

Die Freiheit des Narren in uns

Inneren Figuren Spielraum geben

"Der Narr lehrt uns,
daß wir immer mehrere "Selbste" in der Welt ausdrücken,
nicht nur ein einziges."

(Carol S. Pearson)

Wir haben viele Seiten und Personen in uns, die wir oft kaum bemerken. Die angehende Psychologin und Schauspielerin Turid Müller bietet in ihrer Theaterwerkstatt jedem die Möglichkeit, unser unbekanntes Selbst auszudrücken und zu erkennen

Wer bin ich?

Diese Frage haben wir uns vermutlich alle schon mal gestellt. Sie mag profan klingen: Wir alle wissen doch mehr oder weniger, wer wir sind, oder? Wir haben einen Personalausweis, schreiben für Bewerbungen möglichst vorteilhafte Lebensläufe und stellen in Online-Foren unser Profil aus. Ein Mensch hat von sich und seinen Mitmenschen ein Bild im Kopf: „Ich bin eine Frau, bin natürlich, familienorientiert, kein 0/8/15-Typ, nicht aggressiv, alles andere als faul...“ Aber: Sind diese mehr oder weniger akzeptierten Rahmen-Daten und Eigenschaften wirklich „ich“? Ist die Person, die aus meinen Augen schaut, damit ausreichend charakterisiert?

Die amerikanische Psychologin Carol S. Pearson sieht den Archetyp des Narren als eine Schlüsselfigur: "Außer in kurzen, transzendenten Augenblicken der Einheit lebt jeder von uns mit innerer - oft nicht einmal integrierter - Pluralität. Wir können dies, weil wir im Allgemeinen das Wissen von den nicht zu unserem Selbstbild passenden Teilen verdrängen. Oder wir machen uns an

Selbstverbesserungsprojekte, damit sie passend werden. Aber es gehört zum Menschsein, dass wir im Leben immer Pluralität erleben: Verschiedene Teile von uns wollen verschiedene Dinge. Der Narr lehrt uns, dies nicht mehr zu leugnen, sondern zu genießen."

Im Alltag vernachlässigen wir nur allzu oft Seiten von uns, die nicht ganz konform sind mit dem Bild, das wir von uns haben: Gegensätzliche Kräfte, die sich zu widersprechen scheinen, werden oft nur – wenn überhaupt – als „ich weiß nicht“ oder Entscheidungsschwierigkeit erkannt, nicht aber als konträre Meinungen zweier Teilpersönlichkeiten. Unser Schatten wird auf die Außenwelt projiziert, und ebenso wird leider auch ein großer Teil unseres Potentials an andere delegiert. Vernachlässigte Persönlichkeitsanteile hinterlassen bestenfalls ein Gefühl der Leere. Nicht ausgedrückte oder sogar unbewusste Emotionen können aber auch zu inneren und äußeren Konflikten, Lebenslügen, schweren Krisen, psychischen oder auch somatischen Krankheiten führen.

Narr und König

Archetypisch gesehen bilden Narr und König ein Paar: Die Aufgabe des Königs besteht darin, für Ordnung zu sorgen, wodurch bestimmte Kräfte im Königreich ausgeschlossen werden. Der Narr verkörpert das Prinzip der Ganzheit: Er schafft Gleichgewicht, indem er Kontakt zu diesen ausgeschlossenen Qualitäten herstellt, und indem er den König spiegelt, in Frage stellt und herausfordert.

Der Archetyp des Narren steht für das Wissen um diese vielen Personen, die in uns wohnen: Er ermuntert uns, sie auszudrücken – ob schön oder hässlich spielt dabei für ihn keine Rolle. Auch die so genannten negativen Teile des Lebens kann er genießen. Er erinnert uns daran, spielerisch mit ihnen umzugehen, jeden Augenblick zu genießen und alles nicht zu ernst zu nehmen.

Analog kann man von einem ordnenden Prinzip in unserer Psyche sprechen, das – wie im archetypischen Beispiel der König – auf Kosten

bestimmter Anteile Ordnung schafft. Dadurch geht ein Stück Ganzheit verloren, die ein spielerischer Teil der Seele wieder erschließen kann.

Gerade in unserer heutigen Zeit, in der ein einheitliches und prägnantes Image von uns allen gefordert wird, in der viele von uns sich täglich auf dem Markt anbieten müssen, sich dem Kunden oder dem Arbeitgeber schmackhaft machen müssen, ist es wichtig, nicht aus den Augen zu verlieren, dass wir mehr sind als unser Profil. Es ist wichtig, delegierte Fähigkeiten als unsere eigenen zu erkennen, Projektionen von unseren Mitmenschen zu nehmen, Gefühle wahrzunehmen, die wir uns vielleicht bisher selbst kaum eingestanden haben, und uns auszudrücken – mit all unseren Facetten.

"Langsam, aber sicher, entdecken wir, dass wir nicht die Erfolgsleiter zu erklimmen brauchen, um glücklich zu sein; wir brauchen nur ganz wir selbst zu sein. (...) Der [Narr](#) reagiert auf die Pluralität im Innern nicht durch Leiden, sondern indem er die gegensätzlichen Teile der Psyche miteinander tanzen lässt. Ob die Musik der Seele misstönend oder harmonisch, der Tanz schön oder schrecklich ist, interessiert ihn nicht. Ihm ist nur der Tanz wichtig." (C.S. Pearson)

Die Bühne

Ein guter Ort dafür ist die Bühne. Die Ordnung, die der König in unserem Leben anstrebt, hat ja zum Teil auch ihren Sinn. Auf der Bühne darf diese Ordnung allerdings nach Herzenslust durcheinander gebracht werden: Hier kann Neues ausprobiert und Altes abgelegt werden. Hier darf sein, was wir uns sonst nie zugestehen. Hier gibt es keine Zensur. Hier kann der Narr den Tanz aller Selbste tanzen: ob schön oder hässlich – egal: Ein verliebtes Mauerblümchen oder vielleicht ein ängstlicher Alleskönner? Das ewig liebe Mädchen auf dem Weg zu einem richtigen Wut-Ausbruch. Eingespernte Prinzen und Heldinnen des Alltags. Traurige Kinder, unnachgiebige Kritiker und innere Schweinehunde aller Art mit unerhörten, aber vor allem ungehörten Botschaften. Jede innere Person ist eingeladen, sich auf der Bühne vorzustellen.

Ich möchte in meinen Theater-Kursen einen Raum öffnen, um die Qualität des Narren zu entfalten. Als Theater-Technik wurde diese Methode, welche die natürliche Kreativität in jedem befreien und kultivieren kann, von Franki Anderson entwickelt. Diese Arbeit hat mich in meinem privaten Leben und in meinem künstlerischen Werdegang sehr geprägt. Sie ist Grundlage für alle Kurse, die ich gebe, für alles, was ich spiele, für meine Art und Weise, die Welt zu betrachten. Gerade für eine Schauspielerin ist es wichtig, alle Farben des Mensch-Seins zu kennen und für das Spiel zur Verfügung zu haben. Aber spielen kann ich nur, was ich akzeptiere, und auch im Leben habe ich nur Zugang zu den Seiten, die ich wertschätzen kann.

Die Kurse, die ich anbiete, schaffen Spielraum für den Narren in jedem von uns – ob professioneller Schauspieler, Theater begeisterter Hobby-Spieler oder an Selbsterfahrung interessierter Lebenskünstler: Die Bühnenerfahrungen mit den vielen Bewohnern der eigenen Seele fördern die Kreativität und erweitern – nicht nur auf der Bühne, sondern auch im Leben – den Spielraum.

Turid Müller ist Leiterin der Theaterwerkstatt Ludi, arbeitet als Schauspielerin, moderne Närrin und „foolish Facilitator“. Auf ihrem Weg hat sie sich mit vielen verschiedenen Bereichen beschäftigt: Von Tanz über Clown, Musik, Archetypen, gewaltfreie Kommunikation, Aktionstheater, Kindertheater, Puppenspiel bis hin zu Schauspiel und Improvisationstheater. Alle diese Erfahrungen fließen in ihre Arbeit mit ein. In ihren Kursen und bei ihrer Regie-Arbeit legt sie besonderen Wert darauf, einen sicheren Raum und eine Atmosphäre zu schaffen, in der die natürliche Kreativität in jedem Menschen befreit und gefördert werden kann.

Info: www.theaterwerkstatt-ludi.de, Tel: 040/21909869

Buchtipps

Carol S. Pearson: Die Geburt des Helden in uns. Transformation durch die 12 Archetypen. 512 S. Droemer-Knauer (vergriffen, über amazon) € 40,00

Robert Stamboliev: Den Energien eine Stimme geben. 100 S., TB, Synthesis, € 10,00

Artho St. Wittemann: Die Intelligenz der Psyche. 277 S., geb., Kösel, € 22,50