

Musik und Altern

Rosemarie Tüpker (Münster)

Zusammenfassung

Kann Musik im Prozess des Alterns als Ressource genutzt werden und die Lebensqualität verbessern? In welche Krisen kann das Verhältnis zur Musik im Alter geraten? Von diesen Fragen ausgehend beschäftigt sich der Artikel mit der musikalischen Kreativität, den instrumentalen und stimmlichen Möglichkeiten und dem Musikhören im Alter. Themenstellungen professioneller MusikerInnen werden dabei ebenso behandelt wie die Frage, ob man im Alter ein früher gespieltes Instrument wieder aufgreifen oder ein Instrument neu erlernen kann. Ziel des Artikels ist es, zur Beschäftigung mit Musik im Alter zu ermutigen. Dazu dient auch die kritische Auseinandersetzung mit Aspekten unseres Musiklebens, die eine Musikausübung im Alter als notwendig defizitär erscheinen lassen, aber auch als ein Mangel in unserer Kultur verstanden werden können.

Stichworte: Alter, Kreativität, Komponieren, Improvisieren, Musik machen, Musik hören, Musikgeragogik

Abstract: Music and Aging

Can music be used as a resource in the aging process and can it improve the quality of life? What crises will arise in the relationship of the elderly to music? Starting from these questions, the article deals with musical creativity, instrumental and vocal abilities, as well as the ability to listen to music in the elderly. Issues concerning professional musicians are dealt with as well as the question whether older people can pick up an instrument playing before or learn to play a new one. The article wants to encourage an ongoing involvement with music throughout the aging process. With this aim, aspects of our musical culture, which perceives the musical abilities of the elderly as deficient by default, are looked at and interpreted as the shortcoming of a biased culture.

Key words: Age, creativity, composing improvising, playing music, listening to music, music geragogics

Einleitung

Guiseppe Verdi (1813-1901) schrieb nicht nur im Alter von 80 Jahren seine lyrische Komödie *Falstaff*, sondern stiftete fünf Jahre vor seinem Tod ein Altenheim für Musikerinnen und Musiker der Mailänder Oper: die ‚Casa Verdi‘, die durch den Film ‚Il Bacio di Tosca‘¹ bekannt geworden ist. Lässt man sich auf die Lebendigkeit und Tiefe ein, die dieser Film von den alt gewordenen Musikschaffenden und ihrem Verhältnis zur Musik vermittelt, so möchte man Verdi recht geben, der auf die Frage, welches sein schönstes Werk sei, geantwortet haben soll: „Das Altenheim“. Noch bekannter ist sicherlich der Film ‚Buena Vista Social Club‘², und gerade kam der Film ‚Young@Heart‘³ in die deutschen Kinos. Alle drei geben, von unterschiedlichen Musikrichtungen ausgehend ein überzeugendes Plädoyer für die Musikausübung im Alter.

Wie steht es um die musikalische Kreativität im Alter? Welchen Einschränkungen unterliegen die instrumentalen Fähigkeiten und Möglichkeiten im Alter? Kann man im Alter noch nachholen, wonach man sich als Kind gesehnt hat und was durch Krieg, Not, Aufbau und Berufstätigkeit doch immer ein Traum blieb? Wie verändert sich das ureigene Instrument Stimme im Alter? Kann Musik eine Ressource im Alter auch für diejenigen sein, die nicht selbst Musik machen? Kann sie das Leben älteren Menschen erweitern, neu beleben oder erleichtern? Kann sie helfen, drohende Vereinsamung oder Isolation abzufangen? Mit diesen Fragen beschäftigen sich in den letzten Jahren Fachleute aus verschiedenen Blickwinkeln heraus, wie dem der Musikpsychologie, der Neuropsychologie, der Musikgeragogik und der Musiktherapie (Tüpker/Wickel 2001, Hartogh/Wickel 2008, Gembris 2008). Einige davon sollen hier in der durchaus tendenziösen Absicht herausgegriffen werden, zur Beschäftigung mit Musik im Alter zu ermutigen und erkennbar werden zu lassen, dass das defizitäre Bild von Musik im Alter in mancher Hinsicht eher auf kritische Aspekte unserer Musikkultur verweist als auf reale Probleme des Alters.

¹ Dieter David Scholz: Il Bacio di Tosca. 1984 Emi DVD 59978499

² Wim Wenders: Buena Vista Social Club 1998/1999 DVD B0014FBETG

³ Stephen Walker: Young@Heart (Rock’n Roll Will Never Die) mit dem gleichnamigen Chor unter der Leitung von Bob Cilman

Komponieren

Unter Berücksichtigung der historischen Verschiebung der Altersgrenze lassen sich in der Musikgeschichte viele Komponisten finden, die im hohen Alter und bis zum Tod erfolgreich produktiv blieben. Johann Sebastian Bach vollendete wenige Jahre vor seinem Tod und trotz erheblicher gesundheitlicher Einschränkungen (1685-1750) hoch komplexe Werke wie die *h-Moll-Messe*, die *Kunst der Fuge* und *Das Musikalische Opfer*. Heinrich Schütz (1585-1672) schrieb 86-jährig sein berühmtes *Magnifikat*. Weitere bekannte Beispiele ungebrochener Schaffenskraft im Alter sind Giovanni Palestrina (1514-1594), Anton Bruckner (1824-1896) und Camille Saint-Saëns (1835-1921).

Dabei lässt sich ein erster Kontrapunkt zum sonst üblichen Altersbild hervorheben, gilt doch für das so genannte ‚Alterswerk‘ oder ‚Spätwerk‘ eines Komponisten durchaus nicht die sonst eher erwartete Verminderung der Leistungsfähigkeit. Vielmehr gilt das ‚Spätwerk‘⁴ – wenn auch etwas klischeehaft – im Allgemeinen eher als „schwer“, was in diesem Zusammenhang vieles bedeuten kann: schwer zu spielen, schwermütig, sich mit schweren Themen beschäftigend, mit Verlust, Tod, Vergänglichkeit; aber auch: schwer zu verstehen, komplex in der Formenbildung, vielschichtig in der Bedeutung. Wenn Musikschafter weiter produktiv bleiben, was natürlich nicht durchgängig der Fall ist, so lässt sich in ihrem Altersschaffen daher oft eine Steigerung im Sinne einer Intensivierung und Vertiefung feststellen. Dies kann sich auch in einer größeren Einfachheit äußern, bei der die Reife des Werkes nicht in der Zunahme der Komplexität, sondern in Klarheit und Reduktion auf das Wesentliche zum Ausdruck kommt.

Im jüngeren Alter gehört, können solche Spätwerke zu einer vorgängigen Beschäftigung mit ‚späten Themen‘ anregen. Selbst alt, finden HörerInnen in ihnen vielleicht eine geformte und formende Fassung für eigene Auseinandersetzungen mit den Themen des Abschiedes, des Verlustes oder der Endlichkeit. Oder sie finden Trost in dem Gefühl des Verstanden-Werdens durch das Werk, erfahren hörend ein „Werden zu sich selbst“ (Kruse 2006). Beide Hörsituationen, im jüngeren wie im fortgeschrittenen Alter, können eine bewusste Auseinandersetzung einschließen, sind aber nicht notwendig darauf angewiesen, da sich Musik auch und vor allem in der unbewusst bleibenden Mitbewegung ereignet.

⁴ Ein Begriff der sich in der Kunst interessanterweise nicht am absoluten Alter bemisst, sondern in Relation zur Lebensspanne des einzelnen Künstlers steht.

Schauen wir auf die großen Komponisten unserer Zeit, so finden wir eine weitere Alterserwartung angenehm enttäuscht, nämlich die des Festgefahrenen, Bodenständigen oder Altmodisch-anachronistischen. So beeindruckten uns Persönlichkeiten wie John Cage (1912-1992), der bis ins hohe Alter mit seinen ‚verrückten‘ und unseren Musikbegriff verrückenden Ideen die Musikwelt revolutionierte.

Auch Karlheinz Stockhausen (1928-2007), der am Tag vor seinem Tod noch ein Auftragswerk beendete, brillierte und brüskierte immer wieder durch ‚verrückte‘ Ideen wie dem Stück Helikopter, bei dem die Mitglieder eines Streichquartetts in vier Hubschraubern sitzend spielen. Bedeutsamer ist allerdings die völlige Wandlung von Stil, Kompositionstechnik und Weltsicht, die er im mittleren Alter vollzog und die darauf folgende Konzeption eines Werkes, dessen Ausarbeitung er bis ins hohe Alter verfolgte: Das 1977 begonnene Heptagon ‚Licht‘ nahm eine Schöpfungszeit von 26 Jahren ein und hätte, wenn es denn einmal als Ganzes aufgeführt würde, eine Aufführungsdauer von 29 Stunden.

Hans Werner Henze (*1926), der deutsche Komponist mit der italienischen Wahlheimat, sei hier als bewegendes Beispiel dafür angeführt, wie Krankheit, Leid und die Auseinandersetzung mit dem Tod in Musik gefasst und gestaltet werden können. Schon 1996 wird anlässlich des *Requiems* das Merkmal ‚Spätwerk/Alterswerk‘ diskutiert, dann wieder bei der Uraufführung der zehnten Sinfonie, mit der Henze die magische Zahl der jeweils neun Sinfonien der großen sinfonischen Meister Beethoven, Schubert, Bruckner überschritten hatte, und wieder bei der Uraufführung seiner 13. Oper, zunehmend unter der Annahme des ‚letzten Werkes‘. Zwei Jahre danach, nach dem Beginn der Arbeit an der Konzertoper *Phaedra*, erkrankt Henze schwer, liegt mehrere Wochen in einer Art Koma und ist dem Tod nahe. Doch dann beginnt er wieder zu arbeiten: Im September 2007 wird *Phaedra* in Anwesenheit des Komponisten in der Berliner Staatsoper uraufgeführt und aufgrund der musikalischen und szenischen Interpretation des antiken Stoffes als ‚Requiem ohne Tod‘, ‚Überwindung des Todes‘ und als ‚jugendliches Alterswerk‘ gefeiert. Den Tod seines jüngeren Lebensgefährten Fausto Ubaldo, der ihn im gleichen Jahr wie ein „feindliches Schicksal“ trifft und ihm die Welt „wüst, grausam und blind“, „in entsetzlichen Trümmern“⁵ zurück lässt, beantwortet er – trotz großer Beschwerlichkeit aufgrund der altersbedingten Einschränkungen – wiederum

⁵ Aus dem Text von Elogium, der nach Henzes Vorgaben von Franco Cerpa in lateinischer Sprache verfasst ist.

komponierend. Es entsteht ‚*Elogium musicum – amatissimi amici nun remoti*‘, das 2008 in Anwesenheit des Komponisten im Leipziger Gewandhaus uraufgeführt wird⁶, ein komplexes und emotional spannungsreiches Werk: schmerzenseich und kraftvoll, schön und traurig, nahe gehend und in weite Fernen verweisend.

Improvisieren

Stellen wir die berechnigte Frage, ob nicht der Kreis derer, die einen Zugang zur kreativ-schöpferischen Form der Musik im Alter haben, extrem klein ist, so stoßen wir auf ein Merkmal – und wie ich meine Manko – unserer Musikkultur, die sich nicht nur in Musikausübende und Rezipienten aufgespalten hat, sondern eben auch in Produzierende und Reproduzierende. In den 70er-Jahren gab es mit der Improvisationsbewegung einen Impuls, diese Trennung zu überwinden. Sie war beeinflusst von der Erfahrung mit Musikkulturen und -richtungen, denen die Improvisation eigen ist (z.B. Jazz, Klassische Indische Musik) und entstand als Gegenbewegung zu dem Gefühl der Entfremdung, die Interpreten gerade im Umgang mit der Neuen Musik beklagten. Auch wenn dieser Aufbruch nicht *die* Veränderung im Musikleben brachte, die man sich damals erhoffte, so hat er doch Früchte getragen, von denen auch ältere Menschen profitieren können. Die Möglichkeiten des Improvisierens schlugen sich in der Musikpädagogik nieder, in vielfältigen Formen des Umgangs mit Musik in der Sozialen Arbeit, in der Musiktherapie und neuerdings auch in der Musikgeragogik.

Als Beispiel sei hier kurz ein Projekt skizziert, welches ich in den Jahren 1999 und 2001 mit Studierenden des Studiums im Alter an der Universität Münster durchführte. Mit dem Titel „Musik und Lebenserfahrung“ wurde eine Veranstaltung angeboten, in der die älteren Studierenden – unabhängig von ihrer musikalischen Vorbildung – die Möglichkeit hatten, sich improvisatorisch an Musikinstrumenten zu betätigen (Töpker 2001, 123-139). Die auf diese Art selbst produzierte Musik sollte im Austausch mit frei sich entwickelnden Narrationen zur eigenen Lebenserfahrung stehen. Nach einer kurzen Eingewöhnungsphase zeigten die älteren Studierenden eine außerordentliche Experimentierfreude, aber ebenso eine mich beeindruckende Gestaltungskraft, mit der sie musikalische Ereignisse und Werke schufen, die als zugleich individuell eigen und gemeinsam eigen erlebt und als Erfahrung verinnerlicht werden konnten, wie die nachträgliche schriftliche Befragung zeigte.

⁶ *Elogium musicum amatissimi amici nunc remoti* (2008) für gemischten Chor (SATB) und Orchester. Texte: Franco Serpa (1931). UA 1. Oktober 2008 Leipzig unter Leitung von Riccardo Chailly.

Getragen war diese Arbeit von der speziellen Verfassung eines Musizierens, der eine ganz besondere Form der Gegenwärtigkeit und Kongruenz eigen ist, weil sie weder für einen Dritten (ein Publikum) ist, noch von einem (nicht anwesenden) Dritten vorgeformt. Damit gestaltete die Gruppe sich selbst in der Musik und vice versa formte die Musik den Prozess der Gruppe. Hippel und Laabs schreiben aus ihrer damaligen Beobachterfunktion über eine der Gruppen: „Auffallend war, wie intensiv sich die Gruppe immer wieder bemühte, eine rechte Balance zwischen ‚Tiefe‘ und ‚Oberfläche‘ selbstregulierend herzustellen... unterschiedliche Improvisationstechniken und -absprachen (wurden) dazu genutzt, ... den ‚Tiefgang‘ zu kontrollieren und zu steuern. ... Das Spiel nach persönlich bedeutsamen Texten und Erzählungen (Gedichte, selbstgeschriebene Erinnerungen, Träume etc.) stellte einen vertiefenden emotionalen und atmosphärischen Bezug zu den auftauchenden Bildern, Erinnerungen, Geschichten her. ... In der sog. assoziativen Improvisation, die sich aus den Gesprächsthemen und den mitgebrachten Ideen im Austausch spontan entwickelte, war das Geflecht zwischen Reden, Spielen und Hören besonders eng. Gerade hier entstand oft ein sehr offener Gruppenprozess. Überraschend war insgesamt die Unbekümmertheit, Offenheit und Experimentierfreudigkeit der Gruppe.“ (Hippel u. Laabs 2001, 58f) Als wichtige Voraussetzung für einen solchen improvisatorischen Umgang mit Musik sehen sie nicht musikalische Vorerfahrungen, sondern die Fähigkeit der TeilnehmerInnen „nicht den gesellschaftlich kolportierten Bildern des Altwerdens (etwa im Sinne von Nutzlos-Sein, Unwichtig-Sein, Nicht-Gebraucht-Werden, das-Leben-hinter-sich-Haben etc.) zu erliegen, sondern im Gegenteil die Befreiung aus den festlegenden Anforderungen des Berufs und einer bestimmten Familienrolle im Alter als Chance für neue Möglichkeiten, Erfahrungen und Entwicklungen zu sehen.“ (ebd., 59)

Ein Instrument spielen, singen

Widmen wir uns der großen Gruppe derer, die Musik reproduzieren, im professionellen Bereich wie in dem der AmateurInnen. Der Begriff ‚AmateurInnen‘ sei hier zusammenfassend gebraucht für all diejenigen, die Musik aktiv ausüben, ohne dass dies zur Berufstätigkeit geworden ist, unabhängig davon, ob es dabei zu Aufführungen kommt, Hausmusik gepflegt wird oder jemand alleine für sich sein Instrument spielt. Im Unterschied zum Begriff der ‚LaienmusikerInnen‘ zentriert er auf

das, was diesen Menschen gemeinsam ist und in ihrem Verhältnis zur Musik wesentlich, nämlich die Liebe zur Musik und nicht auf ein Weniger an Können. Im professionellen Bereich finden wir auch hier eindrucksvolle Beispiele von Künstlern, die bis ins hohe Alter erfolgreich konzertierten, wie etwa Artur Rubinstein (1887-1982), Mstislaw Rostropowitsch (1927-2007), B. B. King (*1925), Frank Sinatra (1915-1998) oder Pete Seegers (*1919), der musikalisch wie auch politisch mit unbeirrbarer Energie und Frische präsent ist, ohne sein hohes Alter zu verleugnen.

Zu erwarten ist ein solch langes musikalisches Bühnenleben sicherlich auch von einigen Rock-, Folk-, PopmusikerInnen und Lieder- und SchlagersängerInnen, die nun auch allmählich ‚in die Jahre kommen‘ wie die Rolling Stones (Mick Jaegger hat gerade das Rentenalter erreicht), Tina Turner (*1939), Bob Dylan (*1941) oder Udo Jürgens (*1934). Sie faszinieren vielleicht auch deshalb, weil ihre Auftritte die Hoffnung wecken, dass es ‚nur‘ der Körper ist, der altert und stirbt, und in ihrer Musik das Wissen anklingt, dass das Seelische zeitlos ist. Das kann aber kippen, wenn der Eindruck erweckt wird, das Seelische sei damit auch ‚ewig jung‘, was ja mit der Zeitlosigkeit nicht gemeint sein kann, denn dann wäre es ja mit gleichem Recht ‚ewig alt‘. So geraten wir als Publikum bisweilen in ambivalente Bewegungen, wenn die KünstlerInnen sich mit Werken ihrer Jugend präsentieren und in der Art der Aufführung so tun, als habe die Zeit und das Leben ihrem Körper, ihrer sexuellen Ausstrahlung und der Form ihres Begehrens nichts anhaben können. Diese Illusion gelingt mal mehr und mal weniger, immer aber verfehlt sie zugleich, etwas vom Geheimnis des qualitativen Mehr und Anders des Erlebens und Ausdrucks im Alter zu erfahren.

*Ein beeindruckendes Gegenbeispiel, auch wenn es hier um eine noch nicht im engeren Sinne alte Sängerin geht, ist der Song „Clouds“ von Joni Mitchell (*1943), für den sie 1969 den Grammy bekam und noch einmal im Jahr 2000 für das nach dem Refrain des Liedes benannte Album „Both Sides Now“, auf dem sie denselben Song so anders, so viel ‚reifer‘ interpretiert: tiefer, langsamer, schwerer, mit kürzeren Phrasen, längeren Atempausen, (noch) melancholischer, noch schöner?! ... Das ist in Kurzfassung nur äußerlich bleibend zu beschreiben. Das Bemerkenswerte aber ist: Beide Versionen haben ihren je eigenen Zauber und geben einen Vorgeschmack davon, wie es wäre, wenn wir das Wesen, die Merkmale des Alters nicht immer am Jung-Sein bemessen würden, und anstelle des ‚Wenigers‘ und ‚Nicht-Mehrs‘ das ‚Anders‘, das ‚Eigene‘ des Erlebens und der Musik im Alter hervor träte.*

In dem erwähnten Film ‚Young@Heart‘ berühren besonders auch die Umdeutungen, die bekannte Songs wie ‚Should I Stay or Should I Go‘ (The Cash), ‚Staying Alive‘ (Bee Gees) oder ‚I Wanna Be Sedated‘ (Ramones) durch das Alter der Interpreten und die Art der Interpretation erhalten. An anderen Stellen spielen die Aufführungen gekonnt mit dem Kontrast zwischen Liedinhalt und Alter/Interpretation.

Meist ist das Thema Musik im Alter von Fragen der musikalischen Leistungsfähigkeit geprägt (Gembris 2008, 95-129), und es soll hier auch nicht vernachlässigt werden, dass die Höchstleistungen, die im Konzertbetrieb von den MusikerInnen erwartet werden, oft zunehmend in Konflikt mit altersbedingten körperlichen Einschränkungen geraten können. Das betrifft neben denen, die der Öffentlichkeit namentlich bekannt sind, vor allem auch die zahlreichen OrchestermusikerInnen, Mitglieder von Big Bands, Opern- und Rundfunkchören, von kleineren Ensembles und auch MusikpädagogInnen, die oft ebenfalls neben ihrer Unterrichtstätigkeit konzertant tätig sind. Die besonderen körperlichen und psychischen Belastungen des Berufes können im zunehmenden Alter verstärkt zu musikspezifischen Erkrankungen führen, so dass Fachleute inzwischen eine stärkere Spezialisierung vergleichbar der selbstverständlich gewordenen Sportmedizin fordern⁷. Lahme et al. (2000) führen aus medizinischer Sicht eine Vielzahl solcher Störungen auf. Sie gehen davon aus, dass altersbedingte Einschränkungen die künstlerische Arbeit wesentlich stärker behindern, als dies in anderen Berufen der Fall ist, und beklagen zugleich, dass dies im Gesundheitswesen und bei den Rentenversicherern nicht berücksichtigt wird (ebd. 295).

Schmidt-Ott gibt aus der Sicht eines Kulturmanagers einen ersten Überblick zur Frage des Alterns im Orchester (2008, 173-193). Die Untersuchungen zentrierendabei weitgehend auf die Frage der musikalischen Leistungsfähigkeit. Aus psychologischer Sicht kommen allerdings weitere Aspekte hinzu, wie dies hier nur kurz anhand eines Beispiels skizziert werden soll:

Mitglieder von Rundfunkorchestern müssen aufgrund von Bedingungen, auf die sie keinen Einfluss haben, häufig auch zeitgenössische Musik zur Aufführung bringen, die aufgrund ihrer spiel- und aufführungstechnischen Schwierigkeit meist einen

⁷ In Deutschland gründete sich die Deutsche Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin e.V. - www.dgfm.org - mit einem eigenen Publikationsorgan, der Fachzeitschrift für Musikphysiologie und Musikermedizin. An der MHH Hannover entstand das Institut für Musikphysiologie und Musikermedizin (Eckart Altenmüller).

hohen Probenaufwand erfordert. Haben sie selbst in ihrer musikalischen Biografie keinen Zugang zu dieser Musik gefunden, so kann das Proben zur Qual werden. Die psychische Abwehr gegen die Musik, der man dennoch in großer Intensität und wiederholt ausgesetzt ist, führt schnell in einen circulus vitiosus. Selbst das Wort des Ausgesetzt-Seins trifft es dabei nur ungenau, denn das, was das Musikmachen sonst so positiv erscheinen lässt, ihre ganzheitliche Verankerung, ihr zugleich innen und außen Sein und ihre innige Verbindung zum Selbst, wird hier zur besonderen psychophysischen Belastung, die sich naturgemäß zunehmend auch körperlich manifestiert und das Gefühl, dass ‚diese Musik einen krank mache‘ zu bestätigen scheint.

Bei Beendigung des Berufslebens kommt es für MusikerInnen oft auch zu einer psychologischen Krise, in der sich entscheidet, ob mit dem Verlust des Berufs zugleich auch die Musik als Ressource verloren geht. Zwar bietet die Musik potenziell eine große Varianz der Ausübung bis ins hohe Alter. Ob sie genutzt werden kann, hängt aber weitgehend von unbewussten Prozessen, der seelischen Struktur und insbesondere der Qualität der inneren Objekte ab und davon, wie die Musik darin verankert ist. Tiefeninterviews und weitere Erfahrungen aus meiner Lehrtätigkeit, aus Supervisionen und Therapien verweisen darauf, dass es eine große individuelle Vielfalt der Verankerung der Musik im Psychischen gibt. Häufig nimmt die Musik zentrale Selbstobjektfunktionen ein, was über die Qualität noch nicht viel sagt, weil diese von der förderlichen Ressource bis hin zum immer unerfüllbaren Anspruch gehen kann. Eine ganz wesentliche Unterscheidung besteht darin, ob es das Musizieren selbst ist, welches immer wieder ein primäres Gefühl von Aufgehoben-Sein („ganz in der Musik und zugleich ganz bei mir“) bewirkt oder ob die Anerkennung an die Spiegelung durch das Publikum gebunden ist.

Es gibt MusikerInnen, denen ihr Instrument ein ‚Subjektives Objekt‘ ist, eine Verlängerung des eigenen Körpers bzw. des Seelischen, wodurch sie meist relativ problemlos verfügbar bleibt, auch wenn körperliche Einschränkungen das Spiel erschweren. Anderen ist das Instrument als ‚Objektives Objekt‘ immer schon etwas gewesen, was erkämpft werden musste, dessen Aneignung Mühe, Kontinuität und Aufwand verlangte. Dann kann es mit zunehmendem Alter auch eine Befreiung sein, es sein zu lassen oder aber eine Herausforderung, diesen Kampf auch im Alter oder trotz des Alters weiter zu bestehen.

Musik kann als ‚gute Mutterbrust‘ eine unerschöpfliche und sich flexibel an die Veränderungen auch des Alters anpassende Quelle sein oder immer wieder kippen in ein Erleben der ‚bösen Brust‘, die – trotz großer Anstrengung des Übens – Befriedigung und Erfüllung versagt. Dass dies primär nicht von dem von außen wahrnehmbaren musikalischen Ergebnis abhängt, sondern von der Qualität der inneren Objekte, ist naheliegend.

Musik, das eigene Instrument, die Stimme sind daneben zumeist stark libidinös besetzt, und auch dies beinhaltet Chancen und Gefahren der Entwicklung und Stabilität. Zwar bietet sich die Musik als Sublimierung an, die so manche nicht mögliche Wunscherfüllung auffangen kann, aber so einfach ist es nicht immer: Manche Musiker wenden sich, wenn *es nicht mehr so gut klappt* (mit der Musik) reaktiv von ihrem Instrument ab wie von einer sie verschmähenden Geliebten. Gelingt es in dieser Situation, das Liebesobjekt zu wechseln, z.B. durch die Wahl eines im Alter besser zu beherrschenden Instruments oder durch die Zuwendung zu einer anderen Musikrichtung, welche/s noch einmal neu erobert werden kann, so kann die zusätzlich drohende narzisstische Krise durch die neue libidinöse Besetzung aufgefangen werden. Gelingen solche rettenden Wendungen und Wandlungen nicht, so kann es durchaus zu erheblichen Dekompensationen (z.B. Sucht, Depressionen) kommen. Nicht nur dann könnte eine psychotherapeutische Begleitung durchaus hilfreich sein. Sie könnte auch in vielen anderen Krisen in der Beziehung zur Musik helfen, das Potenzial von Musik für das eigene Leben auszuschöpfen.

Neu beginnen, liegen Gelassenes wieder aufgreifen

„Es ist nie zu spät, ein Instrument zu lernen“ lautete einer von vier Impulsen, mit der wir in Kooperation von Universität und Fachhochschule Münster 2001 eine Tagung eröffneten, die sich mit verschiedenen Aspekten der Musik im Alter auseinandersetzte (Tüpker u. Wickel 2001). Hintergrund dieses Satzes war für mich die Erfahrung, dass viele Menschen, deren Kindheit oder Jugend von Krieg und Vertreibung, existenzieller Not und der darauf folgenden Notwendigkeit des Wiederaufbaus bestimmt war, mir erzählt hatten, wie gerne sie ein Instrument erlernt hätten, dies aber durch die äußeren Umstände nicht möglich war. Natürlich kann man Wünsche nicht im restaurierenden Sinne nachholen. Wenn aber der Wunsch, jetzt ein Instrument zu lernen, stark genug ist, so ist dies nach meiner festen Überzeugung in jedem Alter möglich.

Vergleichbares gilt für die vielen Menschen, die ein Instrument zu spielen gelernt haben, dies in der mittleren Lebensphase aber ruhen ließen (Muthesius 2001, 300) und innerlich den Wunsch bewahrt haben, dies in späteren Zeiten wieder aufzugreifen zu können. Um es auf eine einfache Formel zu bringen: Wem es gelingt, mindestens 1 Jahr lang (besser 2) täglich mindestens 15 Minuten (besser 30) zu üben/spielen, dem kann die Musik auf jeden Fall zu einer neuen und lohnenden Erfahrung werden.

Zur Realisierung bedarf es in den meisten (aber nicht allen) Fällen eines geeigneten Lehrers, einer Lehrerin und der festen Integration dieses neuen aufregenden Unternehmens in den Alltag, und für diejenigen, die nicht allein leben, sicherlich auch in die Beziehung. Den/die geeignete/n LehrerIn zu finden ist allerdings oft nicht ganz einfach. Zwar ist das Bewusstsein für ältere SchülerInnen auch in der Instrumental- und Gesangspädagogik deutlich gewachsen, und auch einige Musikschulen bemühen sich zunehmend um diese Gruppe. Seit einigen Jahren beginnt sich eine eigene Musikgeragogik zu etablieren (Hartogh u. Wickel 2008), die auch mit diesem Begriff deutlich machen will, dass es eigener geeigneter Unterrichtsmethoden für eine musikalische Bildungsarbeit im Alter bedarf, und dass der lernende ältere Mensch nicht wie ein verspätet zum Unterricht erscheinendes Kind behandelt werden sollte. Betont wird in diesem Zusammenhang – vor allem unter dem Einfluss der neueren Erkenntnisse der Gehirnforschung und der Neuropsychologie – auch die ganzheitliche gesundheitliche Förderung durch das Spielen eines Instruments (Hesse u. Bernatzky 2005).

Auch der Deutsche Musikrat, zentrales Organ des Musiklebens in Deutschland, organisierte 2007 eine Fachtagung unter dem Titel „Es ist nie zu spät – Musizieren 50+“ und setzt sich mit der „Wiesbadener Erklärung“ vehement für eine Verbesserung der musikalischen Möglichkeiten älterer Menschen ein. In wieweit diese Bemühungen allerdings einem wirklichen Interesse an den älteren SchülerInnen entspringen oder eher dem wirtschaftlich motivierten Erschließen einer neuen Klientel, sei dahingestellt. Dabei könnte es auch für die Lehrenden eine durchaus lohnende Herausforderung sein, sich dieser neuen Aufgabe ernsthaft zu stellen, weil aus ihr ein Paradigmenwechsel entspringen könnte, der unbewusste Verletzungen und Entfremdungen in der eigenen musikalischen Sozialisation berührt. So sehe ich in dem fehlenden Interesse und der bisweilen nur mühsam kaschierten Missachtung dieser Aufgabe auch weniger eine moralische Verfehlung als vielmehr ein psychologisches Dilemma, in dem unsere derzeitige Musikausbildung steckt. Von

Beginn an stehen Fragen im Vordergrund: 'Was kann dieses Kind in der Musik, wofür können wir es brauchen, wie weit wird es kommen?' gegenüber anderen Fragen, die da lauten könnten: 'Was kann die Musik für dieses Kind tun? Was müssen wir tun, um die Musik in diesem Kind zu entwickeln?' Zigtausende lernen Klavier spielen, damit der eine begnadete Pianist gefunden wird. Alle andern sind in der heutigen Musikausbildung – zugegebenermaßen überspitzt formuliert – nur Abfall, ein Überrest. Wem dies übertrieben vorkommt, der muss sich nur einmal anhören, wie manche Lehrende an Musikhochschulen über die ihnen anvertrauten Studierenden sprechen. Ein alter Mensch, der noch ein Instrument lernen will, ist in diesem Konstrukt weder vorgesehen noch unterzubringen.

Auch wenn hier nicht alle Möglichkeiten des Musizierens im höheren Lebensalter Erwähnung finden können, so sei doch als eine wichtige und viel genutzte Form kurz angeschnitten: das Singen in einem Chor. Ein reichhaltiges Angebot steht mit kirchlichen, städtischen, vereinsgebundenen und freien Chören zu fast jeder Musikrichtung und auf unterschiedlichem Niveau zur Verfügung, auch wenn die volle Diversität in Städten sicherlich größer ist als auf dem Lande. Dabei ist das Älter-Werden in einer Chorgemeinschaft allerdings nicht immer ohne Konflikte, da manche aufführungs- und leistungsbezogene Chöre durchaus geneigt sind, ältere Mitglieder heraus zu drängen. Dies hat seinen Grund (auch) in den Veränderungen, denen die Stimme im Alter unterliegt (Schmutte 2001, 20-34, Richter 2008, 131-137). Hier kann der Wechsel in einen anderen Chor mit einem anderen Konzept zwar eine ausgesprochen sinnvolle Lösung sein, ist aber oft auch mit Verletztheit verbunden und bedarf der Trauerarbeit. Dass sich in manchen Städten explizit Chöre für Ältere gründen, ist durchaus sinnvoll, vor allem auch für Menschen, die neu beginnen möchten. Solche Chöre werden dann nicht als ‚Abstieg‘ verstanden, wenn die ältere Stimme dort gepflegt wird und bei der Auswahl des Repertoires und der Struktur und Länge der Proben, die veränderten sozialen Möglichkeiten und Bedürfnisse älterer Menschen berücksichtigt werden. So hat ein Chor für Menschen, die nicht mehr im Beruf stehen, ganz andere zeitliche Möglichkeiten, muss z.B. nicht abends proben, könnte Aspekte des sozial Verbindenden und Verbindlichen stärker einbeziehen. Im gesamten Bereich der Musik geht es immer auch um das Soziale. Musik verbindet, nicht nur zwischen Menschen, sondern, so erzählen es zumindest die Märchen, auch zwischen Diesseits und Jenseits, Gegenwart und Vergangenheit auf (Tüpker 2007). Das Verbindende an der Musik steht im Vordergrund, wenn man alte Menschen frei

über die Bedeutung von Musik in ihrem Leben berichten lässt (Muthesius 2001, 300) und kann in einem Chor besonders intensiv erlebt werden (Wickel 2001, 198-207). Für PsychotherapeutInnen und andere, die mit älteren Menschen arbeiten, könnte es sinnvoll sein, sich mit den entsprechenden lokalen musikalischen Angeboten auszukennen, da die verbindende Qualität der Musik eine gute Möglichkeit gegen Isolation und depressiven Rückzug sein kann. Ein guter Überblick findet sich bei Hartogh und Wickel (2008, 62-77).

Musikhören

Die Möglichkeit, zu jedem Zeitpunkt selbst die Musik wählen zu können, die man konzentriert oder im Hintergrund hören möchte, war sicherlich noch nie so groß wie heute und kann von älteren Menschen gut genutzt werden. Es gibt allerdings kaum Forschungen darüber, wie der/die Einzelne damit umgeht und was hier psychologisch gewonnen werden kann, wohl aber zu der Frage, welche Musik in welchen Kohorten bevorzugt gehört wird. So hebt Kloppenburg (2005, 365f) insgesamt das Lebensalter als eine der bedeutendsten Variablen bezüglich der Frage der Musikpräferenzen hervor. Einige Studien verweisen darauf, dass im höheren Alter insbesondere das Interesse an klassischer Musik und geistlicher Musik wächst, wie sich auch unschwer an der Zusammensetzung des Publikums in Konzertsälen und bei Kirchenkonzerten feststellen lässt.

Viele MusikliebhaberInnen finden und nutzen im höheren Alter zudem die Gelegenheit, sich auch intellektuell mit ihrer Musikrichtung auseinander zu setzen. Die an unserem Institut der Universität Münster angebotenen Lehrveranstaltungen zur Musikgeschichte und Musikalischen Analyse werden mit großer Begeisterung von zahlreichen Studierenden des Studiums im Alter genutzt.

Neben den Besonderheiten bei Hörstörungen im Alter (Prause 2001, 177-197) kann das Musikhören allerdings für diejenigen alten Menschen problematisch werden, die in ihren Wahl- und Äußerungsmöglichkeiten stark eingeschränkt sind. Die in Alteinrichtungen bisweilen übliche „Beschallung“ mit Musik aus Tonträgern kann für so manchen Menschen, der sich dagegen nicht mehr wehren kann, eine Belästigung sein, die zu einem weiteren Rückzug oder zu Unruhe und Aggressivität führen kann. Dagegen gibt es kein Patentrezept und quantitative Forschungsergebnisse helfen hier nicht weiter, denn wenn die Mehrzahl gerne Volksmusik hört, so kann dies für den Einzelnen trotzdem eine Quälerei sein. Hier ist eine sensible und aufmerksame Wahrnehmung, eine das Individuum bedenkende

Rück-Sicht – im metaphorischen wie im wörtlichen Sinne – und die Reflexion dessen, was man tut und warum man es tut, dringend geraten.

Nach einer Pflegeeinheit im Zimmer noch eben schnell das Radio aufdrehen, „damit Frau Meyer sich nicht so alleine fühlt“, entspringt vermutlich oft eher einem unbewussten Schuldgefühl als dem Wunsch der Bewohnerin. Vielleicht mag sie die Musik nicht, die sie nun die nächsten zwei Stunden, für sie selbst ununterbrechbar, hören muss. Vielleicht kommen zwischendurch Nachrichten, die sie erschrecken oder die sie nicht mehr versteht. Vielleicht liebt sie die Stille – jetzt in dieser Lebensphase oder heute, weil sie über etwas nachsinnen muss. Dürfen wir das mit Musik übertönen? Vielleicht möchte sie still in sich hinein hören, trauern, einem Schmerz nachhören, etwas abschließen, sich auf einen Übergang vorbereiten. Darf das nicht sein? Oder vielleicht fühlte sie sich weniger allein, wenn sie die Stimmen von draußen hören könnte. Vielleicht weckt das Geklapper aus der Küche in ihr eher ein vertrautes, tröstendes Gefühl als die uns Jüngeren vertraute Umgebungskulisse eines im Hintergrund laufenden Radios oder Fernsehgeräts. Vielleicht wäre Frau Meyer glücklicher, den Vogel zu hören, der vor ihrem Fenster singt und den sie nun nicht mehr wird hören können, weil das Radio ihn übertönt.

Literatur

Gembris H (Hg) (2008) Musik im Alter. Soziokulturelle Rahmenbedingungen und individuelle Möglichkeiten. Frankfurt am Main (Lang).

Hartogh Th, Wickel HH (2008) Musizieren im Alter. Arbeitsfelder und Methoden. Mainz (Schott).

Hesse H-P, Bernatzky G (2005) Musik im Alter. In: Likar R et al. (Hg) Lebensqualität im Alter. Wien New York (Springer) 161-165.

Hippel N, Laabs F (2001) Improvisieren mit älteren Menschen? Schwierigkeiten und Möglichkeiten. In: Tüpker R, Wickel HH (Hg) Musik bis ins hohe Alter. Münster (Lit) 51-69.

Kloppenburger J (2005) Musikpräferenzen, Einstellungen, Vorurteile, Einstellungsänderung. In: de la Motte-Haber H, Rötter G (Hg) Musikpsychologie. ???Laaber (Laaber) 357-393.

Kruse A (2006) Zur Dynamik von Partnerschaften in Grenzsituationen des Alters – eine biografische Analyse der Entwicklungspotenziale im Kontext der Analytischen Psychologie C.G. Jungs. Psychotherapie im Alter 3(4): 67-81.

Lahme A, Klein-Vogelbach S, Spirgi-Ganert I (2000) Berufsbedingte Erkrankungen bei Musikern. Berlin Heidelberg New York (Springer).

Muthesius D (2001) Musikerfahrungen im Lebenslauf alter Menschen: eine Metaphorik sozialer Selbstverortung. Münster (Lit).

Prause M-C (2001) Hörschädigungen im Alter und ihre Konsequenzen für das Musikerleben und die musiktherapeutische Arbeit. In: Tüpker R, Wickel HH (Hg) Musik bis ins hohe Alter. Münster (Lit) 177-197.

Richter B (2008) Die Stimme im Alter. In: Gembris H (Hg) Musik im Alter. Frankfurt am Main (Lang) 131-137.

Schmitt-Ott T (2008) Altern im Orchester. Altersbezogene Leistungseinbußen und der Umgang damit. In: Gembris H (Hg) Musik im Alter. Frankfurt am Main (Lang) 173-193.

Schmutte M (2001) Singen mit alten Menschen in Chorarbeit und Musiktherapie. In: Tüpker R, Wickel HH (Hg) Musik bis ins hohe Alter. Münster (Lit) 20-34.

Tüpker R, Wickel HH (2001) Musik bis ins hohe Alter. Fortführung, Neubeginn, Therapie. Münster (Lit)

Tüpker R (2007) Wenn in Märchen von Musik die Rede ist ... In: Oberhoff B, Leikert S (Hg) Die Psyche im Spiegel der Musik. Musikpsychoanalytische Beiträge. Gießen (Psychosozial)

Wiesbadener Erklärung Musizieren 50+, Wiesbaden 2007 (www.musikrat.de)