



Entspannung und Erlösung empfinden viele Hinterbliebene, wenn die Münchner Trauertänzerin Helga Seewann für ihren geliebten Verstorbenen tanzt.

WOLFGANG GEBHARD

Ein Tanz für die Trauernden

Wie eine Münchnerin mit ihrer Performance Hinterbliebenen hilft

VON INGRID GARDILL

Die ersten Herbstwinde wirbeln die Blätter über den Gehsteig. Helga Seewann schaut dem Treiben vor dem Pasinger Café versonnen zu. Dann lächelt sie und erzählt über ihre Arbeit, die so ungewöhnlich wie einzigartig ist. Helga Seewann ist Trauertänzerin. Ein Gespräch über Trauer, Tod und den persönlichen Umgang damit ist für die Münchnerin Alltag, tanzt sie doch seit fast zehn Jahren schon auf Trauerfeiern. Aber wie kommt man überhaupt zu so einem Job? Vorbilder gibt es jedenfalls wenige. Nur eine Handvoll Trauertänzerinnen gibt es in ganz Deutschland. Vielfältiger ist das Angebot im Hospizbereich, wo mit Offerten wie „Tanze deine Trauer“ zur gemeinsamen Bewältigung des Abschieds aufgerufen wird. Einer der bekanntesten Trauertänzer ist Felix Grützner in Bonn, der besondere Lebenssituationen begleitet, neben Bestattungen auch besondere Tage im Jahreskreis. Daher nennt er sich selbst einen Lebenstänzer.

„Es ist beeindruckend, Grützner bei seiner konzentrierten Performance zuzuschauen“, erzählt Helga Seewann. Doch habe sie als Frau eine andere Herangehensweise an das Thema Tod und Trauer. „Meine Bewegungen entwickle ich aus einem inneren Impuls heraus.“ Die Augen der Tänzerin funkeln, wenn sie über ihre Bewegungsarbeit berichtet, die sie bereits ihr Leben lang begleitet. Seewann kommt aus dem klassischen Ballett, hat über den japanischen Butoh zum Ausdruckstanz gefunden und 20 Jahre lang an einer Schauspielschule Menschen fit für die Bühne gemacht. Ebenso gehören Leiden, Krankheit und Sterben seit der Kindheit zum Alltag. Die



Helga Seewann wurde durch persönliche Schicksalsschläge zur Trauertänzerin. WOLFGANG GEBHARD

schwer kranke Mutter, das Bangen um das Überleben ihres Bruders, schließlich der Verlust beider, diese Schicksale haben ihr Leben geprägt. Wenig überraschend, dass der Impuls zur Trauertänzerin aus dem persönlichen Erleben heraus entstand: Die überstürzt gebuchte, völlig unpersönliche Trauerfeier für ihre verstorbene Mutter setzte sie zutiefst. Erst ein gutes halbes Jahr später, als sie während eines Seminars am Meer eine verlassene Kapelle entdeckte und dem dringenden Wunsch nachgab, darin zu tanzen, konnte sie den Verlust verarbeiten. Im Tanz trat sie endlich mit ihrer Mutter in Kontakt und verließ ihren Trauer Ausdruck. Da wusste sie, dass sie ihre Berufung gefunden hatte. Helga Seewann führt im Tanz Menschen durch Schmerz und Trauer. Sie drückt mit ih-

rem Körper Unsagbares aus. Tiefgreifende Verluste machen trauernde Hinterbliebene zunächst sprachlos und sie sind mit dem Schmerz in sich gefangen. „Mit der Bewegung kann wieder etwas ins Fließen kommen“, bekräftigt die Tänzerin, „es ist wie eine Öffnung des Herzens, die dadurch entsteht“.

Häufig erlebt sie dann auch, dass Angehörige zu weinen beginnen, während sie tanzt und dies wie eine Erlösung empfinden. Durchatmen ist wieder möglich, der Körper entspannt sich, es kommt eine neue Energie ins Fließen, die dabei helfen kann, Ungeklärtes, alte Wunden und Dissonanzen zuzulassen und dem Ganzen mehr Raum zu geben. Manchmal geht es sogar noch darüber hinaus und die Angehörigen können ihre Verstorbenen regelrecht sehen und spüren. Plötzlich entsteht wieder eine Verbindung, die vielleicht zuvor abgerissen war. Helga Seewann freut sich, dass sie hier Mittlerin sein darf.

Doch wie gelingt es, die Trauernden dort abzuholen, wo es ihnen guttut? „In den vielfachen Phasen der Trauerbewältigung leiste ich den Beitrag für vielleicht eine Facette. Aber das ist schon recht viel. Und die Menschen sind dankbar dafür.“

Konkret geht ein Besuch voraus, in dem Helga Seewann das Umfeld des Verstorbenen kennenlernt und ein Gespräch mit den Hinterbliebenen führt. Dabei treten fast immer persönliche Dinge zu Tage, die etwas vom Wesen des geliebten Menschen offenbaren. So geschieht ein Annäherungsprozess, der begleitet wird von den Liebsten für Kleidung, Musik, Literatur und dem, was man später auch für die Trauerfeier mit einbringen möchte. Helga Seewann greift die Wünsche der Trauernden auf

und hilft ihnen bei Entscheidungen, die ihnen oft schwerfallen. Aus diesen Eindrücken, Erfahrungen und Emotionen heraus entwickelt sie schließlich eine persönlich zugeschnittene Choreografie, die über etwa 10 Minuten geht, und gestaltet ihr Stück dazu. Dieser Prozess dauert etwa eine Woche. Die überwältigende Resonanz derer, die so mutig sind und dieses besondere Format erproben, gibt dem intuitiv geprägten Ansatz der Tänzerin Recht. Die Nachfrage ist zeitweise groß und muss neben dem professionellen Betreiben ihres Bewegungsstudios bewältigt werden. Konfessionslos aufgewachsen, doch permanent mit vielen Religionen in Berührung, lebte Helga Seewann lange Zeit in einer streng katholisch orientierten Pflegefamilie und ist mit christlichen Riten sehr

sik verbindet, sondern sie wurde im Frühjahr auch von der Stadtgalerie Saarbrücken eingeladen, um zur Ausstellung „Das letzte Bild – Ansichten vom Tod in der zeitgenössischen Kunst“ zu tanzen.

Dem Münchner NSU-Opfer Theodoros Boulgarides widmete sie im Rahmen des künstlerischen Programms der „westendstudios 14“ einen Trauertanz in der Paulskirche an der Theresienwiese. In diesem Sommer tanzte sie schließlich auf Einladung des Kunstkreises Gräfelfing in der Langen Nacht der Kirchen während der viel beachteten Ausstellung „Glaube – Liebe – Hoffnung“ für Prof. Kurt Huber, einen der Widerstandskämpfer in der Weiße-Rose-Gruppe, der in Gräfelfing lebte und vor 75 Jahren von den Nazis hingerichtet wurde. Der Kontakt zu Wolfgang Huber, seinem Sohn, machte die ergreifende Arbeit überhaupt erst möglich.

Seit einiger Zeit engagiert sich Helga Seewann außerdem dafür, die Themen Tod und Sterben mehr in den Alltag zu integrieren. Daher bietet sie von Zeit zu Zeit auch ein „Death Café“ an, in dem man ungezwungen über solche existenziellen Dinge sprechen kann, das nächste Mal bereits in zwei Wochen (siehe Kasten). Hier erfährt man dann auch ganz bodenständige Dinge, wie wichtig es beispielsweise ist, nach einer Beerdigung etwas Gutes und Nahrhaftes zu essen – im Zuge des traditionellen Leichenschmauses bekommt man Seewann zufolge die nötige Erdung zurück. Dabei ist auch die Geselligkeit wesentlich, damit der Verstorbene in den Gesprächen wieder lebendig werden kann. „Hier wird meistens zum ersten Mal wieder gelacht. Das tut den Trauernden gut“, ist Helga Seewann überzeugt.

ADRESSEN & TERMINE

>> Trauertanz
Kontakt: Helga Seewann, Tel.: 089 / 272 49 06; E-Mail: post@helgaseewann.de; Internet: www.helgaseewann.de

>> Death Café
Nächster Termin des Death Cafés am 16. November um 19 Uhr im Café Clara, Isabellastraße 8, 80798 München.

vertraut. Ihre überkonfessionelle Offenheit und Akzeptanz hilft ihr dabei, den Tanz während der Trauerfeiern entsprechend zu gestalten. Sie hat bisher neben Kirchen, Aussegnungshallen und Abschiedsräumen, vielfach auch auf öffentlichen Plätzen getanzt. Nicht nur in der sakralen Kunst-Szene ist sie unterwegs, wo sie Tanzperformances mit experimenteller Mu-

GEDICHTE

STEFAN GEORGE

Komm in den totgesagten Park

*Komm in den totgesagten Park und schau:
Der Schimmer ferner lächelnder Gestade,
Der reinen Wolken unverhofftes Blau
Erhellte die Weiher und die bunten Pfade.
Dort nimm das tiefe Gelb – das weiche Grau
Von Birken und von Buchs – der Wind ist lau.
Die späten Rosen welkten noch nicht ganz,
Erlese küsse sie und flicht den Kranz.
Vergiss auch diese letzten Astern nicht
Den Purpur um die Ranken wilder Reben
Und auch was übrig blieb von grünem Leben
Verwinde leicht im herbstlichen Gesicht.*

Stefan George ist ein deutscher Dichter und Lyriker des Symbolismus und der späteren Neuromantik. George vertrat schon früh die Auffassung, dass Kunst nur für die Kunst da sei. Seine Dichtungen entzog er jeder Zweckgebundenheit und Profanierung. Ab dem Jahr 1907 wurde Stefan George zum pessimistischen Propheten, der die Verflachung und Gewalt bekämpfte.



Stefan George

geb.: 12. Juli 1868 in Budesheim bei Bingen am Rhein;
gest.: 4. Dezember 1933 in Minusio bei Locarno.

LESERGEDICHT

Herbst

*Schüttst deinen Farbeneimer
über Wald und Flur
und mit feinen Pinselstrichen
färbst du die Natur.
Aus Grün wird Rot und Gelb und Braun,
faszinierend anzuschauen.
Der Herbstwald strahlt im bunten Kleid
bis das Laub im Winde treibt.*

*Kinder sammeln die Kastanien,
die wie kleine Stacheligel,
vielfach auf dem Boden liegen.
Hagebutte, Berberitze,
in der Sonne wunderschön,
eure leuchtend rote Farbe,
die wird keiner überseh'n.*

*Holunder, Schlehe tragen Früchte,
blaue Beeren, prall und rund.
Dieser Saft, der hält uns Menschen,
übern ganzen Winter g'sund.
Äpfel, Zwetschgen, Birnen, Trauben,
lassen uns schwelgen im Genuss.
Herbst, du schenkst im Überfluss!*

*Ist die Ernte dann vorüber,
beginnt ganz sacht die stille Zeit.
Die Natur, die macht sich langsam,
für den Winterschlaf bereit.
Braucht jetzt Ruhe, sammelt Kraft,
bis nach einer kleinen Weile,
neues Leben wieder erwacht.*

*Manchmal stell ich mir die Frage:
Ist uns Menschen wirklich klar,
welches Wunder wir erleben,
Jahr für Jahr.*



Gaby Wessely

lebt in Fischbachau.

MACHEN SIE MIT!

Wir veröffentlichen an dieser Stelle jede Woche ein Lesergedicht. Schicken Sie uns Ihre Verse mit Ihrem Foto, einem kurzen Lebenslauf und Adresse an: Münchner Merkur, Journal-Redaktion, Paul-Heyse-Straße 2-4, 80336 München. Oder per E-Mail an: mbusch@merkur.de