

Wer tanzt, betet doppelt

Von Paulina Scheffzek

Ich tanze leidenschaftlich gerne Ballett. Ich liebe die fließenden Bewegungen, die hohe Körperspannung, ohne die nichts funktionieren würde und die Verbindung von Bewegung und Musik. Die Anspannung des Alltags fällt von mir ab und ich bekomme automatisch gute Laune. Primaballerina bin ich keine, für mich ist das ein Hobby, bei dem ich alles um mich herum vergessen kann.

Tänzerisch können Dinge ausgedrückt werden, die nur schwer in Worte gefasst werden können. Immer wieder erlebe ich, dass Menschen ihre Gefühle nicht formulieren können. Mich erschreckt das. Haben wir ohne Worte überhaupt noch Zugang zu unserem Innersten?

In letzter Zeit habe ich mich viel mit dem mittelalterlichen Kirchenlehrer Meister Eckhard beschäftigt. Er ist in seiner Spiritualität kein Fan großer Worte. Sein Ansatz ist es, loszulassen. Wir sollen frei werden von allen Äußerlichkeiten des Alltags - von all dem, was uns abhält davon, Gott zu begegnen. Wenn das so einfach wäre. Dann könnten wir die Herausforderungen des Alltags einfach beiseitelegen, ganz bei uns sein. Mit diesem Geheimrezept hätten Gefühle wie Missgunst oder Neid in unserer Welt keinen Platz mehr. Aber so einfach ist das nicht.

Beim Tanzen gelingt mir das ansatzweise. Ich kann loslassen. Dinge ausdrücken, die ich nicht in Worte fassen kann: Freude, Kummer oder Hoffnung. Dinge, die im Alltag vielleicht keinen Platz haben und für die ich keine Worte finde. Ein Zitat, welches auch aus der Zeit des Mittelalters stammt, lautet: „Wer singt, betet doppelt.“

Während der sprachliche Ausdruck eines Gebets völlig auf das Wort verweist, bringt die Musik zusätzlich etwas in uns zum Klingen. Sie verweist auf einen Teil in uns, der den Worten entzogen bleibt. Ich habe diesen Satz für mich umgedeutet: Wer tanzt, betet doppelt. Denn im Tanzen blitzt zusätzlich zu unseren Gedanken und Worten an einigen Stellen ein „Mehr“ auf. „Ich kann loslassen“, um es mit Meister Eckhard zu sagen.

Sicherlich ist es so, dass Worte das formen können, was wir denken und empfinden. Aber Worte allein reichen oftmals nicht. Es braucht an einigen Stellen andere, ergänzende Ausdrucksformen um vollständig äußern zu können, was wir wirklich meinen.

Meister Eckhard weist in seiner Theologie immer wieder darauf hin, wie wichtig es ist, zu uns selber zu finden, um über die Grenzen des Ichs hinauszugelangen und somit auf das zu schauen, was wirklich zählt. Probieren Sie es mal aus! Sie werden sehen: Tanzen kann Wunder wirken.