



Gemeinschaftsraum statt Poetry-Slam-Bühne. Das Publikum Im Altenheim der Inneren Mission Bremen ist nicht mehr jung, aber begeistert.

Im Rhythmus der Worte

Text **Henning Bleyl**
Foto **Miguel Ferraz**

Lars Ruppel, einer der angesagtesten deutschen Poetry Slammer, verbringt viel Zeit in Altenpflegeheimen. Wenn er dementen Menschen Gedichte vorträgt, weckt er längst vergessene Erinnerungen und Lebensfreude.

Herr Stein (Namen der Senioren von der Redaktion geändert) hat sich aus seinem Rollstuhl erhoben. Er will Lars Ruppel zum Abschied kräftig die Hand schütteln. Frau Lau lächelt. Eine Stunde zuvor saßen beide noch mit teilnahmslosem Blick in der Runde. Dazwischen liegen 60 Minuten Poesie, in denen Lars Ruppel die Wirksamkeit der „Alzpoetry“ bewiesen hat: Statt medizinischer Therapien oder Medikamente nutzt er die Macht der Worte, dargereicht in Gestalt gereimter Gedichte, um demente Menschen in Kontakt mit ihrer Lebensenergie zu bringen. Ruppel selbst spricht von „Weckworten“, in den USA ist dieses Konzept als „Alzpoetry“ bekannt.

„Ich weiß nicht, was soll es bedeuten, dass ich so traurig bin. Ein Märchen aus uralten Zeiten, das kommt mir nicht aus dem Sinn.“ Lars Ruppel beginnt seinen Vortrag im Altenpflegeheim der Inneren Mission Bremen mit Heinrich Heines „Loreley“. Alzheimer als besonders verbreitete Form von Demenz zerstört zunächst das Kurzzeitgedächtnis, schafft Desorientierung, erfasst aber erst in späteren Stadien die älteren Erinnerungsschichten. Und die werden bei Frau Lau offenkundig gerade aktiviert: Ihre Lippen bewegen sich lautlos, aber lebhaft, als Ruppel die gereimte Mär von der schönen Loreley klangvoll und gestenreich vorträgt.

Lars Ruppel kann so etwas. Er ist preisgekrönter Rezitator. Allerdings unterhält der 27-Jährige sonst ein erheblich jüngeres Publikum – als „Poetry Slammer“. Poetry Slams sind Wettbewerbe, bei denen die Vortragenden Jury und Publikum mit ihrer Poesie für sich gewinnen müssen, was Ruppel mit seinen eigenen Texten in der Regel rasch gelingt. Bei seiner Seniorenarbeit setzt er hingegen auf Klassiker. Für die heutige Generation der Alten bedeutet das nicht nur Heine oder Goethe, sondern auch Hanns Dieter Hüsch oder Heinz Erhardt: „Das Reh springt hoch, das Reh springt weit, warum auch nicht, es hat ja Zeit“, deklamiert Ruppel jetzt. Er wiederholt die Zeile ein ums andere Mal, geht nacheinander auf jeden, der im Kreis sitzenden alten Menschen zu, fasst sie an den Händen, schwingt diese im Rhythmus der Worte – und hat so nach einer Weile den gesamten Kreis in Bewegung versetzt. Zwischen den alten Menschen sitzen Mitarbeiter und Angehörige, denen das Gedicht hören und -aufsagen zuvor meist ebenso fern lag wie den Betreuten.

Lars Ruppels Poesie-Sessions sind zugleich Fortbildung – und Leseförderung. Als langjähriger Workshopleiter der „Stiftung Lesen“ hat er gute Kontakte zu Schulen. Oft geht er mit ganzen Klassen der Mittel- und Oberstufe in die Altenheime. Zuvor trainiert er mit den



Pro Jahr führt Lars Ruppel 150 Poesie-Sessions in Altenheimen durch.

Jugendlichen, wie man sich Gedichte mit Hilfe von Gestik und Mimik aneignet. Hier und heute jedoch geht es nicht um den Brückenschlag zwischen den Generationen. Im Altenpflegeheim der Inneren Mission haben sich interessierte Angehörige und Pfleger versammelt. Ruppel bereitet die Gruppe intensiv auf ihren Einsatz mit den später dazukommenden alten Menschen vor. Aus Perspektive dementer Menschen sei unsere Kommunikation „wie ein ICE, der mit Rückenwind bergab fährt“, sagt er. Und mahnt: „Wir müssen rostige Fahrräder sein.“

Zunächst aber müssen sich die Teilnehmer für einen Text entscheiden. Ruppel weiß aus eigener Erfahrung, wie behutsam man mit der Macht der Worte umgehen muss: Als er zu Beginn seiner Laufbahn als Alzpoet Rilkes „Herbsttag“ mit den Worten: „Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben“ – einer alten Dame zugewandt rezitierte, sei diese weinend zusammengebrochen. Und Eichendorffs „Mondnacht“? Die sei zwar „melancholisch, aber nicht traurig“, betont Ruppel – somit geeignet, um Menschen emotional aufzuwecken. →

Ansonsten sind Ruppels Regeln für die Auswahl der Gedichte überschaubar: Sie sollen eine positive Grundstimmung haben, zur Jahreszeit passen und bekannt sein. Letzteres ist allerdings nicht zwingend. Die anregende Wirkung der Poesie basiert keineswegs nur auf der Aktivierung älterer Erinnerungsschichten, Gedichte können noch mehr: Der Rhythmus der Silben und Worte ermöglicht das Einschwingen der Teilnehmer in eine gemeinsame Bewegung, ihr emotionaler Gehalt kann sich auch unabhängig von konkreten Wortbedeutungen vermitteln. Wenn die Wörter vergessen sind, helfen Gefühle.

„Wir können Menschen damit natürlich nicht heilen, aber wir können ihnen eine gute Zeit bereiten.“

Lars Ruppel versteht es, seine Zuhörer mitzureißen. Dazu gehören auch Mimik und Gestik.



Die anregende Wirkung der „Weckworte“ ist offensichtlich.

Das Konzept der Alzpoetry wurde vor etwa zehn Jahren von Gary Glazner in einem New Yorker Altenheim entwickelt. In den USA ist Alzpoetry mittlerweile zu einer Bewegung mit derzeit 800 Aktiven geworden, in Deutschland kam sie 2007 an: Ruppel besuchte einen Workshop von Glazner und war sofort entflammt. Seine Begeisterung hält unvermindert an: Über 150 Poesie-Sessions pro Jahr hält Ruppel in Altenheimen ab. Wenn zuvor in sich versunkene Menschen „aufwachen“, seien das manchmal nur kurze Momente, sagt Ruppel – „aber wenn die da sind, machen sie mir eine Gänsehaut.“

Dass ausgerechnet Poesie, also eine fantasievolle Verfremdung der Wirklichkeit, Menschen zu einem verbesserten Realitätsbezug verhelfen kann, klingt zunächst widersprüchlich. Doch die moderne Hirnforschung bestätigt, dass das Aktivieren tief abgelegter Wort-Erinnerungen – und dazu gehören in der Kindheit gelernte Reime und Gedichte in besonderem Maße – zugleich die Persönlichkeitsstrukturen stärkt: Welcher Mensch man war, als man diese Gedichte erlernte, wird im Erinnern jener Verse wieder ein Stück präsent.

Im Bremer Stuhlkreis ist der Funke übergesprungen. „Ich bin die wilde Hilde“, ruft und reimt eine ältere Dame. Ruppel kontert umgehend: „Und ich bin Lars vom Mars!“ und leitet zum nächsten Gedicht über. Seine Fröhlichkeit und Zugewandtheit stecken an. „Du Schlingelingeling!“, wirft jetzt „die wilde Hilde“ ein, aber Ruppel behält auch die Zurückhaltenderen im Blick. „Ich mache nicht den Clown für Leute, die offensichtlich traurig sind“, betont er. Die Balance zwischen dem Temperament eines Motivationstrainers und der Sensibilität eines aufmerksamen Beobachters immer wieder neu zu finden, sei „eine feine Gratwanderung“.

Gesang, vielleicht auch Gedichte, gehören trotz des hohen Pflege-drucks zumindest in manchen Altenwohnanlagen gelegentlich zum Alltag. Ohne, dass das als explizit therapeutischer Ansatz begriffen würde. Aber wenn ein Profidichter und Performer wie Ruppel in die Gemeinschaftsräume kommt, ist das Aktivierungspotenzial doch ein anderes. Es ist ein Glücksfall, dass sich jemand wie Ruppel in der



Voller Energie. Der Funke ist rasch übersprungen.



Wie ausgewechselt. Eine Teilnehmerin nach 60 Minuten Poesie.

Zum Weiterlesen

Flavia Neubauer und Kim de Groot: Auf den Flügeln der Kunst.

Ein Handbuch zur künstlerisch-kulturellen Praxis mit Menschen mit Demenz, kopaed Verlag 2012, 16,80 Euro

Jennie Powell, Hilfen zur Kommunikation bei Demenz,

Kuratorium Deutsche Altershilfe 2002. Kostenloser Download unter www.kda.de

Gary Glazner: Sparking Memories, Anthologie zum Alzheimer Poetry Project (in englischer Sprache), 18,95 US-Dollar Internetversand

Lars Ruppel: Larubel Trilogie, Lektora-Verlag 2009, 15 Euro

Inneren Mission engagiert: Wer gewohnt ist, auf großen „Poetry Battles“, den modernen Dichter-Wettkämpfen, alles zu geben, um die Menschen mitzureißen, der scheut auch vor anfänglicher Teilnahmslosigkeit nicht zurück. Ruppel nutzt bei Menschen mit Demenz dieselbe Energie, das Durchdringenwollen, mit dem er zahlreiche Preise wie etwa den WDR-Poetry-Slam mehrfach abräumte: „In fünf Minuten muss man sie haben.“ So etwas sagt ein überzeugter Optimist. Schließlich sei es „nie zu spät, noch etwas Neues zu lernen, auch für Demenzkranke nicht.“ Ruppel empfiehlt das Anlegen eines systematischen Verzeichnisses für jeden dementen Bewohner: „Wir können Menschen damit natürlich nicht heilen, aber wir können ihnen eine gute Zeit bereiten.“

Das bestätigt auch ein Forschungsprojekt, das fünf britische Universitäten kürzlich durchführten. Man wollte herausfinden, inwieweit kreative Erinnerungsarbeit, also auch das Aufsagen bekannter Reimgedichte, einen nachweisbaren Effekt auf Gefühl und Erinnerungsvermögen dementer Menschen hat. Es stellte sich heraus, dass die Demenzen sich selbst – so weit sie können – durchaus eine Zunahme an Lebensqualität attestierten. Allerdings wurde auch deutlich, dass es nicht immer leicht ist, medizinische Standards an die Analyse und Bewertung von Projekten aus dem künstlerischen Bereich zu stellen. Doch es gibt auch hierzulande Ansätze, sich diesem Thema wissenschaftlich zu nähern. Anfang des Jahres wurde im Auftrag des Bundesbildungsministeriums vom Remscheider Institut für Bildung und Kultur das erste Handbuch zur künstlerisch-kulturellen Praxis bei Menschen mit Demenz herausgebracht.

„Wenn die Wörter vergessen sind, helfen Gefühle.“

Noch wichtiger als der wissenschaftliche Nachweis über die Wirksamkeit von Alzpoetry sei laut Kim de Groot, dem Herausgeber des Handbuchs, das Entkommen aus der Isolation über kulturelle Teilhabe. Umgekehrt helfen solche Projekte der Gesellschaft, Menschen mit Demenz als Personen wahrzunehmen, die über eine reiche Lebensgeschichte und über kreatives Potenzial verfügen. Im Bremer Altenpflegeheim ist die Wirkungsfrage ohnehin beantwortet: Herr Stein ist aufgestanden, Frau Lau lächelt. ←