
Vorwort

Die psychologische Analyse des hohen Alters führt uns die hohe psychische Widerstandsfähigkeit vieler Menschen vor Augen, die davor schützt, in belastenden Situationen oder Grenzsituationen psychische Störungen auszubilden. Ältere Menschen, die eine nahestehende Person verloren haben oder bei denen eine chronische, mit Schmerzzuständen verbundene Erkrankung vorliegt, lassen vielfach eine hohe psychische Anpassungsleistung erkennen, die auch im Sinne eines schöpferischen Lebens verstanden werden kann. Das schöpferische Moment liegt darin, dass das Individuum jene Bewältigungsstrategien einsetzt und weiterentwickelt, die es in früheren Lebensabschnitten – in der Auseinandersetzung mit Konflikten, Belastungen oder Traumata – ausgebildet hat und die sich als wirksam erwiesen haben. Diese Bewältigungsstrategien sind auch im Sinne von psychischen Ressourcen zu verstehen, die zur Widerstandsfähigkeit in aktuell belastenden Situationen beitragen. Hinzu tritt eine optimistische, lebensbejahende Haltung des Individuums, deren Ursprung schon in frühen Lebensabschnitten zu suchen ist, die sich aber zugleich in der Auseinandersetzung mit Entwicklungsaufgaben in nachfolgenden Lebensabschnitten immer weiter differenziert und dabei von einer hohen Offenheit für neue Entwicklungsanforderungen und -möglichkeiten bestimmt ist. Die Offenheit, die kathektische Flexibilität – verstanden als Fähigkeit, sich von bestimmten Lebensthemen zu lösen und sich emotional und geistig an neue Lebensthemen zu binden – ist ein weiteres bedeutendes Merkmal von Widerstandsfähigkeit.

Das Leben von Johann Sebastian Bach eignet sich sehr gut dazu, die Entwicklung von Widerstandsfähigkeit im Lebenslauf zu veranschaulichen und deutlich zu machen, wie ausgeprägt diese auch im hohen Alter sein kann und in welchem Maße sich in ihr schöpferische Kräfte im Alter zeigen. Dabei ist die Widerstandsfähigkeit dieses Komponisten nicht ohne die schöpferischen Kräfte zu verstehen, die sich in seinem musikalischen Werk ausdrücken.

Johann Sebastian Bach war in seiner Biografie zahlreichen, schweren und schwersten Belastungen ausgesetzt. Zu nennen sind der Verlust beider Elternteile

im zehnten Lebensjahr (sein ältester Bruder nahm Bach nach dem Tod der Eltern bei sich auf), der Tod seiner ersten Ehefrau Maria Barbara in seinem 36. Lebensjahr, der Tod von elf seiner 20 Kinder, die gesundheitlichen Einschränkungen in seinen letzten Lebensjahren und schließlich die Kränkung, dass bereits ein Jahr vor seinem Tod ein Nachfolger für ihn als Thomaskantor bestimmt wurde. Zudem musste sich Bach während seiner gesamten Berufstätigkeit immer wieder mit Vorwürfen auseinandersetzen, die sich vor allem um die Kritik an seiner für die damalige Zeit modernen Musik zentrierten und ihm vor Augen führten, dass seine Begabung und Kreativität von geistlichen und weltlichen Oberen nicht erkannt wurde – eine Tatsache, die ihn sehr schmerzte. Aber in diesen Belastungs- und Grenzsituationen zeigte sich auch die psychische Widerstandsfähigkeit dieses Komponisten. Die Resilienz wurde durch dessen Eingebundensein in unterschiedliche „Ordnungen“ gefördert: In die Ordnung der Familie (Johann Sebastian Bach blickte auf befruchtende erste Lebensjahre zurück und auch nach dem Tod seiner Eltern fand er in der Familie Rückhalt), in die Ordnung der Musik, in die Ordnung des Glaubens (die den cantus firmus seiner Kompositionen bildete), in die Ordnung sozialer Beziehungen (hier ist vor allem die Mitverantwortung für nachfolgende Generationen – seine Kinder, Neffen, Schüler – zu nennen). Diese Ordnungen sollten sich über die gesamte Biografie als stabil und damit haltgebend erweisen: eine bedeutende Grundlage für die genannte psychische Widerstandsfähigkeit. Und schließlich entwickelte Johann Sebastian Bach schon früh Eigeninitiative, verwirklichte das Potential zur Selbstgestaltung, war immer offen für neue Eindrücke und Entwicklungen – vor allem in der Musik –, zeigte Fleiß, Engagement, verstand die Musik immer als Ausdruck der Ordnung Gottes in der Welt. Damit schuf er die Grundlage für seine außergewöhnliche Produktivität und Kreativität bis in die letzte Lebensphase.

Es ist dies ein Leben, das veranschaulicht, wie sehr die Lebens- und Werkleistungen den Alternsprozess mitformen, wie sehr diese Leistungen helfen können, die Grenzsituationen im Alter – vor allem die Verletzlichkeits- und Endlichkeitserfahrung – innerlich zu überwinden.

In dem von mir verfassten Buch „Die Grenzgänge des Johann Sebastian Bach – Psychologische Einblicke“ (1. Auflage 2013, 2. Auflage 2014) gehe ich ausführlich auf die Entwicklung von Resilienz und Kreativität im Lebenslauf von Johann Sebastian Bach ein, diskutiere diese psychologisch und wende mich dabei vor allem den letzten Lebensjahren des Komponisten zu. In diesem Buch versuche ich auch eine Anthropologie des Alters zu entwickeln, die die Verletzlichkeit des alten Menschen ebenso in den Blick nimmt wie dessen emotionale und geistige Ressourcen sowie dessen Entwicklungspotenziale. Die körperliche Verletzlichkeit schließt derartige Ressourcen, schließt derartige Entwicklungsprozesse, schließt das schöp-

ferische Leben keinesfalls aus, sondern kann in günstigen Fällen – zu denen vor allem die Widerstandsfähigkeit des Menschen, zugleich aber Eingebundensein und Teilhabe gehören – sogar Entwicklungsanstöße geben.

Dem Verlag danke ich für die Möglichkeit, wesentliche Aussagen des Buches in der Publikationsreihe „Essentials“ vorstellen zu dürfen.

Heidelberg, im September 2014

Andreas Kruse

Einleitung

Die Aufrechterhaltung einer positiven, wenn nicht sogar optimistischen Lebens-einstellung und Zukunftsperspektive trotz gegebener Einschränkungen und Be-lastungen wird in der Altersforschung zum einen als Merkmal psychischer Wi-derstandsfähigkeit (Resilienz), zum anderen als humanes Potenzial für unsere Gesellschaft gedeutet, denn: Auch in Bezug auf die innere Auseinandersetzung des Menschen mit Grenzen des Lebens kann man von älteren Menschen lernen. In den Worten des römischen Philosophen Annaeus Seneca (4 v. Chr.–65 n. Chr.):

Die Mühen eines rechtschaffenen Bürgers sind nie ganz nutzlos. Er hilft schon dadurch, dass man von ihm hört und sieht, durch seine Blicke, seine Winke, seine wortlose Widersetzlichkeit und durch seine ganze Art des Auftretens. Wie gewisse Heilkräuter, die – ohne dass man sie kostet oder berührt – schon durch ihren bloßen Geruch Heilung bewirken, so entfaltet die Tugend ihre heilsame Wirkung auch aus der Ferne und im Verborgenen. (Seneca, 58/1980, S. 25)

Übertragen wir diese Aussagen auf das Leben des Johann Sebastian Bach. In seiner Biografie finden sich zahlreiche – vielfach stark ausgeprägte – Belastungen: Mit neun Jahren verliert er zuerst die Mutter, danach den Vater. Er wächst dann fünf Jahre bei seinem ältesten Bruder auf, bevor er mit einem engen Schulfreund nach Lüneburg aufbricht, um dort einer Kantorei beizutreten und die Lateinschule zu besuchen. Im relativ jungen Erwachsenenalter verliert er seine erste Frau und muss nun alleine für vier Kinder sorgen. Zudem sterben elf seiner 20 Kinder unmittelbar nach Geburt oder im frühen Alter.

Und im letzten Lebensjahr? Der zunehmende Verlust seines Augenlichts bis hin zur Erblindung, die Häufung schwerer körperlicher Krankheitssymptome, die Nachricht, dass schon zu seinen Lebzeiten ein Nachfolger als Thomaskantor be-stimmt werde, die Angriffe von Musikgelehrten auf sein Verständnis von Musik stellen Einschränkungen und Belastungen dar, die ebenfalls die psychischen Res-sourcen in hohem Maße forderten.

Aber: In seiner Musik begegnet man immer wieder einer Innerlichkeit, einer Frömmigkeit, auch einer Freude und Hoffnung, die neben allem Ernst und aller Trauer stehen! Vor allem erkennt man hier den Glauben an die göttliche Ordnung, die feste Überzeugung: „Eine feste Burg ist unser Gott“. Und man merkt die (allerdings nicht ungetrübte) Freude in und an seiner Familie sowie an seinen Schülern, zudem die häufig zuteilwerdende Anerkennung als Komponist, Organist und Violinist.

Es gibt in Bachs Leben also manches, was ihm hilft, mit Verlusten und Rückschlägen, schließlich mit gesundheitlichen Grenzsituationen umzugehen und diese innerlich zu überwinden. Aber schon früh – bereits ab seinem zehnten Lebensjahr – war er gezwungen, große Verluste, Einschnitte in sein Leben zu ertragen. Dies scheint ihm gelungen zu sein, wenn man bedenkt, dass er mit 15 Jahren – nämlich mit der Entscheidung, sich um ein Stipendium in Lüneburg zu bemühen – sein Leben in die Hand nimmt. Diese Entwicklungen werden dazu beigetragen haben, dass er im Alter gefasst auf Anforderungen blicken konnte, die das Leben an ihn richtete. Und wenn man bedenkt, dass in seinem letzten Lebensjahr, ja, in den letzten Lebensmonaten ein neuer Schüler aufgenommen wurde, zu seiner Familie ziehen konnte: Da kommt eine freundliche Haltung gegenüber anderen Menschen zum Ausdruck, die vielleicht stellvertretend für seine Lebenshaltung steht.

Die Tatsache, dass Johann Sebastian Bach in seiner Kindheit mit Schicksalschlägen konfrontiert war, legt die Frage nahe, wie es ihm gelingen konnte, im Jugendalter eine bemerkenswerte Eigeninitiative zu entwickeln, die auf seinen Willen und seine Fähigkeit zur Selbstgestaltung und Weltgestaltung hinweist, im 18. Lebensjahr seine Matura abzulegen und bis zu diesem Zeitpunkt eine musikalische Meisterschaft zu entwickeln, die es ihm erlaubte, sich auf anerkannte Organistenstellen zu bewerben. Der Versuch, diese Entwicklung besser zu verstehen, führt uns in das Gebiet der Resilienzforschung.

Resilienz bis ins hohe Alter – was wir von Johann
Sebastian Bach lernen können

Für alle Interessierten

Kruse, A.

2015, XIII, 39 S. 1 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-08332-8