



Abteilung:	Gesellschaft und Religion	Redaktion:	Anne Winter
Sendereihe:	Lebenswelten	Autor/-in:	Michael Reitz
Sendedatum:	29.08.2021	Sendezeit:	9.04-9.30 Uhr/rbbkultur
Produktion:	23.08.2021	9.15-17.00 Uhr/T10+P2	

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt; eine Verwertung ohne Genehmigung des Autors ist nicht gestattet. Insbesondere darf das Manuskript weder ganz noch teilweise abgeschrieben oder in sonstiger Weise vervielfältigt werden. Eine Verbreitung im Rundfunk oder Fernsehen bedarf der Zustimmung des RBB (Rundfunk Berlin-Brandenburg).

Lebenswelten
Die Gabe der Tränen
Weinen als spirituelles Geschenk

Sprecher:	Romanus Fuhrmann
Zitatorin:	Sarah Hartl
Ton:	Katrin Witt
Regie:	Roman Neumann

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

O-Ton (1) Plattig:

Vor allem in den unendlichen Soaps – das sind alles Theater-Tränen. Es ist in gewisser Weise, in Anführungszeichen, falsches Mitleid.

O-Ton (2) Krenz:

Insofern sind Tränen heute wenig glücksbesetzt, außer in psychologischen Zusammenhängen, da wird ja oft gesagt, ja wein erst mal, ist schon gut, nimmt die Spannung und so, und man heult sich Sachen weg.

O-Ton (3) Schutz-Türcke:

Die Kopfpfanzierung entsteht, wenn die Person emotional nicht ankommen kann oder keine Resonanz bekommt auf das, was gerade in ihr stattfindet.

O-Ton (4) Ferraris:

Ich glaube, es ist kein so leichter Weg, wieder zu den Tränen zurückzufinden. Aber er verspricht uns eine große Belohnung. Wir werden wieder ganz.

Titelsprecherin:

Die Gabe der Tränen – Weinen als spirituelles Geschenk

Eine Sendung von Michael Reitz

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzähler:

In der Passionsgeschichte wird Jesus von seinen engsten Vertrauten verraten. Alle vier Evangelien erzählen von der „Verleugnung des Petrus“ – ein Verrat, den Jesus beim letzten Abendmahl mit seinen Jüngern bereits prophezeit hatte. Und obwohl sich Petrus entrüstet dagegen wehrt – genauso geschieht es:

Zitatorin:

Da wandte sich der Herr um und blickte Petrus an. Und Petrus erinnerte sich an das, was der Herr zu ihm gesagt hatte: ehe heute der Hahn kräht, wirst du mich dreimal verleugnen. Und er ging hinaus und weinte bitterlich.

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzähler:

Ausgerechnet Petrus, der Apostel, der sich selbst als Draufgänger und Heißsporn sieht, dieser Mann, dessen Name „Fels“ bedeutet, vergießt Tränen, als er feststellen muss, dass er bei weitem nicht so loyal und standhaft ist, wie er während des letzten Abendmahls geglaubt hatte. Nun ist er vor dem gewaltbereiten Mob eingeknickt und behauptet, Jesus nicht zu kennen. Er kommt sich feige vor und weint. Auch deshalb, weil er dazu auserkoren ist, der Fels zu sein, auf dem eine Kirche errichtet werden soll. Doch ist das wirklich eine so erbärmliche Niederlage?

O-Ton (5) Slenczka:

Das Weinen als Reaktion auf das Leiden an sich selber setzt voraus, dass man, wenn es in diese Situation gehört, dass man sich eingesteht, dass nicht man selbst es ist, der stark ist.

Erzähler:

Sagt der Theologe Notger Slenczka:

O-Ton (6) Slenczka

„Das passiert nie und ich werde dir in den Tod folgen und dich nicht verraten oder verleugnen“ und im Anschluss an die Verleugnung wird er dessen ansichtig, wer er ist – dass dieses Starksein Schein ist. Und das einzusehen, dass jemand, der Fels ist, nicht aus sich selbst Fels ist, sondern weil er getragen wird Fels ist, so könnte man schon sagen, das ist möglicherweise eine der Voraussetzungen dafür, stark zu sein.

Erzähler:

Petrus erkennt seine Ohnmacht und seine Fehlbarkeit – und doch erfährt er durch sein bitterliches Weinen etwas an sich, das er bisher nicht wahrgenommen hatte: Der leidenschaftliche Jünger wird, in den Worten der modernen Psychologie gesprochen, mit seiner weichen Seite konfrontiert. Und Petrus ist nur ein Beispiel. Denn die christliche Spiritualität hat immer wieder die befreiende Wirkung des Weinens hervorgehoben. Die Gabe der Tränen ist ein Charisma, eine der Gnadengaben des Heiligen Geistes. Wer weint, zeigt Schwäche? Nein, sagt Pater Michael Plattig, Karmelitermönch und Professor an der Philosophisch-Theologischen Universität Münster

O-Ton (7) Plattig:

Es bedeutet eine Begabung, die dazu da ist, dass sie mir und anderen hilft. Also alle Charismen sind eigentlich gegeben letzten Endes zum Aufbau, meistens auch zum Aufbau der anderen. Und bei der Gabe der Tränen ist es das Mitleid, also, dass jemand mitleidsfähig ist, was sich auch in Tränen ausdrückt. Dass jemand mitleiden kann, wird als Begabung verstanden und eben nicht kaltherzig ist, sondern heute

würde man sagen empathisch, einfühlsam, aufmerksam. Aber das drückt sich unter Umständen auch in Tränen aus, die aber auch nicht immer äußerlich sein müssen. Die Tradition spricht da von inneren Tränen, die man außen gar nicht sieht, aber die eben mit dieser Bewegung auf den anderen hin zu tun haben. Also, dass ich mit jemandem mitfühlen kann – das wäre, denke ich, was man unter Begabung oder Charisma verstehen würde.

Erzähler:

Diese Gabe, die der Heilige Geist verteilt, ist auch die Fähigkeit, Schmerz zu empfinden über sich selbst. In der protestantischen Tradition, so Notger Slenczka, ist sie untrennbar verbunden mit der Reue, mit der Einsicht in die eigene Überheblichkeit und dem Bewusstsein davon, dass man nicht allein auf der Welt ist.

O-Ton (8) Slenczka:

Luther sagt, die Reue – und das heißt die Verzweiflung über sich selber - ist die Kehrseite der Gnade, dass man dessen ansichtig wird, dass man sich nicht selber helfen kann. Und Weinen hat ja immer mit einer Situation zu tun, in der normale Bewältigungsmechanismen nicht mehr funktionieren. Also sei es eine Ausdrucksgebärde oder ein Handeln, was die Situation bewältigt, das geht nicht mehr – und dann beginnt man zu weinen.

Erzähler:

Weinen ist in erster Linie Kapitulation. Der Kopf verliert die Kontrolle und überlässt dem Körper die Herrschaft. Weinen hat ebenso wie Lachen einen unwillkürlichen Aspekt. Es sind Momente der Passivität, in denen wir loslassen. Das Weinen kann dabei zu einem spirituellen Akt werden.

O-Ton (9) Slenczka:

Das Weinen hat sicher den Charakter, dass es uns herausnimmt aus dem üblichen Umgang mit der Wirklichkeit. Normalerweise gehen wir in der Wirklichkeit auf, bewältigen sie irgendwie und beim Weinen zerbricht dieser gewohnheitsmäßige ritualisierte oder routinierte Wirklichkeitskontakt.

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzählerin:

Der Mensch ist das einzige Lebewesen, das weinen kann. Bis zum dreizehnten Lebensjahr weinen Mädchen und Jungen gleichviel, danach tritt eine deutliche Veränderung ein: Frauen weinen viermal so oft wie Männer. Und 45 Prozent der männlichen Zeitgenossen weinen sogar nie. Die meisten Tränen werden in den Abendstunden vergossen. Unter den Bedingungen des medialen Dauerfeuers kommt ein Aspekt hinzu, der zunehmend an Bedeutung gewinnt, sagt Notger Slenczka:

O-Ton (10) Slenczka:

Dass es gleichsam einen Leistungsdruck zum Weinen und zum Gefühlezeigen gibt, was ja auch eigentlich eine sinnlose Sache ist. Dass sozusagen das Weinen in den Leistungskanon, sei es von Männern, sei es von Frauen, sei es von sonst wem, eingeordnet wird und man sozusagen unter dem Druck steht, nun auch wirklich an den adäquaten Stellen weinen zu können, bzw. Tränen zu zeigen und nicht gefühllos zu wirken.

Erzähler:

Bei Menschen, die jemand weinen sehen, wird das Bindungshormon Oxytocin freigesetzt, das auch eine zentrale Rolle in der Mutter-Kind-Beziehung spielt. Wir verbinden uns durch die Gabe der Tränen mit unserer Umgebung – seltsamerweise auch dann, wenn sie nicht real ist. Was ein Aufbrechen des seelischen Panzers sein könnte, wird zu einer Kitsch-Nummer, sagt Michael Plattig und nennt ein Beispiel:

O-Ton (11) Plattig:

Vor allem in den unendlichen Soaps – das sind alles Theater-Tränen. Es ist in gewisser Weise, in Führungszeichen, falsches Mitleid. Also Mitleid mit einer fiktiven Person. Das ist ja alles ganz recht und schön, nur das verkehrt sich in sich selber. Das bleibt stecken. Und den Nachbarn neben mir, dem es dreckig geht, den sehe ich nicht. Da wieder ein Kriterium zu finden, wäre genau das: Was hilft mir oder dem andren weiter. Das wäre eigentlich das Kriterium für die Gabe der Tränen.

Musik: Klagelieder des Jeremias

Erzähler:

Die biblische Überlieferung führt eine Fülle von Geschichten an, in der Menschen mit oder für andere klagen und trauern. In den Klageliedern des Jeremias geht es um die Zerstörung Jerusalems durch die Babylonier. Der Prophet Jesaja weint über das zukünftige Schicksal seines Volkes, Nehemia hört vom Elend seiner Brüder in Jerusalem und grämt sich fast zu Tode. Nicht zu vergessen die schöne und kluge Esther, die das harte Herz des babylonischen Königs erweicht und so den Massenmord an den Juden verhindert. Und im Hebräerbrief ist die Rede von den Tränen des Gottessohnes, die ihn zu einem Menschen machen.

Zitatorin:

Als er auf Erden lebte, hat er mit lautem Schreien und unter Tränen Gebete und Bitten vor den gebracht, der ihn aus dem Tod retten konnte, und er ist erhört und aus seiner Angst befreit worden. Obwohl er der Sohn war, hat er durch Leiden den Gehorsam gelernt.

Erzähler:

Mit Hilfe des Weinens wird psychischer Druck abgebaut. Tränen können helfen, seelischen Schmerz körperlich auszudrücken und inneres Wachstum zu ermöglichen. Seelsorgerinnen wie Birgit Krenz werden tagtäglich mit der Sehnsucht der Menschen konfrontiert, mit ihrem Schmerz zu Recht zu kommen. Die Pfarrerin an einem psychiatrischen Krankenhaus versucht ihnen dann behutsam nahezu legen, Tränen als Bestandteil eines Heilungsprozesses zu begreifen – so wie dieser Frau, die an Depressionen leidet:

O-Ton (13) Krenz:

...und die mir erzählte, wie schlecht es ihr so ging und im Laufe des Gespräches weinte sie. Hat sich erst dafür entschuldigt, und dann habe ich das mal so erwähnt, dass es ja auch diese Gabe der Tränen gibt, und das hat sie ganz beglückt aufgenommen und sagte, ach es ist wirklich eigentlich gut, dass ich wieder weinen kann als Ausdruck davon, dass etwas in mir sich wieder bewegt – und das war jetzt mal gar kein geistlicher Zusammenhang, sondern ein profaner. Und das finde ich einen interessanten Gedanken, also die Idee zu haben, ob Tränen auch Ausdruck sein können wirklich nur einer inneren Bewegung.

Erzähler:

Die Rede von einer Gabe der Tränen sei für christliche Seelsorger deshalb so wichtig und kostbar, weil der Umgang mit Tränen heute meist mit Scham und Peinlichkeit verbunden ist, mit der Angst vor Kontrollverlust, sagt die Pfarrerin. Authentische Gefühle, die das Innerste nach außen kehren, lassen den Weinenden sich selbst als nackt und schutzlos erfahren.

O-Ton (14) Krenz:

Insofern sind Tränen heute wenig glücksbesetzt, außer in psychologischen Zusammenhängen, da wird ja oft gesagt, ja weine erst mal, ist schon gut, nimmt die Spannung und so, und man heult sich Sachen weg. Das mag auch so sein, dass das ab und zu mal so eine Erfahrung ist, aber oft sind Tränen und das Weinen nicht wirklich gut, mit guten Gefühlen besetzt. Und darum halte ich das für ganz kostbar, diese Erinnerung daran zu bewahren, dass das ins Fließen kommen, dass das Aufgeben von Kontrolle an einem bestimmten Punkt – dass das ein Geschenk des Himmels sein kann und eben kein Fluch, und nicht Ausdruck davon: ich kann mich nicht zusammenreißen, ich bin nicht gefasst genug, sondern dass in dieser Fassungslosigkeit eigentlich das Geschenk liegt.

Musik: Spanisch, Flamenco Gitarre

Erzähler:

„Die dunkle Nacht der Seele“ nannte der spanische Mystiker Johannes vom Kreuz jenen Zustand, in dem uns die Welt wie eine einzige Finsternis erscheint, aus der wir ohne Beistand nicht herausfinden. Nach christlicher Auffassung führt das direkte

Eingreifen des Heiligen Geistes dazu, den Weg aus dem seelischen Labyrinth zu finden. Beispiele hierfür sind die Heiligen- und Mystikerbiographien, die von solchen Begegnungen erzählen. So empfand Franz von Assisi eine tiefe spirituelle Verbindung mit den Leidenden dieser Welt; Ignatius von Loyola, Gründer des straff organisierten Jesuitenordens, führte sogar ein Tagebuch darüber, wie oft er am Tag die Tränenströme nicht zurückhalten konnte. Doch Weinen ist nicht gleich Weinen, betont Michael Plattig.

O-Ton (15) Plattig:

Was eine starke Rolle spielte, was heute sicherlich einerseits schwierig, andererseits vielleicht auch notwendig wäre, sind auch die Tränen angesichts eigener Schuld – also Reue-Tränen. Quasi Einsicht zu bekommen in das eigene schuldhaftige Verhalten und es zu bereuen, was sich ausdrückt in Tränen – ein Beweinen. Aber das ist natürlich nur möglich, wenn es auch schon diesen Aspekt der Vergebung gibt oder wenn es schon diesen Hinweis gibt, dass ich mich mit dieser Reue auch an jemanden – nämlich an Gott – wenden kann.

Erzähler:

Nicht selten sind es dabei die allzu menschlichen Regungen, die uns daran erinnern, dass wir auch nur von dieser Welt und somit nicht unfehlbar sind. Diese Erkenntnis kommt oft wie ein Schock, unser Selbstbild bricht wie ein Kartenhaus zusammen. Aus diesen Abstürzen kann nicht nur Ernüchterung hervorgehen, sondern auch die realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten oder sogar Bestimmungen. Der Theologe Notger Slenczka sieht im Scheitern des Apostels Petrus hierfür ein typisches Beispiel:

O-Ton (16) Slenczka:

Der Selbstanspruch zerbricht – also beispielsweise der Anspruch, das Leiden zu ertragen und Jesus nachzufolgen, dieser Anspruch zerbricht, und das Ergebnis ist, wenn es gutgeht, ein Mensch, der sich seine Schwäche eingesteht Petrus ist ein Fels, weil er weiß, dass er kein Fels ist.

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzähler:

Das Gewahrwerden der eigenen Unvollkommenheit ist zunächst schmerzhaft und schwer auszuhalten. Und doch ist es das, was den Apostel Simon zu einem Felsen, dem Petrus, werden ließ, auf dem Jesus seine Kirche baute. Für Birgit Krenz ist die Gabe der Tränen eine der wichtigsten Selbsterfahrungen, die ein Mensch machen kann.

O-Ton (17) Krenz:

Gerade diese Stelle, das ist ja so, dass das gemischte Tränen sind, also zum einen sind es ja Tränen der Selbsterkenntnis, und zwar einer unglaublich ernüchternden Selbsterkenntnis, die wahnsinnig schmerzt. Das schon allein ist auch etwas Kostbares. In der Tradition war das leider so, dass man ganz schnell diesen Aspekt überbetont hat und gesagt hat, Tränen immer auf deine Sünden und immer über die Sünden. Und dass man den anderen Aspekt, der gerade in dieser Geschichte nun auch drin ist, vergessen hat, nämlich dass der Auslöser für Petrus nicht nur die Selbsterkenntnis ist, sondern der Blick Jesu. Der macht, dass er anfängt zu weinen. Und zwar ein – so verstehe ich das – ein zugewandter Blick Jesu, also ein Blick, der ihn anschaut in seinem Scheitern.

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzähler:

Theologisch gesehen findet dann eine Veränderung im Menschen statt, wenn er das Ausmaß seiner eigenen Schwäche und Ohnmacht anerkennt. Zerschmetternd zu sein, weinen zu können und es vielleicht sogar zu müssen, wird dann nicht mehr als Blamage abgespalten, sondern schafft Raum für bisher unbekannte Seiten der Persönlichkeit. Außerhalb eines klösterlichen oder spirituellen Lebens kann das sehr schwierig werden, denn die modernen Industriegesellschaften sind auf ein reibungsloses Funktionieren programmiert, das keinen Gefühlssand im Getriebe duldet. Dem Einzelnen wird suggeriert, dass er leistungsstark und mächtig sein soll: Die Gefühle immer unter Kontrolle haben und um Gottes Willen kein Weichei sein! Eine Haltung, die nicht nur in ein sinnentleertes Leben führt, sondern auch schwere seelische Störungen nach sich ziehen kann. Vor allem dann, wenn das Gefühlsdefizit aus zweiter Hand aufgebessert wird – durch ein intensives Mitschwingen mit der Welt des schönen Scheins, kritisiert der Karmelitermönch Michael Plattig.

O-Ton (18) Plattig:

Es muss eine Stelle geben, wo jemand eine Einsicht hat, auch eine anfanghafte, dass ihn das nicht weiterbringt oder dass dieses ständige Leben der anderen leben, also praktisch das Leben im Fernsehen stattfindet. Also, wo bleibe ich denn mit meinem Leben, wenn ich immer im Leben der anderen kreise?

Erzähler

Emotional stumpf oder chronisch hart zu sein, sich nur noch bei verlorenen Fußballspielen oder Casting-Shows Tränen herausquetschen zu können wird in Teilen der Seelenheilkunde als Kopfpanzerung bezeichnet. Die tiefenpsychologische Körpertherapeutin Ellen Schutz-Türcke beschreibt, was damit gemeint ist und wie es kommt, dass der Weg der Gefühlskälte beschränkt wird.

O-Ton (19) Schutz-Türcke:

Die Kopfpfanzierung entsteht, wenn die Person emotional nicht ankommen kann oder keine Resonanz bekommt auf das, was gerade in ihr stattfindet. Also z.B. ein Kind, was hinfällt, das anfängt ein bisschen zu weinen und sich wehgetan hat, das braucht Mami oder Papi oder eine Bezugsperson, eine nahe kommt, es aufhebt und tröstet – oder zumindest dabei sind und ein bisschen trösten. Wenn das nicht passiert, bzw. wenn da Ablehnung passiert im Sinne von strafenden Augen oder keiner kommt oder auch nur energetisch die Botschaft kommt, das stört mich, dann fängt der Körper an sich zu verspannen – und die Seele auch. Das ist ja nicht getrennt voneinander.

Erzähler:

Den Schmerz darf niemand sehen, so die mögliche Reaktion auf ein solches Verhalten. Denn wenn ich ihn zeige, wird es vielleicht noch schlimmer. Wenn dieser Vorgang sich ein ums andere Mal wiederholt, wenn der Mensch auf seinen Schmerz keine emotionale Antwort bekommt, sondern eine mechanische, die eher den Verstand als die Emotionen anspricht, entsteht aus Angst vor weiteren Verletzungen eine erzwungene Isolation. Die so verletzte Seele hat das Bedürfnis, sich vor den eigenen und fremden Stimmungen zu schützen. Um solche Schritte gehen zu können, braucht es nicht nur Mut, sondern auch Unterstützung durch Menschen, die derartige Tiefen kennen: Theologen, Seelsorgerinnen, spirituelle Helfer oder Therapeutinnen.

O-Ton (20) Schutz-Türcke:

Wenn du irgendetwas erzählst, kann ich sagen: Guck doch mal, wie fühlt sich das jetzt z.B. in deinem Bauch an oder in deiner Brust? Wie reagiert die darauf? Nimmst du da irgendetwas wahr? Diese Art von Selbstkontakt, der ja irgendwo unterbrochen ist, wiederherzustellen. In der Körpertherapie kann ich natürlich auch z.B. meine Hände mal auf deinen Rücken legen und so auch ganz körperlich dich einladen, die Härte vielleicht in deinem Rücken zu spüren. Und dann nimmst du auf einmal in deiner Selbst wahr, boah, das ist ja ganz hart da. Na gut. Und dann können wir mal gucken, was hast du denn für ein Gefühl für diese Härte?

Erzähler:

Zugleich versetzt Ellen Schutz-Türcke sich in die Lebens- und Gefühlswelt ihres Gegenübers:

O-Ton (21) Schutz-Türcke:

Ich als Therapeutin oder Begleiterin, ich unterstütze den Klienten, sich wieder anzuschließen an seinen Gefühlsstrom. Und insofern schwinge ich auch mit in den Emotionen auf eine gewisse Art und Weise.

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzählerin:

Diese Fähigkeit des sich Einfühlens äußert sich – unabhängig von spirituellen oder therapeutischen Zusammenhängen – vor allem in dem Beruf des Schauspielers. Er muss ständig Gefühlszustände artikulieren und glaubhaft vorführen, die nicht seine eigenen sind. Dies kann ihm nur gelingen, wenn er sein emotionales Arsenal sehr genau kennt und weiß, wie er mit ihm umgehen muss. Insofern sind Darsteller fremder Charaktere wahre Meister in der Kunst der Empathie. Doch wie kann die authentische Darstellung, beispielsweise eines trauernden Menschen gelingen, ohne vollständig die Herrschaft über das eigene Ich zu verlieren? Die Schweizer Bühnenkünstlerin, Regisseurin und Schauspieltrainerin Anita Ferraris.

O-Ton (22) Ferraris:

Im Allgemeinen geht es eher darum, dass der Schauspieler dieses Gefühl selber wirklich fühlt in dem Augenblick, in dem er die Situation, auf die er sich einstellt innerlich und auch die Figur, die er sich vorstellt, indem er die ganz genau fühlt und adäquat, wie die Situation ist, sich so fühlt, dass im eben die Tränen kommen. Das ist nicht einfach, weil, wenn die Kamera auf dich gerichtet ist rundum, und du musst es zwanzig Mal wiederholen, da gibt es Hilfsmittel. Es gibt äußere Hilfsmittel und es gibt innere Hilfsmittel. Wenn du ein äußeres Hilfsmittel nimmst – ich sage jetzt mal, über den Körper versuchst Weinen herzustellen –, dann ist es ganz interessant zu wissen, dass das Zwerchfell beim Weinen vibriert.

Erzähler:

Der Schauspieler kann sich aber auch etwas vorstellen, das ihn persönlich traurig machen würde. Zum Beispiel fühlt er sich in eine Situation ein, die er als Kind erlebt hat:

O-Ton (23) Ferraris:

Eigentlich geht es darum, dass der Schauspieler das Publikum zum Weinen bringt. Und das bedeutet quasi, dass der Schauspieler – und das ist wirklich Geschick von Regie und dem Schauspieler und Wissen um diese Vorgänge –, dass der Schauspieler bis kurz vor das Gefühl kommt und das Gefühl nicht ganz zulässt. Und dann fängt, wenn wir Glück haben, der Zuschauer an zu weinen, es kommen ihm die Tränen und er ist ergriffen.

Erzähler:

Obwohl die Tränen des Schauspielers nicht echt sind, wird an seiner Kunst deutlich, dass wir die Begabung haben, in den Schuhen anderer Menschen zu gehen und ihre Welt erfahren können. Dabei ist eines besonders wichtig, so Anita Ferraris: Der Schauspieler muss üben

O-Ton (24) Ferraris:

Er muss genau das üben, was der Normalmensch – also der Mensch, mit dem wir täglich zu tun haben – mit aller Kraft verdrängt. Der Schauspieler muss genau dahin gehen. Der weint sozusagen für Otto Normalverbraucher. Das heißt, er ist derjenige, der genau das machen muss, was die meisten Menschen wegdrücken. Er ist das Medium, was uns zeigt, was passieren würde, wenn wir ganz lebendig wären, wenn wir alles zulassen würden, wenn wir offen wären wie die Kinder.

Zitatorin:

Ich kann mir keinen Zustand denken, der mir unerträglicher und schauerlicher wäre, als bei lebendiger und schmerzerfüllter Seele der Fähigkeit beraubt zu sein, ihr Ausdruck zu verleihen.

Erzähler:

So beschrieb der französische Philosoph Michel de Montaigne im 16. Jahrhundert ein Leben ohne die Gabe der Tränen – voller Trauer und nurmehr biologisch am Leben, aber ohne jede Möglichkeit, Kontakt zu sich selbst aufzunehmen. Was wäre dagegen zu tun? Anita Ferraris erläutert ein Verfahren, in dem die Schauspiellehrerin zur Therapeutin wird.

O-Ton (25) Ferraris:

Wende deine Aufmerksamkeit mehr nach innen und atme. Es ist ganz wichtig, dass wir tief ein- und ausatmen, weil durch den Atem kommen wir wieder in Verbindung mit uns selber. Das ist das Allererste, was ich jemandem raten würde. Ich glaube, es ist kein so leichter Weg, wieder zu den Tränen zurückzufinden. Aber er verspricht uns eine große Belohnung. Wir werden wieder ganz.

Musik: Rachmaninow, Klavierkonzert

Erzähler:

Menschen, die weinen können, sind nicht per se bessere Zeitgenossen. Aber dieses spezifisch menschliche Phänomen kann auch ein Hinweis auf unsere spirituellen Möglichkeiten sein, die uns mit der Schöpfung verbinden. In den Worten des französisch-rumänischen Denkers Emil Cioran:

Zitatorin:

Wenn einmal die Tränen ausgeweint sind, wird auch die Sehnsucht nach Gott enden.

Musik einblenden, darauf:

Titelsprecherin:

Die Gabe der Tränen – Weinen als spirituelles Geschenk

Sie hörten eine Sendung von Michael Reitz

Es sprachen: Romanus Fuhrmann und Sarah Hartl

Ton: Katrin Witt

Redaktion: Anne Winter

Regie: Roman Neumann

Das Manuskript der Sendung finden Sie im Internet bei rbbkultur. Sie können die „Lebenswelten“ auch als Podcast abonnieren unter rbb-online.de oder in der ARD-Audiothek.