video oder gibt es Film mit Musik und ist Gottesdienst mit Musik? Also diese Erscheinung der Musik ist oft geht oft in Zusammenhang mit etwas und das zu separieren. Vielleicht ist es extrem große Sache. Ja, aber zum Beispiel. Also ich habe nie gehabt irgendwelche Liste von Musik oder sowas. Vielleicht sollte ich. Vielleicht habe ich mich schlecht organisiert, aber ich habe Meinung. Ich brauche es zu spielen. Das ist schon spannend. Ich denke, ich bin viel mehr getröstet, wenn ich selbst spiele, als wenn ich höre. (...) Und. (...) Was um Trost geht? Wahrscheinlich. Wenn es zum Beispiel unbewusste schlechte Laune. Das ich kann nicht verstehen, wieso mir es schlecht geht. Dann einfach irgendwelche Person zu treffen, ohne zu reden. Einfach nice Person. Ich mag diese Person ist schon cool, oder? Ich höre coole Musik. Es hilft schon. Wenn Aber die Situation ist sehr klar, wieso mir schlecht geht, keine Ahnung. Ich habe die Prüfung nicht bestanden oder so. Dann würde mir Musik gar nicht helfen. Es wird nicht bestanden, indem ich Lieder höre. (...) Ja. #01:07:18-1#
87	I: (...) Okay. (...) Dann stoppe ich mal die Aufnahme. #01:07:28-7#
88	I: Please describe some situations and the reasons in which you have listened to christian pop music in order to be consoled.
89	B8: When I was forced to live alone and had no guests. I was listening to concerts of messianic music and felt like I was with them. Also when I came to Germany because of the war. I sometimes listened to music to sing along. Then the feeling of loneliness decreases and the mood rises, joy grows. as I was alone. as I was not sure what to do. as I was under stress
90	I: Could you define what solace is to you?
91	B8: It's when I see a way out that I didn't see; it's when I made a decision that I couldn't make for a long time; it's when the task is done and I don't have to worry anymore.

92	I: How would you explain it to yourself why you were consoled?
93	B8: the lyrics, especially „har^e li et ha derech (show me the way), az ashuw, ashuw we eten lecha et hajaj, kol pina (so I will come back to and give you every corner of my soul)“. The music especially the good quality and hebrew rhythm. God, he has allowed that I have found this song at that moment.
94	I: What do you know about the band?
95	B8: I know that they belive in Jesus and are also Jews. I can easy trust them and understand this music