

# Erika Pluhar

Kammerschauspielerin, Sängerin, Autorin, Filmerin

P assend zu meiner Interviewpartnerin schreibe ich das Gespräch mit ihr mit Blick auf das Burgtheater nieder. Ganz in der Nähe von hier sagte einst Erika Pluhars Großmutter mit Blick auf das nach dem Krieg in Brettern und Planken gehüllte Burgtheater feierlich zu ihr: „*Das war das Burgtheater.*“ Die Theaterbegeisterung ihrer großen Oma, wie sie sie nennt, haben in ihr als Kind bereits Wurzeln geschlagen. Dies erzählt sie mir in ihrem Haus in Grinzing, wo ich diese faszinierende Frau einen Nachmittag lang erleben durfte. Schon aus ihren Büchern und ihrem Wirken in der Öffentlichkeit vermutete ich eine Persönlichkeit, die sich nicht verbiegen lässt und sagt, was sie denkt. Ich erlebe hier eine Atmosphäre der Natürlichkeit und Wertschätzung. Ihr Hund begrüßt mich freudig, wodurch mein Eindruck noch verstärkt wird.



**„Menschen haben ein großes Bedürfnis nach Dingen, die sie in ihrem Innersten berühren.“**

Im persönlichen Gespräch überwältigen mich ihre strahlenden Augen. Vor mir sitzt eine Frau, die weibliche Kraft ausstrahlt. *„Ich bin zu Beginn des Zweiten Weltkrieges geboren. Er bescherte mir meine ersten Kindheitseindrücke. Ich spürte dadurch umso stärker die Freude und Lust im Frieden danach.“* Sie erzählt, dass Lernendürfen für sie immer etwas Schönes war und das ein Leben lang. Sie war immer neugierig zu lernen, auch menschlich. Statt der Einstellung „man ist eben so“ hat sie für sich den Grundsatz „sich lernend verändern“ gewählt.

In diesem Zusammenhang erwähnt sie auch ihre religiöse Erziehung. *„Ich lehne jeden Fundamentalismus zutiefst ab. Was mich bestimmt hat, war der Satz ‚Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst.‘“* Auch die tiefe Freundschaft zu einem Dominikanerpater hat sie sehr geprägt, über die sie auch in ihrer Autobiographie „Am Ende des Gartens“ geschrieben hat.

*„Bei meiner Kommunion habe ich so verzückt geblickt, dass meine Umgebung um mich besorgt war“,* fährt sie lächelnd fort. *„Ich habe mich immer*

*einer höheren Instanz gegenüber verantwortlich gefühlt, mich verpflichtet gefühlt, Antworten dem Leben zu geben, die meinem Wesen und meinen Fähigkeiten entsprechen. In mir gab es immer etwas wie eine Sinnsuche.“*

*„Ich hatte ein mir liebevoll zuträgliches Elternhaus, meine Eltern haben mich stets freigelassen. Sie hatten auch nicht viel Grund, sich aufzuregen. Ich hatte in der Schule einen Vorzug, wurde schnell ans Burgtheater engagiert. Sie haben mich wie Löwen verteidigt und sehr an mich geglaubt. Sie sagten nie etwas wie ‚Du sandelst da herum‘. Falls sie geheime Zweifel beschlichen hätten, hätten sie, glaube ich, auch zu mir gehalten. Ich bin froh, dass sie sehr alt wurden und ich sie begleiten durfte.“*

Neugierig lausche ich den weiteren Erklärungen zur Lebensphilosophie der ehemaligen Burgschauspielerin. *„Ich vermeide es, ‚hätte ich doch‘, ‚würde ich doch‘ zu denken. Ich mag es nicht. Ich verarbeite Erlebtes anders. Nachträgliche Schuldzuweisungen bringen nichts, nur Beeinträchtigung. Es ist wichtig, sich selbst zu sagen, was nicht gut getan war. Es ist wichtig, zu erkennen, wie etwas gelaufen ist. Sich selbst zu verzeihen. Sich selbst gern zu haben. An sich selbst zu glauben.“* Erika Pluhar betont, dass es in einem weiblichen Leben besonders schwer ist, wahrhaftes Selbstbewusstsein zu erlangen. *„Ego und Selbst sind voneinander verschieden. Um das Selbst geht es, nicht um das Ego“,* erläutert sie. *„Mit einem starken Ego erstickt man sich selbst, das Selbst hat nichts mit Egoismus zu tun. Und der Satz ‚Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst‘ lässt sich auch mit einer kämpferischen Haltung verbinden. Auch für Aufmüpfigkeit braucht man Selbstbewusstsein.“*

Die Schriftstellerin zitiert einen Text von Virginia Wolf: *„Eine Frau braucht ein Zimmer für sich allein, wo sie den Schlüssel umdrehen kann.“* *„Und ein fixes Einkommen“,* fügt sie hinzu. *„Wichtig ist, dafür zu sorgen, dass die äußeren Bedingungen mit den inneren Bedürfnissen übereinstimmen. Ich habe immer mein eigenes Leben verantwortet.“*

Es ist wichtig, dort zu kämpfen, wo es sinnvoll ist, dagegen zu sein, führt

sie dazu aus. Sich von Hass, Bitterkeit und Angst überschwemmen zu lassen, ist einem Menschen zu jeder Zeit schädlich. *„Ich musste den Tod meiner Tochter überleben. Ich war alles: todtraurig, verzweifelt, nahezu am Aufgeben, aber nie verbittert. Ich wurde sehr streng im Umgang mit Eltern, die endlos über ihre Kinder schimpfen. Oft wollen sie ihre eigenen Erfolgswünsche in ihnen verwirklicht sehen. ‚Sei froh, dass Dein Kind lebt‘ sage ich dann.“*

Es ist für mich sehr berührend, wie Erika Pluhar vom Tod ihrer Tochter spricht, und dabei ihre weibliche Kraft und das Strahlen ihrer Augen zugleich zu erleben. Ihr nächster Satz ist für mich wie eine Antwort auf die von mir nicht ausgesprochene Frage dazu. *„Weiterleben bedeutet, lebendig zu bleiben, nicht auszuweichen. Freunde rieten mir damals, auf Reisen zu gehen und mich abzulenken. Aber Trauern muss man durchwandern. Man kann der Trauer nicht davonlaufen und hoffen, dass die Freude einfach so wiederkommt.“* Auch wenn man sich einem Verlust auf diese Weise stellt, ist es eine Besonderheit, sich sein Strahlen zu bewahren, streue ich ein. *„Es gibt so viele Menschen, die mit toten Augen herumlaufen. Ich versuche mir lebendige Augen zu bewahren, indem ich nicht aufhöre, das Leben, die Menschen, Tiere und den Sommer zu lieben.“*

*„Auch das Alter ist keine schlimme Sache, wenn man nicht verlernt, immer wieder anzufangen. Man muss dem Sich-Verabschieden die Hand reichen, einem anderen Tag, einem anderen Buch, einem anderen Publikum. Den Verlust und den Abschied gibt es in jedem Menschenleben, das neuerliche Anfangenwollen ist wichtig. Dann geht es woanders weiter, wenn sich eine Tür schließt“,* erzählt sie. *„Es geht nicht darum, Anti Aging zu betreiben oder im Fitnessstudio herumzuhüpfen, sondern um geistige Beweglichkeit.“* Sie erzählt davon, ihren siebzigsten Geburtstag vielleicht auf ganz besondere Weise mit Freunden in Lissabon zu feiern. Bei diesen Ausführungen geht mir durch den Kopf, wie andersartig unsere Gesellschaft gemeinhin mit dem Thema Alter umgeht. Es fühlt sich für mich an, als würden jene Regeln nicht für

dieses Haus gelten. In Wahrheit gelten sie ja für niemanden, der sie nicht leben möchte. *„Auch als junger Mensch weiß man nicht, ob man dieses oder jenes noch fortsetzen kann. Aber eine Torheit zu beenden, ist immer eine gute Sache. Töricht ist man immer wieder, gerade und vor allem im Reich der Liebesbeziehungen. Es ist aber auch wichtig, sich auf Schwächen einzulassen und mit ihnen Freundschaft zu schließen“*, schließt sie diesen Gedanken ab.

Ich spreche meine Bewunderung aus, dass sie ihrem Weg treu gefolgt ist. Sie erzählt mir daraufhin, wie unterschiedlich es für sie war, Schauspielerin zu werden oder später ihre Liedertexte zu schreiben. Dass sie Schauspielerin wurde, war genehmigt. Beim Schreiben ihrer Liedertexte wurde sie anfangs sofort kritisch betrachtet. Zuerst wurde angenommen, dass die wohl vom Heller seien, als sich das als unwahr herausstellte, wurden die Texte unangemessen scharf unter die Lupe genommen. Es war ein dorniger Pfad, erzählt sie. Es wurde auch weiterhin eine bestimmte Erwartung an ihre eigenen Lieder gestellt, zum Beispiel, dass es nach wie vor rauchige Chansons sein sollten. Heute geht es ihr mit ihren Konzerten und ihren eigenen Tonträger-Produktionen ausnehmend gut. Auch bei ihren Büchern ist sie sich und ihrem Stil treu geblieben. So erinnere ich mich an einen Text in ihrem Buch *„Ein Fisch lernt fliegen“*, in dem sie ihre frühe Lebensbeschreibung bewusst mit den Streichungen durch André Heller veröffentlichte.

*„Obwohl ich ab und zu negative Kritiken einstecken musste, haben sich meine Bücher gut verkauft. Aber ich habe mich nie lobbyistisch verhalten. Viele meiner Neu-Einstiege waren deshalb anfänglich mit Häme verbunden. Man soll jedoch nicht aufgeben, bei dem zu bleiben, was man selbst tun will, denke ich. Es trotzdem zu tun, gibt dem Handeln eigenen Wert. In meinen Büchern kann ich gar nicht anders, als in meinem Sinn zu schreiben. Vor der Herausgabe überprüfe ich dann streng, ob ich selbst voll und ganz dazu stehe.“*

Sie erzählt, dass sie dagegen ist, dass man sich allzu eifertig Künstler nennt. Man kann künstlerisch leben oder arbeiten. Kunst sollte, ihres Er-

achtens, auch von Können kommen. *„Viele Menschen lassen sich heute medial etwas einreden. Das ist wie bei ‚Des Kaisers neue Kleider‘. Dem Publikum wird erzählt, etwas sei Kunst, und es wird geglaubt. Andererseits glaube ich fest daran: Geht man mit den eigenen Erfahrungen ehrlich um, erreicht man die Menschen mit ihren Erfahrungen. Es geht mir um eine Übereinstimmung seiner Äußerungen mit dem, was man im Selbst in Wahrheit ist. Das Menschliche schlechthin bewohnt uns ja alle, wie die Liebe oder der Tod. Menschen haben ein großes Bedürfnis nach Dingen, die sie in ihrem Innersten berühren.“*

Wirkliche Vorbilder hat Erika Pluhar nie gehabt, wie sie erzählt. Die Liebe zum Theater war ihr vielmehr mitgegeben. *„Die große Oma hat mich beflügelt. Sie hat Theater über alles geliebt, leider musste sie ein Leben lang rackern. Ich habe von klein auf mit Spielgefährten und Schulfreunden Stücke entworfen und gespielt.“* Schon beim Lesen der Autobiographie über ihre Jugendjahre ist mir der klare Weg von den Kindheitsspielen zur Bühne des Burgtheaters und ihrem heutigen Wirken aufgefallen. Viele Menschen werden sich selbst so untreu, dass sie nicht einmal mehr wissen, was sie als Kinder begeistert hat. Nicht so Erika Pluhar.

*„Ich lese keine Kritiken, außer sie werden mir vor die Nase gesetzt. Sie werden eingescannt und abgelegt. Paul Blaha, ehemals tonangebender Theaterkritiker, später ein guter Freund, hat mich zum Beispiel oft verrissen. Das sagte ich ihm später einmal und er meinte schmunzelnd ‚Du hast mir vielleicht zu gut gefallen.‘ ‚Na typisch!‘ schrie ich. Aber auch gute Kritiken sind manchmal blöd. Ich nehme ernst, wenn kompetente Menschen mir ihren Eindruck persönlich sagen.“*

Erika Pluhar kommt aus einer künstlerischen Familie. *„Mein Vater hat Gitarre gespielt und gesungen, meine Mutter war Dichterin und Malerin.“* Die Liebe zum Künstlerischen in ihrer Familie war für sie sehr unterstützend. *„Für mich wurde die Welt der Imagination, des Kreativen, lebenser-*

*haltend als die traumatisierenden Ereignisse des Zweiten Weltkrieges vorbei waren.“ Sie erzählt weiter, dass sie nie lange grübelt, sondern entschlossen an die Arbeit geht. „Ich kenne auch keine Schreibblockaden. Am Theater muss ich auch nach dreimaligem Läuten auf die Bühne. Da kann ich auch nicht sagen, ich bin gerade nicht inspiriert. Ich muss einfach anfangen.“*

Ihre Treue sich selbst gegenüber erklärt sie so: *„Ich tue nur das, was ich selbst tun und verantworten will. Ich lehnte immer ab, Werbung zu machen oder meine Stimme für Synchronisationen herzugeben. Es ist meine Stimme. Wenn ich mir in einer Sache selbst sicher bin, kann ich solche Entscheidungen mit Leichtigkeit treffen. So wahre ich meine Würde und bleibe mir selbst treu.“* Sie hat auch nie um Rollen gekämpft, vielmehr kamen sie auf sie zu. So konnte sie auch in ihrer von ihr so genannten „Hoch-Zeit“ am Theater sehr viel erfahren und aus jeder Rolle lernen.

Auf Mentoren angesprochen, ist Susi Nicoletti der erste Name, der fällt. *„Schon am Reinhard Seminar hat sie zu meinem Namen ein Rufzeichen gemacht. Ihr Tod hat mich sehr traurig gestimmt.“* Auch nennt sie ihre bald 90-jährige Managerin Erna Baumbauer, die sie immer verstanden und zu ihr gehalten hat. Am Burgtheater war es der ehemalige Direktor Achim Benning, der sie in ihrem Wirken am Theater geprägt hat.

Auf ihre kraftvolle Ausstrahlung angesprochen, erklärt sie: *„Energie zu geben, bedeutet, Energie zu erhalten. Die Bühne und das Publikum fordern nicht nur, sie geben auch Kraft. Und auch meine Neugier, nicht immer in denselben, routinierten Bahnen zu verharren. Nicht sein Leben zu verleben, sondern anzunehmen. ‚Stress‘ ist ein Begriff, den ich für mich nicht kenne. Durch's Leben zu hetzen, raubt Kräfte. Es ist wichtig, zu wissen, was Muße bedeutet.“* So nennt sie auch die Natur und Tiere als Quellen der Kraft.

Ich habe den Eindruck, als würde die Zeit in Erika Pluhars Haus still stehen. Es herrschen während unseres Interviews Ruhe, Gelassenheit und das Gefühl, als gebe es im Moment nichts anderes auf der Welt als unser Ge-

spräch. So zeigt sich für mich eine der höchsten Formen der Wertschätzung. Jedes Wort dieser Frau berührt mein Herz, und ich bewundere die Ausstrahlung und Würde, die von ihr ausgeht.

Strahlende Augen faszinieren die meisten Menschen. Was ist daran so außergewöhnlich? Warum sehen wir so viele Menschen, die mit toten Augen herumlaufen? Wie können wir selbst vermeiden, wie unser eigener Schatten zu wirken? Und – wie können wir es schaffen, trotz aller Erwartungen von außen, unserem wahren Selbst treu zu bleiben?

Viele Frauen in diesem Buch haben dazu ihre Erfahrungen und Gedanken weitergegeben. Besonders interessant ist es, zu entdecken, wie Menschen selbst nach schlimmsten Erlebnissen ihren Weg zu ihrer eigenen Mitte immer wieder finden. Jene, die durch ihre Trauer, ihren Schmerz, ihre Wut gehen, ohne verbittert zu werden und ohne das Leben selbst als besonderes Geschenk langfristig zu vergessen. Das sind diejenigen, die die Liebe zum Leben in sich tragen und sich jener Dinge bewusst sind, die immer da sind, selbst in Phasen, in denen die eigene Welt zusammenstürzt. Und wer sind „die“? Wir alle können es sein.

Selbst wenn einmal kein Stein am anderen bleibt in unserem Leben, ist es möglich, seinem wahren Wesen treu zu sein und sich die Liebe zum Leben zu erhalten. Es ist ein immer wieder Finden des Schönen am Leben und seinem wahren Wesen, was wir brauchen, um von innen heraus zu strahlen. Dafür gibt es keine Altersgrenze, keine Einkommensgrenze und auch keine sonstige Bedingung. Es gibt Lebensumstände, unter denen es wahrscheinlich schwieriger ist, bei sich selbst zu bleiben und den Boden unter den Füßen zu behalten. Spätestens aber, wenn sich daraus ein langfristiger Zustand entwickelt, ist ein Aufwachen und Aussteigen daraus von großem Nutzen – für sich selbst und die eigene Umwelt.

Viele Menschen, die lange großen Belastungen ausgesetzt sind, haben sich allerdings über viele Jahre an einen solchen Zustand gewöhnt. Eine Fähigkeit, über die wir Menschen – in diesen Fällen – leider verfügen. Allzu leicht finden wir uns mit Zuständen ab, die uns nicht guttun. Stolpern kann jeder, und wir tun es auch alle – immer wieder. Aber selbst, wenn wir auf dem Boden liegen, sollten wir ein Ziel im Auge behalten: aufzustehen und unser eigenes inneres Strahlen wieder zu finden.

Auch an der Seite von Partnern verlieren viele Frauen ihr Strahlen: Zu sehr sind sie im Geiste beim anderen und verlassen sich selbst und ihren eigenen Weg. Ein Vorgehen, das von Partnerinnen oft vorgelebt wird. Aber nicht unbedingt im Sinne des Partners ist. Die Chancen für eine langjährige glückliche Partnerschaft liegen um ein Vielfaches höher, behalten wir die Treue zu unserem eigenen Selbst, denn dieses war ja jenes, in das sich der Partner verliebt hat. Aber gerade das fällt Frauen oft aufgrund ihrer Konditionierung schwer.

Falls Sie bei einem mutigen tiefen Blick in den Spiegel erkennen sollten, dass Ihre Augen leer sind, können Sie sich freuen! Denn mit diesem Schritt haben Sie sich schon auf den Weg des Wiederfindens Ihrer inneren Lebendigkeit gegeben. Sie können nun ganz verschieden vorgehen, um Ihr eigenes inneres Strahlen wieder herbeizuzaubern. Von der analytischen Liste, was für Sie die Liebe zum Leben beinhaltet, das Aufzählen von Dingen, bei denen Sie Freude verspüren, bis zum Erinnern, wo Ihnen Ihr inneres Leuchten verloren gegangen ist. Denn gehabt haben Sie es ganz sicher! Sie brauchen nur den Weg zu finden, der für Sie passt, Ihre Augen wieder zum Strahlen zu bringen.

Kinder sind tolle Vorbilder. Sie können bedingungslos glücklich sein und über die winzigsten Kleinigkeiten lachen und strahlen. Mich fragte einmal eine Kundin in der ersten Coachingstunde, ob inneres Strahlen trainierbar ist, worauf ich antwortete: „Nein, nicht trainierbar, aber wiederentdeckbar!“



Strahlen Ihre Augen?

Immer (falls Sie diesen hohen Anspruch an sich stellen wollen)  
meistens  
oft  
selten  
gar nicht (mehr)?

  
  
  
  

**TIPP:** Beobachten Sie sich oder lassen Sie sich von anderen zu der Frage Rückmeldung geben.



Welchen Weg möchten Sie gehen, um Ihr Strahlen wieder zu finden?  
Wenn Sie ein Strahlen im Spiegel erkennen, freuen Sie sich!

**TIPP:** Wollen Sie analytisch eine Liste schreiben oder nachspüren, wo Ihnen das Strahlen abhanden gekommen ist? Alleine für sich oder mit Unterstützung durch andere?





*Kennen Sie den Unterschied in Ihrer Wirkung, wenn Sie von innen heraus strahlen und wenn nicht?*

**TIPP:** *Denken Sie an etwas Wunderschönes bis Ihre Augen strahlen und beobachten Sie die Reaktionen der Umwelt.*

