

## **vollständige Artikel:**

### **(1) Wozu Tränen gut sind**

**Selbst der Kanzler heult schon mal. Aber warum? Eine Wein-Lese.**

**Quelle: <http://www.tagesspiegel.de/zeitung/Sonntag;art2566,2000426>**

[Daniel Erk](#)

10.11.2003 0:00 Uhr

Gerhard Schröder hat es getan, Peter Lohmeyer hat es getan und mit ihnen viele Deutsche: Sie haben geweint. Nicht zu Hause, heimlich und für sich, sondern öffentlich im Kino. Und: Keiner von ihnen schämte sich seiner Tränen. Der Grund: „Das Wunder von Bern“. Der Film über das legendäre Endspiel der Fußballweltmeisterschaft von 1954 rührt Deutschland; wer diesen Film gesehen hat, erinnert sich entweder selbst an Momente, in denen die Augen zu schwimmen begannen oder kann von übermannten Nebensitzern berichten, denen angesichts der Geschichte rund um den Titelgewinn, um tot geglaubte Väter und die langsam einsetzende Hoffnung in den eher düsteren Tagen Nachkriegsdeutschlands die Tränen über die Wangen liefen.

„Ein deutscher Junge weint nicht“, ruft der Vater im Film seinem Sohn hinterher – und weint am Ende selbst doch am bitterlichsten. Wie kommt das? Warum werden aus groben Klötzen übermannte Heulsusen? Was ist es, das den Vater im Film und uns in den Kinos zum Weinen bringt? Und wie kommt es, dass manch einer auf die im Sprichwort beschworene Tränendrüse drückt?

Tränen reinigen nicht

Erste Erkenntnis: Wir weinen, weil wir müssen. Weinen kostet den Menschen viel emotionale Kraft und setzt ihn für eine gewisse Zeit außer Kraft – diese psychische wie physische Anstrengung will gerechtfertigt sein, kein Mensch setzt sich ihr grundlos aus. Nicht die scheinbar harten Jungs, nicht die tragisch verliebten Teenager und erst recht nicht neugeborene Säuglinge.

Zweite Erkenntnis: Wir weinen nicht, um unseren Körper zu reinigen. Diese so genannte „Katharsis“-Theorie dominierte zwar seit den Tagen Platons und Aristoteles die Ansichten über das Weinen – und auch heute verbreiten verschiedene laienmedizinischen Ratgeber noch diese These –, doch die Argumente sprechen mehrheitlich dagegen. In der Tränenflüssigkeit finden sich, im Gegensatz zu Urin oder Schweiß, kaum überflüssige Hormone oder gar Schadstoffe. Außerdem fließt ein nicht unbeträchtlicher Teil der Tränen durch den Tränen-Nasen-Gang und die Nasenhöhle in den Rachen, werden also nicht ausgeschieden, was einer effektiven Reinigung widerspricht.

In anderen Punkten irrten sich Platon und Aristoteles jedoch nicht: Sie wussten, dass das Denken aussetzt, wenn das Weinen einsetzt. Sie waren sich nur uneins, wie das zu beurteilen wäre. Platon nämlich beklagte, dass der von seinen Gefühlen übermannte Theater-Zuschauer seinen Verstand nicht mehr ausreichend gebrauche. Aristoteles hingegen befand, das Weinen sei wichtig, da die Zuschauer dabei ihre im Alltag aufgestaute Erregung abbauen könnten. Immerhin, bleibt die dritte Erkenntnis: In Momenten emotionaler Überforderung, im Guten wie im Schlechten, kommen uns die Tränen. Sei es bei einem Streit, sei es in einer bedrohlichen Situation, aus Wut oder grenzenloser Freude – wir weinen, weil es uns als Ventil erscheint: Entweder, weil wir nicht mehr in der Lage oder auch gewillt sind, uns mit der Situation auseinanderzusetzen oder weil wir uns, wenigstens unterbewusst, quasi eine

„Auszeit“ verschaffen.

Vierte Erkenntnis: Jungs weinen so viel wie Mädchen, Männer aber weniger als Frauen. An diesem Punkt spielen nun Hormone die entscheidende Rolle. Das Hormon Prolaktin, eigentlich für die weibliche Milchproduktion zuständig, spielt nämlich – so neuere Hypothesen – auch in der Haupttränendrüse eine entscheidende Rolle. Während dieses Hormon bei Kindern beider Geschlechter gleichermaßen produziert wird und Jungs wie Mädchen gleichermaßen „nah am Wasser gebaut“ sind, ändert die Pubertät dies.

Fünfte Erkenntnis: Deutsche Jungs weinen möglicherweise weniger als andere. Denn neben der biologischen Komponente spielt auch der kulturelle Aspekt eine nicht zu vernachlässigende Rolle. Je nach Kultur wird Weinen entweder als Ausdruck von Stärke oder wie in Mitteleuropa in Folge der Industrialisierung, die zunächst vor allem die Männer zwang, im Berufsleben zu „funktionieren“, als Ausdruck von Schwäche gedeutet. Gerade in Bereichen, die heute noch als Männerdomänen gelten – in der Fabrikarbeit etwa oder auf der Baustelle – ist öffentliches Weinen verpönt. Etwas komplizierter ist die Sache auf dem Fußballplatz. Andy Möller, heute bei Schalke 04, hat den Beinamen „Heulsuse“ nie ablegen können; wer dagegen nach großem Kampf unterliegt, der darf sich schon mal sensibel zeigen.

Sechste Erkenntnis: Im Kino weinen gilt nicht. Zumindest nicht als emotional bedingtes Weinen im eigentlichen Sinne. Weinen im Kino, wie auch im Fußballstadion, gilt als rituelles Weinen, das zwar auch emotional entspannend wirkt, doch nicht wirklich auf persönliche Betroffenheit zurückzuführen ist. Es gleicht eher dem Weinen in rituellen, fernöstlichen Zeremonien, in denen in der Gruppe eine Atmosphäre geschaffen wird, in der geweint werden darf, teilweise geweint werden muss.

Taktik oder nicht?

In diesen Zeremonien zeigen politische wie religiöse Führer Mitgefühl und somit Verbundenheit mit ihrer Gruppe. Das heißt nicht, dass Schröder oder jene religiösen Führer nur vorgeben zu weinen oder taktische Tränen vergießen. Im Gegenteil: Sie sind genauso emotional involviert wie jeder normale Zuschauer – doch sie spüren wie alle anderen auch, dass ihre Tränen hier erlaubt, ja erwünscht sind. Tränen, die sie sich an anderer Stelle mit Sicherheit verbieten würden. Denn normalerweise weinen starke Führungspersonlichkeiten nicht. Ein bisschen so, wie all die gerührten Zuschauer in den Kinos. Ein bisschen so, wie normale deutsche Jungs. Oder?

## **(2) Warum schmecken Tränen salzig? Tagesspiegel**

**Quelle: <http://www.tagesspiegel.de/magazin/wissen/gesundheit/art300,2147144>**

Thomas de Padova

20.9.2006 0:00 Uhr

Die Hornhaut ist das Fenster des Auges. Sie ist glasklar. Weil keine Blutgefäße darin vorhanden und ihre Zellen regelmäßig angeordnet sind, kann das Licht durch sie hindurch bis zur Netzhaut vordringen.

Diese Spezialisierung des Gewebes hat jedoch ihren Preis: Die Hornhaut ist sehr empfindlich. Sie ist auf eine dauerhafte und tadellose Versorgung von außen angewiesen. Sauerstoff, Traubenzucker oder Salze müssen zu ihr hingetragen, tote Zellen sowie in Wasser gelöste

Abfallprodukte wie Kohlendioxid oder Milchsäure beseitigt werden. An der Innenseite der Hornhaut kümmert sich vor allem das Kammerwasser um Nachschub und Reinigung, an der Außenseite ist es der Tränenfilm.

Alle fünf bis zehn Sekunden wischen unsere Augenlider über die Hornhaut. Schlag auf Schlag verteilen sie einen Tränenfilm auf dem kleinen Scheibchen, entfernen Staub und Fremdkörper. Über einen Kanal fließt das Sekret schließlich in den Tränensack und weiter zur Nase ab.

„Die Tränenflüssigkeit hat auch eine antibakterielle Wirkung“, sagt Christian Ohrloff, Direktor der Universitäts-Augenklinik Frankfurt. „Mit Lysozym und anderen Abwehrstoffen schützt sie uns vor Bindehautentzündungen, unter denen Patienten mit trockenen Augen häufiger leiden.“ Gefeit wird man auch vor Geschwüren in der Hornhaut.

Der Tränenfilm kommt aus einer über dem Auge gelegenen Drüse. Diese holt sich die nötige Flüssigkeit aus dem Blutserum. Dabei werden etliche Proteine herausgefiltert, sodass eine klare Lösung entsteht. Die Salzkonzentration bleibt jedoch unverändert: Sie entspricht mit 0,9 Gramm Kochsalz pro Liter der des Blutes. Daher schmeckt es salzig, wenn Tränen an unseren Wangen hinunterkullern und bis in den Mundwinkel laufen, weil bei einer Überproduktion der Tränendrüse ein See im Auge entstanden ist, der über die Lidkante schwappt.

Das Weinen hat etwas Reinigendes. Die vielschichtige Hornhaut holt sich so alles, was sie braucht. Für ihren Stoffwechsel spielt das Salz der Tränen allerdings eine untergeordnete Rolle. Der Tränenfilm versorgt sie zwar mit Sauerstoff. Traubenzucker und Salze gelangen jedoch in erster Linie über das Kammerwasser in die Hornhaut. Das Kammerwasser hält auch den Wassergehalt im Gewebe immer gleich hoch. So bleibt die Hornhaut schön durchsichtig.

Eine Auswahl von 101 „Aha“-Kolumnen von Thomas de Padova ist soeben im Piper-Verlag unter dem Titel „Die Kinderzimmer-Akademie“ (176 Seiten, 14 Euro 90) erschienen.

#### **(4) Aus Wikipedia: <http://de.wikipedia.org/wiki/Tränen>**

Die **Träne** ist eine salzige Körperflüssigkeit, die die Tränendrüsen von Menschen und Säugetieren ständig absondern. Sie dient der Reinigung des Bindehautsacks und der Befeuchtung und Ernährung der Hornhaut. Außerdem verbessert sie die optischen Eigenschaften der Hornhautoberfläche, indem sie die physiologischen Unregelmäßigkeiten durch Niveauunterschiede ausgleicht. Das Tränensekret besteht aus drei Schichten: Die innerste Schicht liegt der Hornhaut auf und enthält Muzin und Glykoproteine, die die Verteilung auf der Hornhaut begünstigen. Die mittlere, stärkste Schicht ist eine klare wässrige Flüssigkeit, die eigentliche Tränenflüssigkeit. Die äußerste Schicht ist von öltiger Beschaffenheit.

Störungen in der Zusammensetzung führen zum trockenen Auge, die in extremen Fällen zu einer Schädigung der Hornhaut mit Verlust der Transparenz bis zur Erblindung führen kann.

#### **Physikalisch-chemische Eigenschaften [Bearbeiten]**

Die Tränenflüssigkeit hat eine relative Dichte von 1,004–1,005. Der Brechungsindex beträgt 1,336-1,337. Die Viskosität liegt zwischen 1,26 und 1,32. Der Mittelwert der Osmolalität liegt bei ungefähr 320 mmol/kg. Der pH-Wert ist 7,4.

## **Gebrochene Augen [Bearbeiten]**

Nach dem Tod spricht man von „gebrochenen Augen“. Dieser Eindruck entsteht, wenn mit dem Erlöschen des Lebens auch die Tätigkeit der Tränendrüsen aufhört, so dass die Austrocknung der Augenoberfläche schnell einsetzt.

### **(5) Freier Lauf für Tränen Sie sind gesund ... aus Wissensmagazin der Techniker Krankenkasse**

**Quelle: <http://www.tk->**

**logo.de/cms/beitrag/10000432/204685/Freier\_Lauf\_fuer\_Traenen\_Sie\_sind.html**



(Bild: Wikimedia)

Marburg (be). In jeder Schulklasse gibt es die eine oder andere "Heulsuse"? Hältst Du aus Angst, so genannt zu werden, eher die Tränen zurück? Völlig falsch, denn Weinen ist gesund. Glaubt man "Tränenforschern", dann können Menschen, die schneller in Tränen ausbrechen, sogar einige Jahre länger leben.

Wenn die Tränen fließen, dann bist Du meist traurig oder wütend. Oder Du hast Dir ganz einfach wehgetan. Und wer "zu nahe am Wasser gebaut hat", wird in der Schule als Heulsuse gehänselt. Aber Weinen hält die Augen gesund, hilft Dir mit Stress und Kummer fertig zu werden und spült schädliche Stoffe aus dem Körper.

Die Tränenflüssigkeit wird durch einen Nervenreiz im Gehirn freigesetzt. Die Flüssigkeit, die in solchen Augenblicken entsteht, enthält Schmerz lindernde und desinfizierende Stoffe. Auch das Hormon Prolaktin ist in Deinen Tränen enthalten, und es hat eine starke positive Wirkung auf die Seele. Tränen lösen durch all dies Gefühlsspannungen, beruhigen und bauen Stress ab.

Für die Babys ist Weinen sogar eine Sprache: Sie können ja noch nichts sagen oder sich selbst etwas holen. Sie teilen ihren Eltern deshalb mit Schreien und Weinen mit, dass irgendetwas nicht stimmt, der Magen leer oder die Windel voll ist.

Vom Säugling bis zur Pubertät lassen Jungs ihren Tränen meist genau so freien Lauf wie Mädchen. Das ändert sich aber zwischen dem 12. und 18. Lebensjahr. Dafür ist allerdings nicht die Erziehung verantwortlich, sondern die Hormone.

In dieser Zeit entwickeln Mädchen im Vergleich zu Jungs Medizinern zufolge einen 60 Prozent höheren Spiegel des Hormons Prolaktin. Dieser so genannte Botenstoff macht sie

gefühlbetonter, so dass ihnen leichter die Tränen kommen. Außerdem kullern die Tränen besser, da sie bei Mädchen und Frauen um einen halben Grad wärmer sind als bei Männern.

Medizinern des Deutschen Grünen Kreuzes (DGK) zufolge werden bei Traurigkeit, Wut oder Eifersucht im Körper bestimmte Eiweißstoffe freigesetzt, die in zu großer Menge richtig krank machen können. Beim Weinen werden die Substanzen aber aus dem Körper "herausgeschwemmt". Wer dagegen Tränen und Gefühle stets zurück hält, verstärkt das Risiko für Kopfschmerzen, Migräne, Verdauungserkrankungen und Herzleiden.

So handelt sich eine "Heulsuse" in der Schule vielleicht immer mal Spott ein. Doch wenn die Mediziner Recht behalten, spült sie den Kummer darüber weg, bleibt gesund und lebt vielleicht wirklich ein paar Jahre länger als manche "harten Jungs".

Quelle: Deutsches Grünes Kreuz

### **(6) Tränen machen glücklich**

<http://www.gesundsein.com/sct/Psychologie/9/>

Casablanca, Flugfeld, Humphrey Bogart sagt zum letzten Mal : "Schau mir in die Augen Kleines". Und Ingrid Bergmann steht weinend im Propellerwind. "Da habe ich wirklich geheult", gestand sie. Und wer nicht mit ihr. Man kommt aus dem Kino – hat "Jenseits von Afrika" gesehen, und heult "Rotz und Wasser". Staatsmänner stehen weinend vor den Gräbern ihrer Altvorderen: Töchter, Frauen und Freunde. Und wir...? Schaum und Schande, wenn man Tränen vergießt? Wahrlich nicht!

Tränen sind eine "Waschanlage für die Seele". Und Wissenschaftler sind sich sicher: sie sind notwendig fürs Überleben. Aus Tränen sind die Menschen geboren - so verheißt es eine alte Sage. Der Sonnengott hatte bei der Erschaffung der Erde so viel zu tun, dass ihm die Augen trännten. Einige Tropfen fielen auf den Boden unseres Planeten und damit waren die ersten Menschen geboren.

### **Weinende Augen**



Seit der Zeit der Nubier, Ägypter und Römer hat die Menschheit geweint, ohne das Geheimnis der Tränen zu kennen. Vor Jahren hat sich die Wissenschaft der Dakryologie (Tränenkunde) bei Medizinern und Psychologen als Studienfach ausgebreitet. Und daraus resultieren erstaunliche Erkenntnisse.

Nicht geweinte Tränen, haben die Forscher festgestellt, machen uns krank. Resultat einer imposanten Arbeit. William Frey und sein Kollege Vincent Tuason gingen der Sache am Ramsey Medical Center mit ärztlicher Akribie "ans Auge". Sie ließen Männer und Frauen weinen. Mal beim Zwiebelschneiden, dann vor dem Bildschirm, als Audrey Hepburn herzergreifend heulte.

Die Tränen wurden gesammelt und chemisch analysiert. Ein langwieriger Prozess, denn jede Träne wiegt nur rund 15 Milligramm. Und rund 66.000 Tränen sind notwendig, um einen Bierkrug zu füllen. Weiter ging's bei den US-Wissenschaftlern: mit Hilfe der Hochdrucksflüssigkeits-Chromatographie wurden die Tränen in ihre molekularen Strukturen zerlegt. Dabei entdeckten die Heul-Profis drei sonderbare Stoffe: Leuzin-Enkephalin, Lysozyme und Prolactin. Leuzin-E. ist dem Morphinum ähnlich; in Schmerzsituationen produziert es der Körper selbst. Lysozyme sind antibakterielle Enzyme, die der Infektionsabwehr dienen. Und Prolactin schließlich, ist ein Hormon, das die Bildung von Muttermilch anregt. Allerdings hat es eine Menge psychologischer Wirkungen, die längst nicht erforscht sind. Und das ist es eben. Der Bamberger Diplom-Psychologe Werner Ahr: "Ohne Tränen kommt man aus Problemen nicht leicht raus. Sie verschieben sich sonst in Aggressionen. Man entfernt sich von der Ursache des Problems - was alles noch schlimmer macht. Deshalb ist Weinen eine gesunde Reaktion. Und nichts ist gesünder, als sich dazu zu bekennen. Sich Traurigkeit zugestehen, die Verzweiflung des Augenblicks erkennen – nur das kann gesund sein."

Der Stoff aus dem die Tränen sind hat allerlei Gründe. Beim Zwiebelschneiden zum Beispiel rührt sich wenig. Keine Hormone, keine Enzyme. Nur wenn es um wirkliche Gefühle geht, sind sich die Wissenschaftler klar: da nämlich befreit sich der Körper von Stoffen, die er unter Stress produziert hat. Man entledigt sich dieser "Stress-Gifte" und wird ruhiger, das Gesicht glättet sich wieder, keine Zitter-Reaktion. 200 Männer und Frauen mussten für die amerikanische Studie monatelang weinen. Und peinlichst wurde jede vergossene Träne aufgezeichnet. Dabei stellte sich heraus, dass nur 55 Prozent aller Männer einmal im Monat weinen, jedoch 94 Prozent der Frauen. Aber alle fühlten sich nach dem Weinen sofort besser.

Durchschnittlich weinen Frauen etwa fünfmal im Monat, die Göttergatten bringen es da nur zu ein paar Schluchzern. Es sei denn, im Fernsehen läuft mal wieder "Vom Winde verweht". Offensichtlich – so haben die Untersuchungen ergeben – weinen die Menschen heute am meisten zwischen 19.00 und 22.00 Uhr.

Dr. J. B. Henson: "Viele Männer unterdrücken heute ihre Tränen. Das ist ein Grund, warum sie so oft stresskrank zusammenbrechen." Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass Männer "ohne Tränen" häufig an Managerkrankheiten leiden.

Der Schriftsteller Fritz Zorn starb 1976 an Krebs und er schrieb in seinem autobiographischen Roman "Mars": "Obwohl ich noch nicht wusste, dass ich Krebs hatte, stellte ich intuitiv die Diagnose, denn ich betrachtete den Tumor als \_verschluckte Tränen\_. Das bedeutet etwa soviel, wie wenn alle Tränen, die ich in meinem Leben nicht geweint hatte und nicht hatte weinen wollen, sich in meinem Hals angesammelt und diesen Tumor gebildet hätten, weil ihre wahre Bestimmung, nämlich geweint zu werden, sich nicht erfüllen konnte."

Knapp 100 Liter Tränenflüssigkeit produziert jeder Mensch im Laufe seines Lebens. Und dabei muss er nicht unbedingt auch weinen. Allein beim Blinzeln – und das passiert ein Dutzend mal in der Minute – flimmert ein zarter Tränenschleier über die Augen. Mediziner erklären das genauer: es ist der "Muzin-Schleier", der die Augen vor dem Austrocknen bewahrt.

Der Psychologe Werner Ahr: "Viele können Tränen nicht ertragen. Doch die Fähigkeit zum Weinen ist unverzichtbar für das seelische Wohl des Menschen. Und nur wer hin und wieder weint, ist gesund, normal und glücklich."

### **(7) Forscher: Heul doch!**

**Weinen sorgt für Dusche aus Hormonen und Proteinen im Körper Quelle:  
<http://www.presseportal.de/pm/7515/285902/vital>**

Hamburg (ots) - Wer etwas für seine Gesundheit tun will, sollte seine Gefühle nicht unterdrücken und ruhig öfter in Tränen ausbrechen. Forscher in den USA und in Europa haben nach einem Bericht der Zeitschrift VITAL entdeckt, dass Tränen für Seele und Körper ein regelrechter "Naturdokter" sind. Wenn sich der Gefühlsstau beim Weinen löse, sinke der Blutdruck und das Gehirn werde stärker durchblutet. Eine Dusche aus Hormonen und Proteinen ströme durch den Körper. Entspannende Antistresshormone wie ACTH, Endorphin oder Prolaktin werden produziert, Bakterienkiller wie das Enzym Lysozym freigesetzt. "Weinen kurbelt auch die Produktion des Anti-Schmerzmittels Enkephalin an. Sogar Wunden schließen sich durch die Tränenflut besser, weil der Körper vermehrt heilungsfördernde Eiweiße aussendet", heißt es weiter in VITAL.

Menschen, die sich das Weinen ständig verkneifen, leben laut Tränenforschern ganz ungesund. Tränen schwemmen auch Giftstoffe aus dem Körper. Allerdings spielt der Grund für die Tränen auch eine große Rolle. Werden sie vergossen, weil ein superscharfes Currygericht der Grund ist, sind sie nur halb so gesund. Sie enthielten längst nicht so viele Proteine und Hormone wie beim Tränenausbruch vor Freude, Wut, Schmerz oder Kummer. "Entsprechend sind stresslösend nur die Tränen, die fließen, wenn man leidet, trauert oder plötzlich im siebten Himmel schwebt", berichtet VITAL. Absolut ohne gesunde Wirkstoffe seien filmreif effektvolle, aber gefühlsarme Krokodilstränen.

Diese Meldung ist unter Quellenangabe VITAL zur Veröffentlichung frei.

ots Originaltext: VITAL

Im Internet recherchierbar: <http://www.presseportal.de>

Rückfragen an:

Redaktion VITAL

Susanne Schütte

Tel.: 040/27 17 3115

E-mail [susanneschuette@vital-online.de](mailto:susanneschuette@vital-online.de)

## **(8) Deshalb weinen Männer, Frauen und Kinder ... Tränen haben emotionale und medizinische Aussagekraft**

Quelle: [http://psychische-erkrankungen-depressionen.suite101.de/article.cfm/deshalb\\_weinen\\_maenner\\_frauen\\_und\\_kinder#ixzz0l0agtfvV](http://psychische-erkrankungen-depressionen.suite101.de/article.cfm/deshalb_weinen_maenner_frauen_und_kinder#ixzz0l0agtfvV)

18.10.2009 Wolfgang Will

Wann und wie weinen Männer, Frauen, Kinder und Tiere? Tränen haben eine vieldeutige Aussagekraft. Neue Erkenntnisse der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft.

★★★★  
Tränen haben ihre eigene Sprache. Sie können medizinisch wie auch emotional bedingt sein. Ihre Aussagekraft ist vielfältig, denn Frauen und Männer weinen nicht nur unterschiedlich, sondern ganz anders. Das stellte jetzt die DOG fest, die Deutsche Ophthalmologische (augenheilkundlich; Anm. der Red.) Gesellschaft, der 5.600 Ärzte und Wissenschaftler angehören, die augenheilkundlich forschen, untersuchen und behandeln. Gegründet 1857 in Heidelberg, ist die DOG die älteste medizin-wissenschaftliche Gesellschaft der Welt. Können auch Tiere weinen, und wie und weshalb weinen Männer, Frauen und Kinder?

### **Zweifache Deutung der Krokodilstränen**

Der Mensch dürfte das einzige Lebewesen sein, das aus Gefühl weinen kann, aus Wut wie auch Angst, aus Freude und Leid. Derartige Gefühlsregungen mögen auf den Menschen beschränkt sein, aber bestimmte Mäuse und Ratten – das weiß die Wissenschaft inzwischen – lassen rote Tränen fließen, wenn sie zu sehr unter Stress geraten. Das Wort "Krokodilsträne" besagt weiteres in dieser Hinsicht: Anders als menschlich gedeutet – nämlich im Sinne von heuchlerisch oder heimtückisch – vergießt ein Krokodil nachgewiesenermaßen beim Verschlingen einer Beute Tränen. Das ist einleuchtend: Das Hinabwürgen etwa eines größeren Tieres ist so anstrengend, dass beim Aufreißen und Zusammenpressen des Mauls ein Druck auf die Tränendrüsen entsteht – das Krokodil also weint beim Festschmaus.

### **Weinen vor Trauer, Freude oder Zorn wird erlernt**

Die Tierwelt ist auf diesem Gebiet weit weniger erschlossen als die menschliche – nicht zuletzt dank der wissenschaftlichen Tätigkeit der Ophthalmologischen Gesellschaft, die mit ihren neuesten "Tränen-Thesen" auch statistisch geradezu brilliert: Frauen weinen danach bis zu 64mal im Jahr, Männer höchstens 17mal. Das Tränenvergießen muss aber auch altersmäßig dargestellt werden. So weinen Jungen und Mädchen etwa bis zum 13. Lebensjahr gleich häufig. Dann ändert sich das Weinen nicht nur zahlenmäßig: "Weibliches Weinen wirkt länger, dramatischer und herzerreißender", urteilt beispielsweise Dr. Elisabeth Messmer von der Augenklinik der Universität München. Bei Frauen geht das Weinen in 65 Prozent der Fälle in Schluchzen über, nur sechs Prozent der Männer ergeht es ebenso. Männer lassen, um die Statistik abzuschließen, zwei bis vier Minuten die Tränen kullern, Frauen brauchen mit sechs Minuten etwas mehr Zeit. Schlussfolgerung der Augenärzte, über die sicher gestritten werden wird: Das Weinen vor Trauer, Freude oder Zorn wird gelernt.

### **Tränen enthalten Hormone und Salze**

"Weitgehend unerforscht und spekulativ", sagt Professor Christian Ohrloff von der Uni-Augenklinik Frankfurt/Main, "sind Nutzen und Besonderheit emotionaler Tränen. Die Annahme, sich auszuheulen tue gut, ist wissenschaftlich nicht nachgewiesen. Nach dem

Weinen, so neueste Studien, geht es den Menschen keineswegs besser – es sei denn, der Anlass hat sich in Luft aufgelöst. Es stimmt auch nicht, dass Tränen giftige Stoffe aus dem Körper ausschwemmen können, obwohl Tränen auch Hormone und Salze wie Kalzium, Kalium und Mangan enthalten. Schließlich füllt der Körper nach jedem Weinen das Gros der Tränenflüssigkeit schnell, wenn nicht sofort wieder auf.

### **Tränen haben eine Schutzfunktion**

Für Babys ist Weinen die einzige Form, sich verständlich zu machen – sie weinen aus Hunger, wenn sie frieren, wund gelegen sind, auf den Arm genommen werden wollen. Natürlich wird bei Schmerzen geweint, vielleicht sogar schon bei Unwohlsein. Mitunter will ein weinender Mensch auch "nur" Aufmerksamkeit, Mitgefühl erregen – aber das sind Ausnahmen. Denn Studien der deutschen Ophthalmologen wiederum beweisen, dass der Mensch lieber im stillen Kämmerlein als auf einer größeren Bühne weint. Reine Theorien und durch nichts bewiesen sind auch die Behauptungen, wonach sogenannte Weiner als sentimental, manipulativ und hysterisch gelten oder Nicht-Weiner diszipliniert und gefühllos sind. Absolut sicher dagegen ist dies: Tränen haben eine Schutzfunktion und reinigen die Augen.