



Musik wird oft als Balsam für die Seele bezeichnet. Dass da etwas dran ist, hat wohl jeder schon am eigenen Leib erfahren. Besonders in Momenten tiefster Trauer kann sie wahre Wunder wirken.

Foto: Ullstein-Bild

Gleiches mit Gleichem heilen

Wenn die Seele trauert, ist es meistens still. Oft kennt der Schmerz keine Worte, und selbst die, die einem am nächsten stehen, können nicht weiterhelfen. Viele Menschen flüchten sich in traurigen Situationen jedoch in die Musik. Stephan Schwarz hat dieses Phänomen genauer betrachtet.

Trauer ist ein starkes Gefühl. Sicherlich eines der stärksten, die ein Mensch haben kann. Und so viele Gründe für Trauer es gibt, so viele Arten gibt es auch, sie zu bewältigen. Trauer kann öffentlich sein, aber auch sehr verborgen. Sie kann laut sein, aber auch sehr still. Sie kann sich mit Ritualen verbinden, aber auch sehr individuell ausfallen. Man kann an ihr zerbrechen, doch meistens ist sie sogar heilsam. Denn Trauer reinigt die Seele. Und wenn man sie überwunden hat, geht man in den meisten Fällen gestärkt aus ihr hervor.

Schon lange vor dem Beginn unserer Geschichtsschreibung entstand das Bedürfnis des Menschen, seiner Trauer Ausdruck zu verleihen und hierfür angemessene Formen zu finden. Viele der heute noch üblichen Trauerhandlungen, vor allem bei Todesfällen, haben sich über die Jahrtausende hinweg erhalten. Nicht wenige ähneln sich dabei, auch wenn sie in unterschiedlichen Kulturkreisen praktiziert werden. Vor allem eine Gemeinsamkeit findet sich fast überall: Wo getrauert wird, spielt Musik eine herausragende Rolle.

In der klassischen europäischen Musik existiert schon seit Langem eine Art

Kanon beliebter Stücke, die immer wieder bei Beerdigungen oder Gedenkfeiern zu hören sind. Ungeschlagen auf Platz eins dürfte hier der Trauermarsch aus Chopins b-Moll-Klaviersonate stehen, der sowohl im Konzertsaal als auch auf dem Friedhof selten seine Wirkung verfehlt. Auch Teile aus Mozarts Requiem und eine Reihe von Chorälen Johann Sebastian Bachs haben Dauerkonjunktur, wenn es darum geht, Verstorbenen die letzte Ehre zu erweisen. Musik also, die unabhängig von Zeitalter und gesellschaftlichem Entwicklungsstand einen solchen Sog entfaltet, dass sie zumindest aus dem zeremoniellen Totengedenken nicht mehr hinwegzudenken ist, sei es nun religiös motiviert oder weltlich. Doch es gibt noch die andere, die nicht offizielle Seite der Trauer. Und auch hier ist Musik für viele Menschen eine wichtige Hilfe, um das Geschehene zu verarbeiten.

Aber was hören, wenn man still vor sich hintrauert? In diesem Zusammenhang eine Beliebtheitsskala aufstellen zu wollen grenzt ans Unmögliche. Denn so individuell die Emotionen bei einzelnen Menschen ausfallen, so unterschiedlich

sind auch die Geschmäcker und musikalischen Vorlieben. Trauermarsch oder sanfte Ballade? Berlioz oder Blues? „Wahrscheinlich werden die meisten in traurigen Momenten auf eine eher intime Musik zurückgreifen“, sagt der im englischen York lehrende Psychologe Marcel Zentner. Schon seit einiger Zeit beschäftigt sich der Schweizer, der zuvor in Harvard und in Genf geforscht hat, mit der Wirkung von Musik auf die menschliche Seele. Intime Musik für einen intimen Moment: Das leuchtet ein. Heulend auf dem Bett zu liegen, Fotos des Ex-Partners zu zerreißen und sich dabei

in voller Lautstärke vom Trauermarsch aus der „Götterdämmerung“ beschallen zu lassen ist eine Vorstellung für eher theatralisch veranlagte Zeitgenossen. Verboten ist es aber nicht.

Die nicht offizielle Seite der Trauer: intime Musik für einen intimen Moment

Doch warum muss sie ausgerechnet traurig sein, die Musik für den traurigen Moment? Wäre fröhliche Musik nicht viel geeigneter, um von den düsteren Gedanken loszukommen und den akuten Schmerzzustand, in dem man sich befindet, zu lindern? „Es spielt ein bestimmter Empathie-Aspekt eine Rolle“,

erklärt Marcel Zentner. „Wir möchten uns von der Musik verstanden wissen, und das wäre sicher nicht der Fall, wenn sie besonders laut und freudig wäre. Wer trauert, möchte schließlich auch nicht, dass sein Partner oder jemand anderes gleichzeitig Freudentänze aufführt.“ Gerade im Gefühl des Verlassenseins sind viele Menschen dankbar für einen Trost von außen, für eine Ansprache. Und diese kann auch von einem Musikstück kommen. Klänge, in denen der Hörende seinen Gemütszustand wiedererkennt, ein verbindendes Element, das den Hörer mit dem Gehörten vereint. Daher ist die Methode „Gleiches mit Gleichem zu heilen“ nicht nur als alter Grundsatz der Homöopathie aufzufassen, sondern scheint auch ein probates Mittel gegen Witwentrauer, Trennungsschmerz und Liebeskummer zu sein.

Einen entscheidenden Unterschied jedoch gibt es zwischen der Traurigkeit des Rezipienten und der von der Musik vermittelten. Simpel gesagt: den Unterschied zwischen Leben und Kunst. Während Trauersituationen meist unvermittelt über den Betroffenen hereinbrechen, hingenommen werden müssen, ohne dass man ihren Eintritt gewollt hat, verbirgt sich in der traurigen Stimmung eines Musikstücks etwas durchaus Erwünschtes. Wäre dem nicht so, könnte man genauso gut auf traurige Musik verzichten. Zumindest würde sie sich kein Mensch freiwillig anhören. „Vermutlich sind es zwei unterschiedliche Emotionen“, sagt auch der Wissenschaftler Marcel Zentner, der trotz allem eine enge

Hinter der Traurigkeit eines Musikstücks verbirgt sich etwas Erwünschtes

sich auf die Tragödie. Durch das Durchleben von Mitleid und Furcht soll sie den Zuschauer einer emotionalen, körperlichen, geistigen, aber auch religiösen Reinigung zuführen. Katharsis – das ist die Läuterung der Seele von unerwünschten Leidenschaften. Auch in der Psychologie ist der Ausdruck gebräuch-

lich und meint etwas Ähnliches. Er beruht auf der Annahme, dass das Ausleben innerer Konflikte und verdrängter Emotionen zu einer Reduktion derselben führen kann. Auch wenn die Katharsis-Hypothese

in der Forschung heutzutage nicht mehr en vogue ist, lässt sich beim Hören trauriger Musik ein ähnliches Phänomen beobachten. Mit den Worten des Wissenschaftlers wird hierbei eine aversive – das heißt ungewollte – Traurigkeit durch die Konfrontation mit einer nicht aversiven Traurigkeit progressiv dissoziiert. Man könnte auch sagen: Es kommt zu einer Art Läuterungsprozess, der die unangenehme, schmerzliche Traurigkeit in ein positives Gefühl umwandelt.

„In unseren Untersuchungen haben wir festgestellt, dass die Menschen weniger angeben, Traurigkeit oder Trauer beim Hören von Musik zu empfinden als vielmehr Melancholie“, sagt Marcel Zentner, „und das ist etwas Angenehmes.“ In der Tat: Die Blätter fallen von den Bäumen, die letzte Oktobersonne verschwindet langsam am Horizont, und im Inneren breitet sich dieser fast schon gemütliche Zustand von Wehmut aus, zu dem sich immer auch ein Hauch von unbestimmter Sehnsucht gesellt. Wer kennt sie nicht, die herbstliche Melancholie, zu der neben ein paar ruhigen, besinnlichen Melodien ein gutes Glas Rotwein hervorragend passt? Lässt sich aber ein akuter Anfall von Trauer nur durch die Kraft der Musik auf eben dieses Empfinden reduzieren? „Zumin-

Verzahnung beider Gefühlszustände erkennen kann: „Beim Hören trauriger Musik kann man das Traurigkeitsgefühl erleben, ohne die aversiven Umstände, die es im normalen Alltag begleiten, erdulden zu müssen.“ Ein rein aus der Musik gewonnener, von der Wucht und Härte des Lebens gereinigter Zustand von Traurigkeit.

Der Begriff Katharsis ist vielen aus der Literaturtheorie bekannt. Er stammt von dem griechischen Philosophen Aristoteles und bezieht

Der Melancholie setzte Albrecht Dürer auf seinem 1514 entstandenen Stich „Melencolia“ ein Denkmal. Das rätselhaft verschlüsselte Werk gilt als Allegorie der Depression.



Foto: Archiv



Schon seit Menschengedenken spielt Musik in öffentlichen Trauerritualen eine wichtige Rolle. Neben der offiziellen Trauermusik werden bei Bestattungen immer mehr aber auch individuelle Musikwünsche der Trauernden berücksichtigt.

dest vorübergehend wird es helfen. Denn eines der großen Probleme bei akuter Traurigkeit ist die Akzeptanz dieses Gefühls“, führt Marcel Zentner weiter aus. „Dadurch, dass man die Traurigkeit der Musik akzeptiert, versöhnt man sich gewissermaßen auch mit der anderen, der ungewollten Traurigkeit. Das ist ein wichtiger Trost.“

Wenn man von trauriger Musik redet, ist eine Frage von alles entscheidender Bedeutung, auch wenn sie fast schon einfältig klingt. Nämlich die, woran man traurige Musik überhaupt erkennt. Welche Faktoren etwa unterscheiden sie von „fröhlicher“ Musik?

Um die Auskunft gebeten, woran er Pornographie festmache, antwortete ein erfahrener amerikanischer Bundesrichter einmal: „I know it, when I see it.“ Würde man „sehen“ durch „hören“ ersetzen, ließe sich dasselbe vielleicht auch über den Charakter eines Musikstücks sagen. Natürlich gibt es bestimmte Merkmale wie getragenes Tempo, absteigende Linien im Bass oder das Tongeschlecht

Moll, die einem sofort verraten, dass es sich nicht um die Umrahmung eines ausgelassenen Tanzvergnügens handelt. Inwieweit diese Charakteristika allerdings einer Art Urverständnis von trauriger Musik entsprechen oder ob sie lediglich auf Konvention beruhen, lässt sich schwer beurteilen. Dass sie sich – zumindest im europäischen Raum – dauerhaft durchgesetzt haben, beweist weder das eine noch das andere. Führt man sich jedoch vor Augen, dass fast sämtliche Bestandteile dieser musikalischen Trauerrhetorik erst vor etwa 400 Jahren „in Mode“ kamen, ist es zweifelhaft, dass es so etwas wie eine naturgegebene „traurige“ Musik überhaupt gibt.

Im Gegenteil scheint jede Form von Musik eine traurige und zugleich tröstende sein zu können, wie vielleicht auch Franz Schubert meinte, als er sich auf die von ihm gestellte Frage „Kennen Sie lustige Musik?“ selbst mit den Worten „Ich nicht“ antwortete. Und Schubert musste es wissen, hatte er sich doch



Noch heute sind die Werke Frédéric Chopins und Franz Schuberts (o.r.) Zufluchtsorte für traurige oder melancholisch gestimmte Menschen. Mit dem Trauermarsch b-Moll schuf Ersterer einen Klassiker für Trauerfeiern.



selten auf Übereinkünfte gestützt, als er die traurigste Musik der Welt komponierte. Hat man jemals ein wehmütigeres B-Dur gehört als in der Klaviersonate D 960 oder ein mehr zu Herzen gehendes E-Dur als im zweiten Satz des berühmten späten Streichquintetts? Schubert, dessen Lebensumstände nicht allzu oft Anlass zu beflügelter Freude gaben, wird für viele eine erste Wahl sein, wenn es darum geht, Traurigkeit mit trauriger Musik zu begegnen. Das gilt nicht zuletzt auch für seine Lieder – was wieder einen neuen Aspekt ins Spiel bringt: das Verhältnis zwischen Text und Musik.

Dass reine Musik ohne Worte ein erhebliches Trospotential hat, beweisen Klassikfreunde, sofern sie nicht vollständig der Oper oder dem Chorgesang zugetan sind, auf den ersten Blick. Sinfonie, Klaviersonate oder Charakterstück kommen regelmäßig ohne Text

aus, ihre Botschaft erschließt sich – anders als bei der Vokalmusik – unmittelbar aus dem Klang. Flapsig ausgedrückt kann diese Musik traurig oder tröstlich sein, ohne dass man erst durch den Text darauf hingewiesen werden müsste. Aber auch derjenige, der seinen Trost im tieftraurigen (gesungenen) „Lamento“ der Ariadne aus Monteverdis „L'Arianna“ sucht, wird sich bei seiner Auswahl im Zweifelsfall vor allem vom musikalischen Geschehen leiten lassen. Schon aus dem einfachen Grund, weil ihm ein tieferes Verständnis für das im frühen 17. Jahrhundert gebräuchliche Italienisch abgehen wird.

Anders sieht es in der Popmusik aus, in der der Text üblicherweise eine weit aus wichtigere Rolle spielt. Die Motivation, in traurigen Momenten auf einen Popsong zurückzugreifen, liegt oft deutlicher in der „Message“, die hierin enthalten ist, als in der Musik selbst. Zeilen wie „Ich schaffe das“, „Ich komme darüber hinweg“ oder „Das Leben geht weiter“ finden sich häufig und dienen als Ansporn, sich von dem belastenden Gefühl zu befreien. Wer aber ein klassisches Werk hört, möchte sich nur jener Traurigkeit hin-

geben, die in diesem selbst enthalten ist. Und nicht nur das: Wie jede andere Kunstform steht auch die Musik für eine Welt aus reiner Schönheit. Eine bessere Welt,

**Textverständnis
ist nicht nötig,
um ein Musikstück
als traurig
zu klassifizieren**

wenn man so will, in die man sich in absoluter Verzweiflung nur zu gerne hineinziehen lassen möchte. Ist die Trauer besiegt und man selbst im normalen Leben wieder angelangt, kann man auch

die Musik wieder mit anderen Ohren hören. Und noch immer wird sie einem guttun – nur eben auf eine andere Art und Weise.



Trauer ist mit Sicherheit eine der stärksten Emotionen des Menschen. Meistens ist sie mit einem schweren Abschied verbunden.

Foto: Wikipedia

Seufzer, Weinen, Klagen

Traurige Musik lässt sich auf Antrieb von fröhlicher Musik unterscheiden. Aber woran eigentlich? Bjørn Woll hat hierzu die Fachleute befragt: Gunter Kreutz, Professor für systematische Musikwissenschaft, und Melanie Unseld, Professorin für Kulturgeschichte der Musik an der Universität Oldenburg.



Hat der Mensch im Laufe seiner Entwicklung gelernt, bestimmte musikalische Figuren dem Gefühl der Trauer zuzuordnen? Oder macht er das intuitiv?

MU Jede Kultur macht sich immer wieder neue Gedanken und versucht ihren Musikvorrat für diesen Moment der Trauer in Einklang zu bringen. Bach kann natürlich in seiner Zeit auf die Affektenlehre zurückgreifen. Heute spielt man während der Trauerfeier aber manchmal auch Musik, die vom Künstlerischen nicht unbedingt mit Trauer verbunden ist, für die individuelle Person aber schon.

GK Zum Beispiel gibt es das kuriose Phänomen, dass eines der beliebtesten Stücke für Hochzeiten und Beerdigungen im deutschsprachigen Raum ein und dasselbe ist: Das „Ave Maria“ von Bach/Gounod. Und manchmal werden Choräle, die für Beerdigungen vorgesehen sind, für Hochzeiten gewählt, weil man sie schön findet. Menschen gehen höchst flexibel mit ihrer Interpretation der Klänge um.

Gibt es allgemeine Merkmale trauriger Musik, die über die Kulturgrenzen hinausgehen?

MU Abwärtsschreitende Gesänge oder abwärtsschreitende Linien etwa haben in der Tat so etwas wie eine anthropolo-

gische Konstanz. Zumindest wenn wir im europäischen Raum bleiben.

GK Dennoch gibt es Kulturen, in denen Emotionen eher unterdrückt werden, und solche, in denen man sehr viel offener mit Klageäußerungen oder dem Zeigen von Trauergefühlen umgeht. Das hat natürlich auch einen Einfluss, darauf wie diese Elemente musikalisch verarbeitet werden. Auch bei der Interpretation trauriger Musik.

Wie wichtig ist überhaupt der Interpret als Vermittler von Musik, um ebendiesen Effekt auszulösen, dass wir traurig werden und uns melancholisch angesprochen fühlen?

MU Musik kann ohne Interpreten nicht existieren, denn er ist auch Vermittler derjenigen Komponenten in der Musik, die nicht in den Noten stehen. Und gerade bei einer so genannten traurigen Musik hat der Interpret ein weites Feld an Möglichkeiten, um das noch zu verstärken.

GK Er kann zum Beispiel die Elemente der natürlichen Trauergesten aufnehmen. Seufzer, Weinen und Klagen sind ja Dinge, denen man in der Musik relativ nah kommen kann, sowohl gestengetreu oder auch abstrahiert und verklau-

suliert. Man hat da durchaus eine sehr große Bandbreite.

Warum erreicht Musik so unmittelbar unser Gefühl, ohne dass es dazu eine Übersetzung oder so etwas braucht?

GK Das ist die 1.000.000-Dollar-Frage. Ich denke, es hat etwas damit zu tun, dass wir akustisch und vokal kommunizierende Wesen sind. Die Sprache beruht auf affektiven Lautvokabularen, von denen sich irgendetwas erhalten hat, das sich in der Musik und in den musikalischen Formen manifestiert. Interessanterweise hat jede Kultur sowohl die Sprache als Kommunikation als auch die Musik, die die Menschen

miteinander verbindet. Das Schöne an der Musik ist, dass man sie gemeinsam ausüben und einen Ausdruck in ihr finden kann, während Sprache nur alternierend stattfindet. Das ist, glaube ich, der

Schlüssel zu ihrem verbindenden Element. Menschen sind soziale Wesen, und Musik ist eine soziale Kunst. Wenn ich vor einer Skulptur stehe, dann fühle ich mich vielleicht eher als Individuum angesprochen. Wenn ich zu einem großen Rockkonzert gehe, fühle ich mich hingegen eher als ein Teil von einem größeren Ganzen. Und das gilt in etwa auch für einen Trauergottesdienst. ■

„Menschen sind soziale Wesen, und die Musik ist eine soziale Kunst“