

ELEMENT FÜR TRAUERFEIERN

Trauer-Tänzer tanzt das Leben

Musikalische Einlagen während einer Trauerfeier sind traditionell. Doch dem Verlust und Abschied kann man auch tänzerisch einen Ausdruck verleihen – wie, das zeigt Dr. Felix Grützner mit seinem Lebenstanz und rührt damit die Trauernden innerlich an.

Bereits im Alter von neun Jahren fing Felix Grützner an zu tanzen. Vom Tanz auf Trauerfeiern war er damals jedoch noch weit entfernt, dafür aber umso eifriger als katholischer Messdiener aktiv. So kam es, dass ihn sein Heimatpfarrer fragte, ob er denn nicht mal im Gottesdienst tanzen wolle. Das war in den 1980er Jahren in einem Pfingstgottesdienst – also noch nicht bei einer Begräbnisfeier. Diesem kreativen Element der Gottesdienstgestaltung blieb Grützner jedoch treu. „Damit kann man den Kirchenraum anders erleben“ unterstreicht der 55-Jährige.

Lebenstanz, kein Totentanz

Vor etwa 20 Jahren begann Grützner damit bei Totengedenktagen zu tanzen. Wie beispielsweise bei den zweimal jährlich stattfindenden Gedenkgottesdiensten der Ökumenischen Hospizbewegung und des Caritas-Hospizes in Düsseldorf-Garath. Dies kam durch den Kontakt mit der Pädagogin, Therapeutin und in der Hospiz-Szene bekannten Autorin Monika Müller zustande. So entstand eines Tages, unter anderem auch im Gespräch mit Fritz Roth, die Frage: Warum nicht auch bei Begräbnisfeiern tanzen? „Doch zuerst war das nur eine Idee, die ich nicht weiter verfolgt habe“, blickt Grützner zurück. Es ist schließlich etwas anderes in einem normalen Gottesdienst zu tanzen als bei einer Begräbnisfeier, erklärt er die zunächst anfängliche Zurückhaltung. Als dann aber der Vater seines besten Freundes gestorben war, traute sich der Lebenstänzer seiner Trauer im Tanz ▶

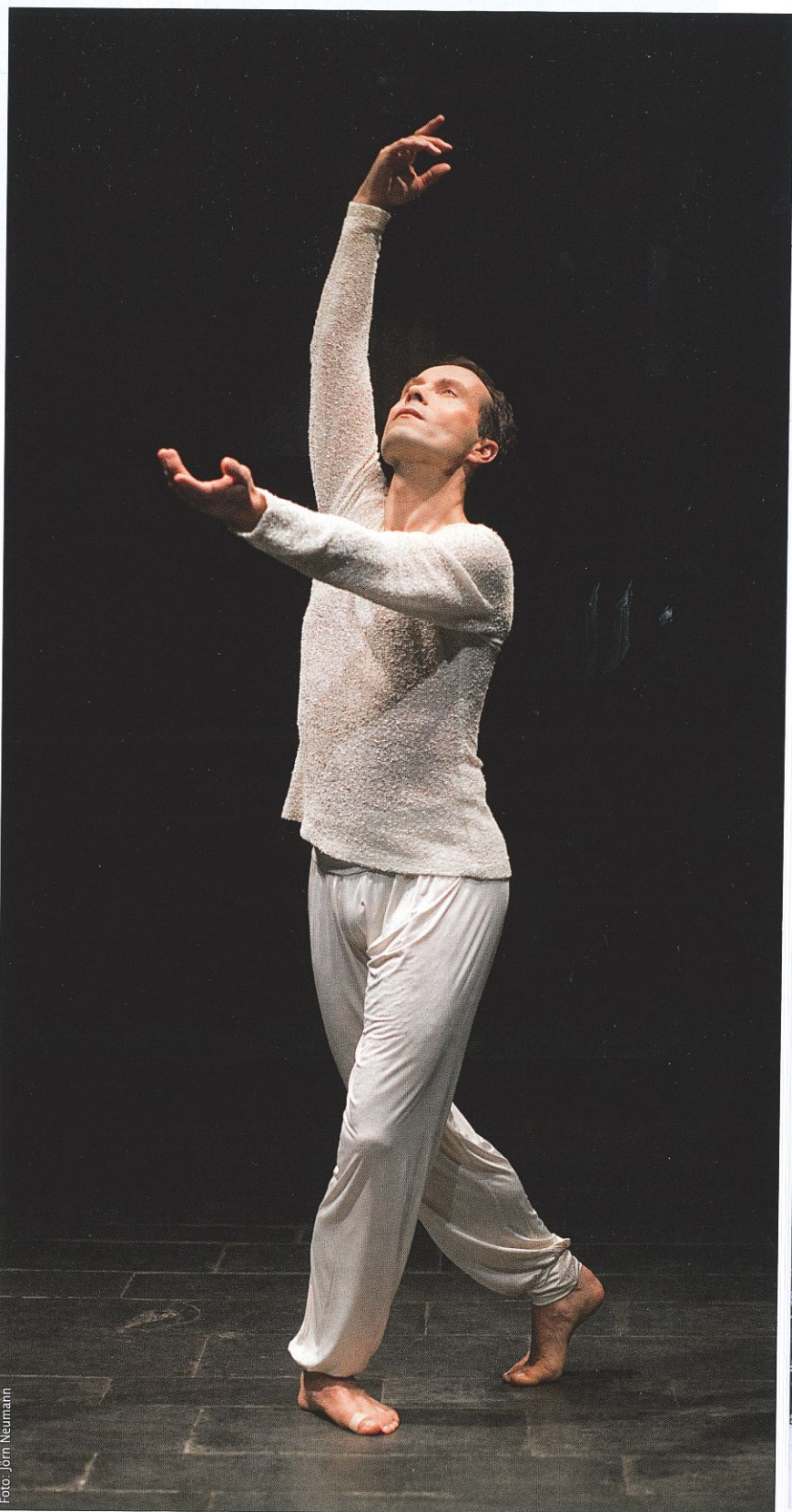
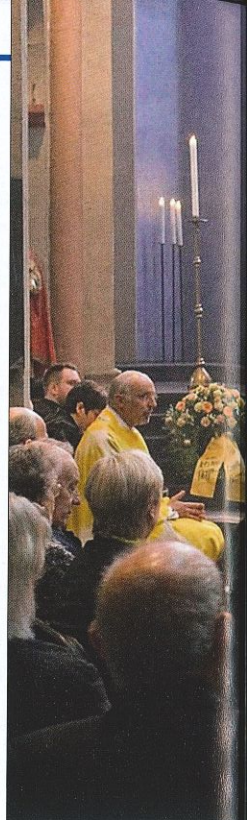


Foto: Jörn Neumann

Hoffnung: Der Blick zum Himmel steht für den Glauben an das ewige Leben.



Foto: Jörn Neumann



Vergänglichkeit: Gebeugt vor Trauer – eine Hand streicht über das Grab.

Ein Lebenstanz bei

► Ausdruck zu verleihen. Er erinnert sich noch gut an die kleine Kapelle des Seniorenheims, in der die Trauerfeier stattfand. Das war der Anfang danach kamen andere Menschen auf ihn zu.

Es geht um Emotionen

Bei seinen Einsätzen als Lebenstänzer auf Trauerfeiern geht es nicht darum pantomimisch die Lebensstationen des Verstorbenen darzustellen. Vielmehr versucht Grützner dabei das Wesen, den Charakter des Verstorbenen oder die bedeutenden Dinge, die ihm wichtig waren, auszudrücken. Das gelingt Grützner, der sich Lebenstänzer nennt, zum einen durch ausführliche Gespräche mit den Angehörigen. Manchmal aber auch einfach nur dadurch, dass bestimmte Bewegungen gewisse Emo-

tionen oder Erinnerungen in den Trauernden auslösen. „Auf einer Trauerfeier für eine 101-jährige habe ich mit der Hand über den Boden gestrichen, so wie man es vielleicht am Grab macht. Die Tochter der Verstorbenen rührte das sehr an, weil sie das an ihre Mutter erinnerte, die gerne bis zum Lebensende im Garten aktiv war.“ Bei der Trauerfeier bewirkt der Tanz ein gemeinschaftliches Erleben bei dem aber gleichzeitig jeder Einzelne ganz individuell berührt wird. Denn jeder interpretiert die Bewegungen ein wenig anders. Der Körper spricht sehr stark direkt – und drückt dabei manchmal viel mehr aus als viele Worte es könnten. Wir alle machen im Leben körperliche Erfahrungen, die sich durch tänzerische Bewegungen wieder ins Bewusstsein holen lassen.

„Mich selbst zurücknehmen, das ist mir wichtig“

Ganz wichtig ist es Grützner sich selbst zurückzunehmen, denn er sieht sich nicht als Selbstdarsteller. Vielmehr will er durch sein Talent versuchen, den Gefühlen Raum zu geben und sie nicht wegzudrücken nach dem Motto „Augen zu und durch“. Also wenn möglich, die Trauernden ein wenig aus ihrem Tief herauszuholen und ihnen eine Ahnung von Stärke, Kraft und Zuversicht zu vermitteln. Was vielleicht über Worte nicht erreicht werden kann, lässt sich mit dem Tanz ausdrücken.

„Persönlich ist es mir bei der Arbeit als Lebenstänzer auf einer Trauerfeier wichtig, durch meine äußerliche Bewegung jeden einzelnen in der Trauergemeinde in eine innere Bewegung zu versetzen und die unterschiedlichen Empfindungen wertzuschätzen – der Körper ist da ein ganz wunderbares Instrument, über das wir verfügen. Es ist sehr erfüllend, wenn es gelingt, Menschen über diesen Weg die Verbundenheit mit dem Verstorbenen auf andere Weise zu entdecken.“

Wichtig für das Gelingen ist, dass die Verantwortlichen der Trauerfeier also Seelsorger, Bestatter oder Trauerredner diese Form des Gestaltungselements auch mittragen. Das ist meistens der Fall, aber nicht immer. Einmal war ein Geistlicher

Zur Person

Dr. Felix Grützner ist Tänzer, Choreograph und promovierter Kunsthistoriker. Er wurde 1964 in Düsseldorf geboren und ist in Urdenbach aufgewachsen. Von daher verbindet ihn mit der Ökumenischen Hospizbewegung (ÖHB) Düsseldorf-Süd eine besondere Beziehung. Seit Anfang 2013 arbeitet er bei Alpha – Ansprechstelle im Rheinland zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung in Bonn. Darüber hinaus ist Dr. Grützner Kursleiter für Palliative Care und wissenschaftlicher Mitarbeiter am Lehrstuhl für Palliativmedizin der Universität Bonn. Als freier Trainer hält er Seminare für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter in der Hospizarbeit und Palliativversorgung mit den Schwerpunkten Körpersprache, Umgang mit Emotionen und Selbstsorge. Als „Lebenstänzer“ (www.lebenstaenzer.de) bringt er sich in Gottesdienste und Trauerfeiern tänzerisch mit ein. **CS**



einer Trauerfeier.

überhaupt nicht davon angetan und kam ganz bewusst erst nach dem Tanz in die Friedhofskapelle.

Ansonsten hat Grützner selbst bisher keine negativen Rückmeldungen bekommen. Oft kommt positives Feedback, selbst von Menschen, die keinerlei Erfahrung mit Tanz gemacht haben. Andere wiederum können das Erlebte einfach nicht in Worte fassen. Manchmal ist es aber auch so, dass Menschen in der Trauergemeinde nicht hinschauen, wenn Grützner tanzt. Ob dies aus Schmerz oder aus Protest – Tanz gehöre nicht in eine Trauerfeier – geschieht, vermag der Lebenstänzer nicht zu sagen. Er vermutet jedoch eher eine unbewusste Angst vor den möglicherweise intensiven Gefühlen, die durch den Tanz lebendig werden können.

Es sind sanfte, schlichte Bewegungen

Mit seiner schlichten, schwarzen, weißen oder grauen, eng anliegenden Kleidung steht Grützner bei Trauerfeiern oft unvermittelt mitten im Kirchenraum. Barfuß, um einen guten Halt zu haben aber auch um das „bloße Menschsein“ zu symbolisieren, wie er sagt. Er macht schlichte Bewegungen, die manchmal an ein Festhalten und nicht-Loslassen-Wollen erinnern, dem dann leere Hände folgen, die wie ein verzweifelt

rückbleiben wirken. Dann wieder sieht der Lebenstänzer suchend zum Boden, geht langsam in die Hocke und streicht sanft mit der Hand über den Boden. Das erinnert an den Satz, den der Priester bei der Beerdigung sagt: „Von der Erde bist du genommen und zur Erde kehrst du zurück. Der Herr aber wird dich auferwecken.“ Letzteres drückt Grützner mit seinem Blick aus, der nun vom Boden hinauf zur Decke gleitet. Daraufhin folgt eine Geste, mit der die Spanne vom Irdisch-Vergänglichen zum Spirituell-Jenseitigen ausgedrückt wird: Die Arme diagonal ausgebreitet, wobei eine Zeigefinger zeigt schräg nach unten, der andere schräg nach oben zeigt. Im Gesicht ein Ausdruck von Hoffnung und Zuversicht. Zum Schluss bringt der Tänzer beide Fingerspitzen vor der Brust zusammen, bis sie einander berühren. Ein Ausdruck für das menschliche Leben im Werden, Sein, Vergehen – und für die Unendlichkeit.

Diese und weitere Gestaltungselemente können zwischen drei bis fünf, maximal sieben Minuten dauern – manchmal ganz still oder auch mit musikalischer Untermalung. Ein solcher „Lebenstanz“ ist also eher kurz, dafür jedoch sehr intensiv. Manchmal gibt es mehrere tänzerische Teile in einer Trauerfeier. Beim Totengedenken im Hospiz ist das so. Da geht

es beim ersten Tanz mehr um die Trauer und den Schmerz über den Verlust, im zweiten dann um die Hoffnung und die Ahnung von einem guten Leben trotz und mit dem Verlust.

Es wird etwas Besonderes bleiben

Zum Standard wird der Tanz auf Trauerfeiern nicht werden, ist sich Grützner durchaus bewusst. Denn rückblickend erklärt er, dass er im Durchschnitt zwei bis dreimal pro Jahr so etwas macht. In der Familie Grützner ist diese Form der Trauerbewältigung schon etwas Selbstverständliches. „Bei der Vorbereitung für die Trauerfeier meines Vaters kam von meiner Schwester die Frage, ob ich denn auch dort tanzen würde. Woraufhin mein Bruder, Friedhofsgärtner und Florist, antwortete: ‚Warum nicht? Was ich mit den Blumen mache, macht Felix mit seinem Tanz.‘“ Mit dem Blick in die Zukunft erklärt der Lebenstänzer, dass er gerne damit weiter machen möchte.

Gleichzeitig verspürt er auch vor jedem Mal eine gewisse Aufregung. Kurz vor dem Beginn, möchte er am liebsten Weglaufen. Ähnlich geht es sicherlich auch Geistlichen und Trauerrednern: Wie kann man einen Ausdruck finden, um Sterben und Tod auch nur ansatzweise zu erfassen und die Trauernden nicht in ihrem Schmerz alleine zu lassen? „Wenn ich dann bei einer Trauerfeier oder einem Totengedenken tanze ergreift mich jedesmal ein Gefühl der Ehrfurcht. Tod und Sterben bleiben für uns Menschen letztlich unbegreiflich. Der Glaube an ein Leben im Jenseits kann da tröstlich sein.“

Christine Schonschek, Bad Ems

Weitere Infos

Viele seiner Erfahrungen mit Bewegung in der Trauer schildert der Lebenstänzer in einem Buch: *Trauer und Bewegung – Von der Kraft der Körperlichkeit* (Edition Leidfaden/ Basisqualifikation Trauerbegleitung) von Felix Grützner (Autor), Monika Müller (Series Editor), erschienen im Verlag Vandenhoeck & Ruprecht, 116 Seiten, mit 16 Abb., Paperback, ISBN 978-3-525-40616-8, 15 €. www.lebenstaenzer.de