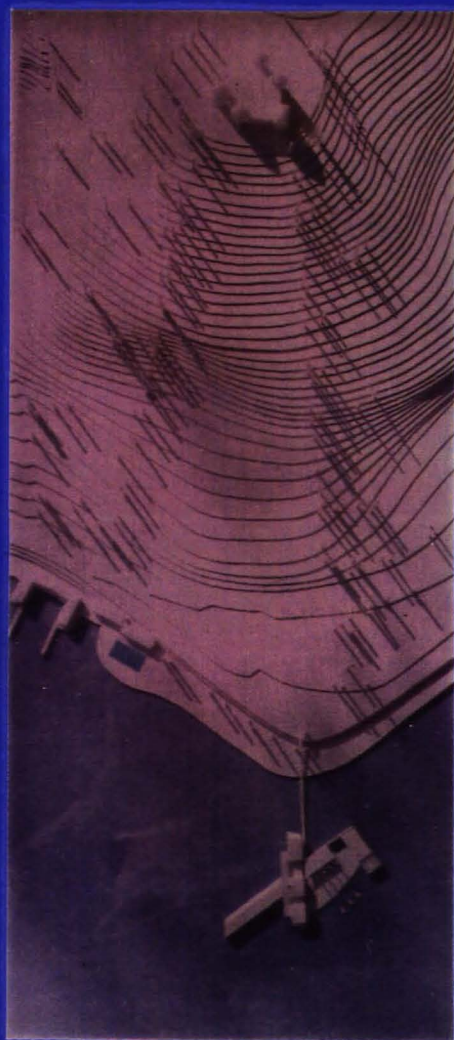


UNIVERSITÄTSBIBLIOTHEK
der Technischen Universität Graz

73917

T A N Z (T) R A U M



T A N Z (T) R A U M

DIPLOMARBEIT BEI:

O. UNIV. PROF. DR. PHIL. SOKRATIS DIMITRIOU

V O N

MARLIS DAGMAR NOGRASEK-GALLAUN

28.10.89

OKTOBER 1989



717 516 1003 1/2 1/2 1/2

II
73.917

Universitätsbibliothek
der Technischen Universität Graz

1990-05-03

90 P 3209

Tanzender Körper

Im Spiegel dort das Bildnis meines Körpers.

Nackt.

Geschwungene Linien, weiche Kurven
atmen Sinnlichkeit.

Ein Frauenkörper,
gepflegt und wohlgestaltet ...

Da hebt der Arm sich,
alle Muskeln spielen;
die Nerven beben,

und der Körper wandelt sich zum Instrument:

Ein Bein, das ausschwingt
und den Raum durchmißt,
ein Fuß, der spöttisch lächelt,
eine Hand, die weinen kann,
Arme, die voller Seligkeit
den Raum betasten.

Gespannte Brüste, hochgewölbter Leib,
in dessen Bogen sich der Raum verdichtet.

Geheimnisvolle Wandlung!

Demütig neige ich mich vor dem
tanzgewordenen Körper.

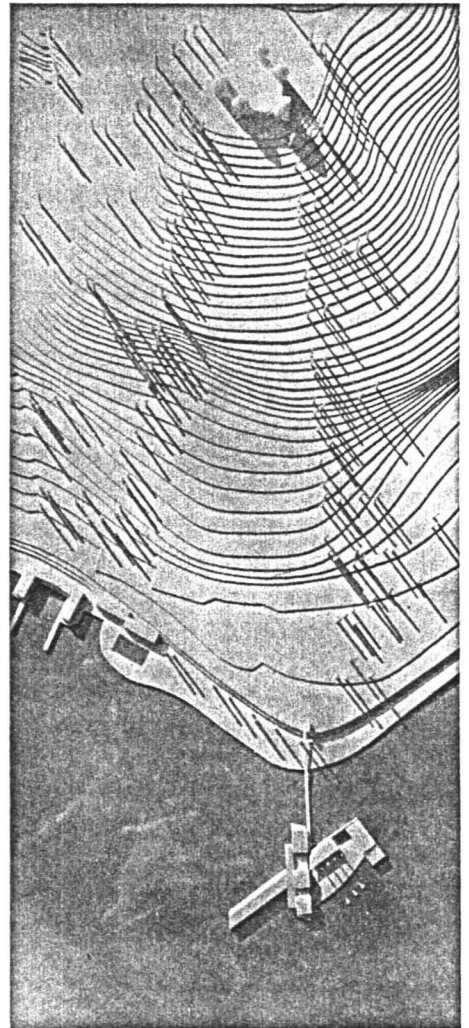
MARY WIGMAN

„Habe ich meinen Körper verloren, so habe ich mich selbst verloren. Finde ich meinen Körper, so finde ich mich selbst. Bewege ich mich, so lebe ich und bewege die Welt. Ohne diesen Leib bin ich nicht, und als mein Leib bin ich. Nur in der Bewegung aber erfahre ich mich als mein Leib, erfährt sich mein Leib, erfahre ich mich. Mein Leib ist die Koinzidenz von Sein und Erkenntnis, von Subjekt und Objekt. Er ist der Ausgangspunkt und das Ende meiner Existenz.“¹

V. N. Iljine

U M R A U M

T A N Z (T) R A U M



INHALTSVERZEICHNIS:

VORWORT:

- WARUM INSEL ?
- WARUM TANZ(T)RAUM ?

1. TANZGESCHICHTE

STREIFZUG DURCH DIE GESCHICHTE DES TANZES
IM HINBLICK AUF DESSEN THERAPEUT. EFFEKT 1

2. TANZTHERAPIE

2.1. TANZ ALS THERAPIE (WALTER SORELL,
AUSZUG AUS ASPEKTE DES TANZES) 17

2.2. TANZTHERAPIE HEUTE 26

2.2.1. ZUSAMMENFASSUNG DER INTERVIEWS
VON HADASSA K.MOSCOVICI IN
"VOR FREUDE TANZEN, VOR JAMMER IN STÜCKE
GEHEN", "PIONIERINNEN DER KÖRPER-
THERAPIE" 26

2.2.2. INTERVIEW MIT MARTA BINETTI 34

3. TANZTRAUM

3.1. WOZU 40

3.2. DER TRAUM VOM RAUM
ERGEBNISSE DER INTERVIEWS MIT TÄNZERINNEN

4. TANZRAUM

4.1. VERGLEICHBSBEISPIELE ? 49

4.2. UMRAUM
GEOGRAPHIE UND KLIMA 50

4.3. PFAHLBAUTEN AM TRAUNSEE (GESCHICHTE) 52

4.4. WARUM WAS UND WO ? 53

4.5. ENTWURF 59

ANHANG:

- Pläne
- Modellfotos

WARUM INSEL ?

"Das Urbild 'Insel' ist dem Menschen eingegeben. Es ist eines der freundlichsten, verlockendsten Urbilder. Die Insel erweckt den Wunsch, sie zu erobern, dort zu sein. Wenn dieser Wunsch erfüllt ist, erfüllen sich die anderen von selbst.

Dort sein heißt Ruhe haben vor den Verfolgern, frei von den Alltagssorgen, ...

Schmerzen vergessen, zurückfinden zum einfachen Leben, Eitelkeit oder Neugier befriedigen, Tabus abschütteln, das Leben riskieren, sich auf sich selbst besinnen, einen neuen Anfang machen oder einfach nur sich erholen." ...

"Der feste Umriß, die klare Begrenzung durch das Ufer ringsum zeichnet die Insel aus vor jedem anderen Stück Land, macht sie anziehend für das menschliche Auge, gibt ihr Körperhaftigkeit und, da keine Insel der anderen gleicht, Individualität.

Hinzu kommt die reizverstärkende Trennwirkung des Wassers rings um die Insel." ...

"Ein Gespür für solche seelenreinigenden und gemeinschaftsfördernden Wirkungen mag die Utopisten seit Platons Zeiten immer wieder veranlaßt haben, ihre Entwürfe vom idealen Zusammenleben auf Inseln zu verlegen. Dort würde der Mensch, so meinten sie wohl, am ehesten bereit sein, ein neues Leben zu beginnen."

WARUM TANZ(T)RAUM ?

Trudi Schoop, deren Arbeit als "Tanztherapie" bezeichnet wird, sagt:

"Andere haben das, was ich gemacht habe, als 'Tanztherapie' bezeichnet. Ich bin immer gegen diesen gewesen und bin es auch heute noch. Ich finde, 'Tanz' und 'Therapie' geht einfach nicht zusammen. Ich möchte mit den Menschen tanzen, nicht Therapie machen. Therapie setzt immer einen Menschen voraus, dem etwas fehlt, der ein bißchen verrückt ist oder zu traurig oder zu lustig, und so sehe ich das nicht. Die Menschen kommen zu mir nicht zur Therapie, auch wenn es durch das, was ich mache, dazu wird. Sie sagen einfach, daß sie glücklicher aus einer Stunde herausgehen, als sie gekommen sind. Dieser Titel 'Tanztherapeut', das ist schrecklich. Das ist wie 'Dramaspezialist'.

Ich wende mich an das Gesunde im Menschen, die meisten Therapeuten wenden sich ans Kranke. Ich hoffe, indem ich das Gesunde, das im allgemeinen einfach Energie ist, stärker mache, wird dieser Mensch auch besser mit seinen sogenannten Problemen fertig. Wenn du genügend Energie hast, wenn du diese Energie in Freude umsetzen kannst, in Freude, daß du lebst, auch wenn ich das alles steigern kann, glaube ich, daß viele Menschen, nicht alle, aber viele, ganz wunderbar durchs Leben gehen könnten. Für einige bedeutet das zum Beispiel, daß sie nicht mehr interniert sein müssen.

Ich finde, diese Freude ist für viele mehr Therapie als dieses Gesuche im Kopf. Daran krankt ja die ganze 'Tanztherapie', daß sie sich an Freud oder Jung, oder wer immer aktuell ist, anklammert, anstatt sich selbstständig zu machen und zu fragen: Was kann ich tänzerisch mit diesem Menschen tun, wie kann ich ihn verstehen?"

Trudi Schoop ist nicht die einzige Tänzerin, die Tanztherapie betreibt, sich selbst aber nicht Therapeutin nennen will. Ich finde der Ausdruck "Tanztherapie" ist eigentlich ein Pleonasmus, da fast jede Art von Tanz eine Therapie bewirkt. Das Wort Tanz beinhaltet bereits "Therapie". Darum nannte ich mein Projekt nicht wie zuerst geplant "Zentrum für Tanztherapie", sondern TANZ(T)RAUM. Es soll einerseits Raum bieten für jede Art von Tanz, um viele Menschen (d.h. jedermann, nicht nur solchen, die eine ärztliches Attest für ihre psychischen Störungen besitzen) glücklicher machen, andererseits ist es der zu Papier gebrachte Traum vieler Tänzerinnen, die die verschiedensten Arten von Tanz, bzw. Therapie lehren. Da mit nicht bekannt ist, daß je ein Gebäude speziell für diese Art von Tanzunterricht gebaut wurde, kann ich keine Vergleichsbeispiele anführen. Die Chancen, daß ein derartiger Traum jemals verwirklicht werden wird, sind gering - die Probleme liegen im Finanziellen.

Derzeit findet der Unterricht in adaptierten "umgemodelten" Wohnungen, ehemaligen Garagen, Turnsälen von Schulen usw. statt.

Psychotherapie, ja auch Musiktherapie werden bereits in manchen Ländern von den Krankenkassen als wirkungsvoll anerkannt und unterstützt. Möglicherweise wird auch einmal die therapeutische Wirkung des Tanzes von dieser Seite beachtet.

In meinem Text wird trotzdem immer wieder das umstrittene Wort "Tanztherapie" aufscheinen, da es das, was auf meiner Insel passieren soll, noch immer am besten definiert.

1. TANZGESCHICHTE

STREIFZUG DURCH DIE GESCHICHTE DES TANZES IM HINBLICK AUF DESSEN THERAPEUTISCHEN EFFEKT

In den primitiven Religionen war der Tanz ein Mittel zur Identifizierung mit der Bewegung der schöpferischen Kräfte des Kosmos. Rhythmische Bewegungen schaffen traumartige Formen und nehmen Kontakt mit dem Lebensursprung auf.

Der Körper war das erste Ausdrucksmittel des Menschen; er tanzte, um seine Gefühle bei Geburt, Hochzeit, Jünglingsalter, Ernte und Tod auszudrücken. Zuerst war der Tanz die Imitation von Tönen und Bewegungen der Natur und der Ausdruck eigener Gefühle durch spontane Bewegung. Vor der Ritualisierung war Tanz eine Befreiung der Energie auf der Suche nach Ekstase und Entpersönlichung. Er ist spät, unabhängig von dem ersten religiösen Impuls, ein strukturierter Ritus geworden.

Das griechische Theater entwickelte sich aus den dionysischen Festen in Griechenland; der Tänzer war nicht mehr Priester sondern Schauspieler.

Das "Dionysische" beschreibt Nietzsche in seiner "Geburt der Tragödie aus dem Geiste der Musik" als wilden, unbeherrschbaren Trieb, der das Ziel hat, sich selbst einen Ausdruck zu geben, er ist der Motor des schöpferischen Prozesses.

Obwohl der Tanz sich auf der Bühne vom alltäglichen Leben entfernte, verlor er seine Rolle bei der religiösen Erfahrung und Erziehung nicht. Einen Menschen,

der nicht tanzen kann, hielt Plato für schlecht erzogen (Republica, V). Intellekt und Körperlichkeit wurden noch nicht als zwei getrennte Kategorien gesehen.

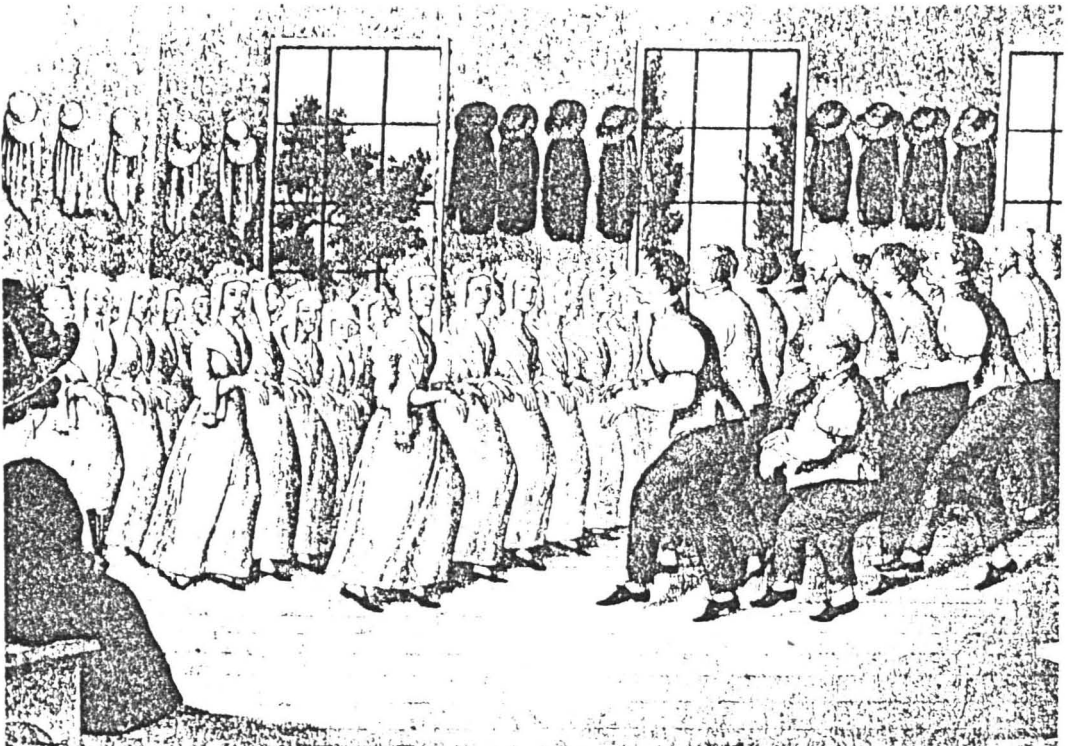
Als der Tanz den religiösen Charakter verloren hatte, deckte sich seine Verbindung zur sexuellen Freiheit auf. Im Mittelalter wurde er daher mit höllischen Instinkten assoziiert. In dieser Zeit lebten die Menschen immer am Rande der Erregbarkeit, in Extremen und Ekstasen. Es gab Ausbrüche von Tanzwut, vor allem auf Kirchhöfen. Nietzsche sieht hier das Dionysische wieder vervorbrechen: "... in diesen St. Johann- und St. Veittänzen erkennen wir die bacchischen Chöre der Griechen wieder, ..." (aus "Geburt der Tragödie"). Erklärbar sind diese Ausbrüche durch die Furcht vor der Hölle, vor Gottes Strafe durch die Pest und durch das Gefühl der Eingeschlossenheit hinter dicken Stadtmauern. Der Tanz war für diese Menschen ein Weg, aus diesem geistigen und physischen Gefängnis auszubrechen, um seelische Freiheit zu erlangen. Der verpönte Körper befreite die Psyche, indem er sich bewegte und tanzte (therapeutischer Effekt !).

"Fälle von Tanzhysterie ereigneten sich vor und nach der Pest, von den Mänaden bis zu den Marathontänzern in den 10-er Jahren, als man Tage hindurch zu tanzen und sich durch alle möglichen Tricks wach und auf den Beinen zu halten versuchte. Dieser unwiderstehliche Zwang zu tanzen, der seine historischen Wurzeln in den Trancetänzen primitiver Völker hat, wird in unseren Zeiten nicht durch Gefühle der Ekstase, sondern durch Metastasen einer verzweifelten Seele und eines krank-

haften Geistes erzwungen."

(Walter Sorell, *Der Tanz als Spiegel der Zeit*,
Wilhelmshaven, 1985)

Im Protestantismus fanden 2 Sekten zum Tanz, als Ausdruck inneren Erlebens. Die SHAKERS, eine Splittergruppe der Quakers in England und die CHRISTIAN SCIENCE DOKTRIN. Sie meinten bereits, daß der Glaube körperliche Krankheiten überwinden könne. Das "Shaking" (Schütteln des Körpers) war eine Bewegung religiöser Ekstase und gehörte zu ihren Ritualen. Durch Gesten wie Vorbeugen, Stampfen, Drehen wie die Derwische, kam ihr religiöses Gefühl zum Ausdruck. Sie tanzten sich "ihre Sünden aus dem Leib". Ihre Tänze waren mehr oder weniger improvisiert. (KAYE HOFFMAN wendet heute ähnliche Tänze in München als Therapie an).



Shakers in der Nähe von Lebanon. Lithographie von N. Currier (undatiert).

"Von Zeit zu Zeit bricht ES im Menschen in irgendeiner Form aus, das Andersseinwollen, der Wunsch, unseren Körper als Organ der Sprache zu benutzen, aber auch als Verbindung zwischen unserer Nichtigkeit und den kosmischen Kräften, letztendlich unseren Körper zu bewegen, um unsere Seele zu manifestieren."

(W. Sorell a.a.O.)

Die Nachfolger der römischen Pantomimen waren in Frankreich die Troubadours, in Deutschland die Minnesänger. In der Renaissance kamen die Tanzmeister, die wir heute Choreographen nennen, vorwiegend von Deutschland und Frankreich nach Nord-Italien, das als Wiege des Ballett gilt. Diese Tanzmeister stellten strenge Regeln auf, nach denen sich der höfische Tanz richtete. Die Masken, die bereits bei den dionysischen Festspielen eine große Rolle gespielt hatten (man dachte, die Seele lebe im Gesicht, man wollte sie hinter einem anderen Geist verbergen), wurden in der Renaissance wieder bedeutend.

"Das Formen und Schnitzen von Masken war die erste bewußte kreative Tätigkeit des Menschen, in dem die Synthese von Idee und Sache eine künstlerische Form erreicht."

..."Die Maske ist die vollkommenste visuelle Realisation unserer Zweifachheit: Von Tag und Nacht, Leben und Tod."

(W. Sorell, a.a.O.)

Durch die wissenschaftliche Verwertung der Geometrie, der Entdeckung der Perspektive wurde die Entwicklung

der Choreographie möglich - mit der Einbeziehung des Raumes.

In der 2. Hälfte des 17. Jahrhunderts wurde die französische Academie Royale de Danse unter Ludwig XIV gegründet, damit war das Ballett geboren.

200 Jahre lang wurde in Paris Ballettgeschichte geschrieben, in der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts wurde Rußland zum Mittelpunkt.

In Paris feierte der Tanz weiterhin Triumphe in Music Halls, in den Folies Bergères und im Moulin Rouge.

Um die Jahrhundertwende ändert sich die Kunstauffassung. Vorher hing der Künstler vom Training ab, jetzt wird jede künstlerische Artikulierung des Selbst als Kunstwerk anerkannt. Das 20. Jahrhundert steht im Zeichen des "Sich-selbst-findens". Daraus ergaben sich neue Kunstformen, sowohl in der Malerei als auch in der Dichtung. Schon in der Romantik begannen Selbstoffenbarungen, Wege nach innen kennzeichnen das Fin de Siècle (Munch, Van Gogh).

Die Dichter waren schon immer Psychologen (Sophokles, Euripides, Shakespeare, Dostojewskij).

Revolutionierend für den Tanz wirkten LOIE FULLER und ISADORA DUNCAN. Erstere experimentierte mit Licht und machte sich die Erfindung der Madame Curie zunutze. Im Radiumtanz strich sie phosphoreszierende Farbe auf ihre Schmetterlingsflügel.

ISADORA DUNCAN warf den Krimskrams des Balletts und die klassische Technik aus dem Fenster, aber damit vernichtete sie nicht die wesentlichen Konzepte des Balletts, sondern gab ihm neue Impulse.



OBEN: ISADORA DUNCAN
RECHTS: LOIE FULLER

Sie tanzte barfuß und empfand ihre Bewegung amerikanisch in der Freiheit des Ausdrucks.

"Sie spiegelte die Flucht einer gefangenen und gequälten Seele wieder, eine Flucht in die natürlichste und rudimentärste Sprache des Körpers. Ihr Tanz war eine unmittelbare Übersetzung einer Gefühlsstimmung in Bewegung."

(Zit. W. Sorell, a.a.O.)

Sie selbst sagt:

"Die einzigen Tanzmeister, die ich jemals haben konnte, waren J.J. Rousseau, Walt Whitman und Nietzsche."

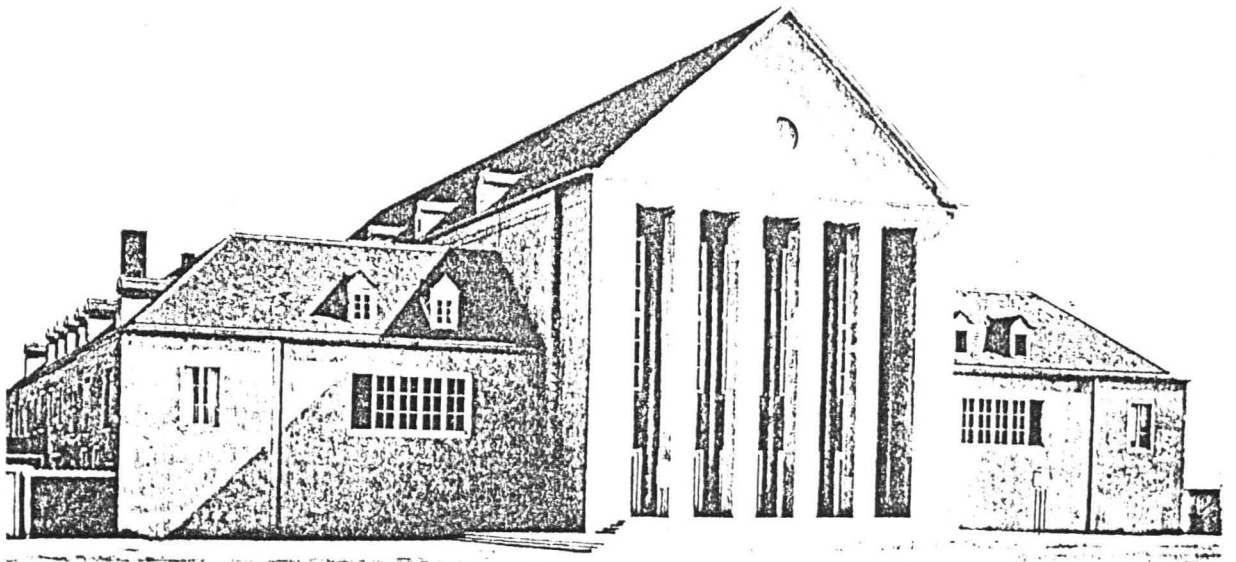
Ihre Bewegungen versuchte sie der Natur anzugleichen, in der für sie alles wellenförmig und harmonisch zu verlaufen schien. Sie konnte ihren innersten Gefühlen ohne jegliche Regeln Gestalt geben, ihr Zwang zur Gestaltung ihrer Gefühlserlebnisse war explosiv, von dionysischer Kraft.

Einige Jahre später kam in Schweden und England die Mode körperlicher Ertüchtigung, in Form von Sport und Gymnastik, auf. Tanz war rhythmische Gymnastik.

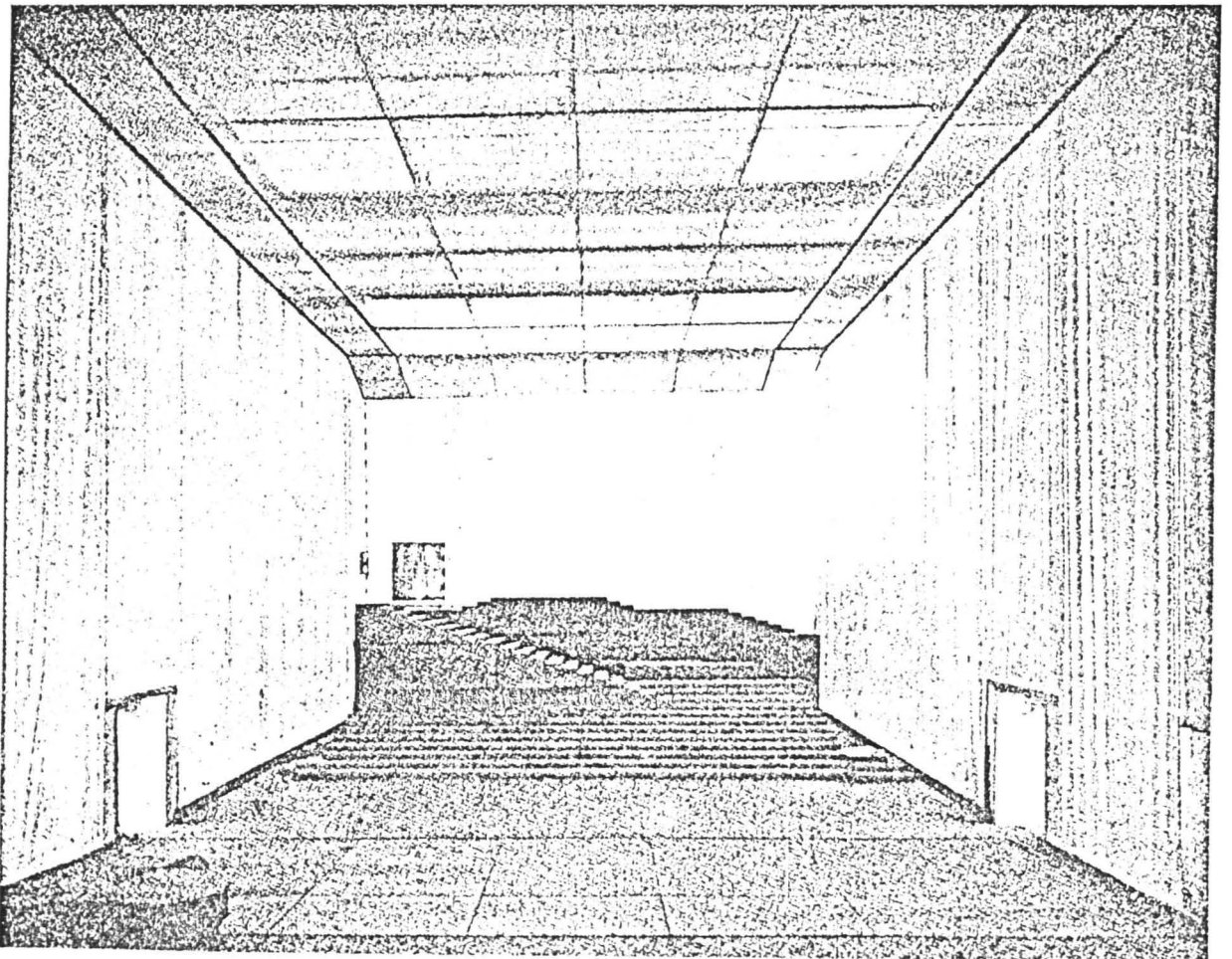
2 Musiker François DELSARTES und Jacques DALCROZE leisteten einen beträchtlichen Beitrag zur Entwicklung des Tanzes.

F. DELSARTES förderte die Entwicklung des Solotanzes, J. DALCROZE entwickelte für seine Musikschüler am Genfer Konservatorium eine Unterrichtsmethode, die unter Eurythmik bekannt wurde. Jeder Sänger bzw. Tänzer mußte einem Instrument Note für Note folgen, so sollte das rhythmische Gefühl verbessert werden. Dalcroze glaubte Plato, für den Tanz eine Kunstform war, die von den Göttern kam, und der den Musiker für vollkommen hielt, der Gymnastik mit Musik so verbindet, daß sie der seelische Ausdruck des Menschen ist.

1912 wurde die Gartenstadt Hellerau mit einem Tanzdrama von Dalcroze eingeweiht, ihm war auch die Schule für rhythmische Gymnastik, die von Heinrich TESSENOW entworfen wurde, gewidmet.



Hellerau, Bildungsanstalt für rhythmische Gymnastik
(Dalcroze-Institut), 1910/11 (B 1)



RUTH ST. DENIS und TED SHAWN (beide Begründer der Schule DENISHAWN) standen unter Delcrozes Einfluß.

ST.DENIS und DUNCAN waren, wie die Künstler der Malerei dieser Zeit (Kokoschka, Klee, Gauguin, Braque und Picasso) vom Zwang getrieben, dorthin zurückzugehen, wo alles begonnen hat, um den Ausdruck seines Selbst zu finden.

Für Ruth St. Denis war die höchste Funktion des Tanzes, es den Menschen möglich zu machen, über das Gewöhnliche an ihnen hinauszuwachsen.

Diesen Gedanken hatte schon Nietzsche im Zarathustra geäußert: "Der Schritt verräth, ob Einer schon auf seiner Bahn schreitet: so seht mich gehn! Wer aber seinem Ziel nahe kommt, der tanzt...

Und wenn es auf Erden auch Moor und dicke Trübsal giebt: wer leichte Füße hat, läuft über Schlamm noch hinweg und tanzt wie auf gefegtem Eise.

Erhebet eure Herzen, meine Brüder, hoch ! höher !

Und vergeßt mir auch die Beine nicht ! Erhebt auch eure Beine, ihr guten Tänzer, und besser noch: ihr steht auch auf dem Kopf !"

(F. Nietzsche, Also sprach Zarathustra IV, Vom höheren Menschen).

Nietzsche sah den Tanz als Befreier der Menschheit: "Mein Stil ist ein Tanz".

Er versuchte, die erdgebundene Schwere im Menschen durch ein "dionysisches Versprechen auf Leben" zu überwinden.

"Ich würde nur an einen Gott glauben, der zu tanzen verstünde.", läßt er Zarathustra sagen.

(Also sprach Zarathustra I, Vom Lesen und Schreiben)

Ihm schien jeder Tag vergeudet, an dem es kein Tanzen gab.

"Wie ein roter Faden zieht sich die Vorstellung und Rolle des Unbewußten und seine Auswirkungen durch den kreativen Gedankenprozeß der Zeit, von Isadoras Suche nach der Seele bis zur Tanztherapie."

(Zit. W.Sorell, a.a.O.)

Kunst war Mittel des Selbstausdrucks geworden. Die Bilder Klee's bezeichnet W. Sorell als "Graphik gewordene Lyrik musikalischer Rhythmen".

RUDOLF VON LABAN, zuerst Maler und Illustrator, lernte die Methoden von Dalcroze kennen und begann selbst, rhythmische Gymnastik zu unterrichten. Er studierte intensiv den inneren Rhythmus des Menschen und wie er sich in seinen Bewegungen äußert. Er stellte wichtige Theorien auf, die später den Therapeuten von großem Nutzen waren.

MARY WIGMAN, eine seiner Schülerinnen, erinnert sich in ihrer Autobiographie an Szenen auf dem Monte Verità, in denen Laban kranke Kurgäste dazu brachte, sich sogar aus dem Rollstuhl zu erheben und einige Tanzschritte zu machen. Magie, fragte sich M.Wigman, Suggestion, oder die geschickte Anwendung einiger Übungen - Kopf, Arme, Schulter - bis er den Patienten ein Gefühl der Sicherheit und Freude an der Bewegung vermitteln konnte. Das war schon im Jahre 1913 !

Als Mary Wigman einen Vertrag als Lehrerin an der Dalcroze-Schule in Berlin bekam, meinte Laban, sie gehöre auf die Bühne. Diese Entscheidung führte zur Geburt des Ausdruckstanzes.

Die Kompanie DENISHAWN spielte eine wichtige Rolle im "modern dance", der amerikanischen Form des Ausdruckstanzes, der auf dem Monte Verità begann.

MARTHA GRAHAM war eine Schülerin der DENISHAWN-Schule, die eine vereinfachte Ballettechnik, barfuß gemischt mit Dalroze-Ideen praktizierte.

1916 wurde in Zürich der DADAISMUS geboren (obwohl eigentlich schon 1914 von Duchamps und anderen in New York gezeugt). Bei einer Tanzvorführung der Laban-Schule wurde ein Thema ohne Story gezeigt, Hans ARP hatte ein abstraktes Bühnenbild entworfen und JANCO Masken, die keinem Gesicht glichen. DADA wurde Mitte der 20-er Jahre vom Surrealismus absorbiert, in den 60-er und 70-er Jahren tauchte er wieder auf.

Am Bauhaus verwandelte OSKAR SCHLEMMER den Tänzer-menschen in eine mechanische menschliche Figur.

Nach dem 1. Weltkrieg setzte sich in Deutschland der expressionistische Tanz langsam durch.

MARY WIGMAN gründete 1920 eine Schule in Dresden, aus der auch GERT PALUCCA hervorging.

Zur gleichen Zeit tanzten die Wiesenthal-Schwestern "die Seele der Straußwalzer" mit sanften, fließenden, gleitenden Gesten. Gemeinsam war ihnen der Gedanke, daß es ohne Ekstase keinen Tanz gäbe, aber M. Wigman war überzeugt, daß es keinen Tanz ohne Form geben könnte.

HARALD KREUTZBERG (1902-68) tanzte, um sich selbst auszudrücken (wie Isadora Duncan).

KURT JOOSS (1901-79) hatte von LABAN gelernt, wurde aber ein besserer Choreograph.

Ein Ereignis der 20-er Jahre war die LABANOTATION, die Tanzschrift R.v.LABANS. 1928 kam sie unter dem Titel KINETOGRAPHIE heraus, darin waren der Bodenweg und die Körperbewegungen leicht lesbar festgelegt. Ein Mitarbeiter Labans erweiterte die Tanzschrift durch 5 Linien, als wären die Zeichen vertikale Noten. ISADORA DUNCAN war die Seele des modern dance, MARY WIGMAN gab ihm Form und Gestalt, MARTHA GRAHAM gab ihm den "American Spirit":

Mit ihrem Debut 1926 war der modern dance geboren. Als sie in Chicago ein Bild Kandinsky's sah, sagte sie: "So will ich tanzen."

Die beiden Extreme "Anspannung und Entspannung" von denen Laban sprach, werden bei ihr zu "contraction und release" erweitert.

Ihre Bewegungen sind eckig und schlagartig, aus höchster Spannung kommt unerwartete Freiheit.

Sie sagt: "Was du bist, findet Ausdruck, in dem was du tust," und "Der Tanz kommt aus den Tiefen der inneren Natur des Menschen, dem Unbewußten, wo die Erinnerung weilt."

HANYA HOLM übernahm die Schule Mary Wigman's in New York, die die Brücke zwischen Ausdruckstanz und amerikanischem modern dance wird.

Auch das Ballett entwickelte sich in Amerika rasch, in den 40-er Jahren hatte das psychologische Ballett festen Fuß gefaßt. Zur gleichen Zeit verloren sich die Themen des modern dance in Selbstanalyse, eine Erscheinung, die aber auch positive Vorzeichen annahm, als sich aus diesen Exzessen die Ideen der Tanztherapie entwickelten.

Nach dem 2. Weltkrieg waren Ballett und Ausdruckstanz in desolater Situation. Im Westen war der kreative Funke des Ausdruckstanzes erloschen. Die PALUCCA hatte ihn im Osten - in Dresden - weiterleben lassen.

In den 50-er Jahren erreichte das Musical seinen Höhepunkt, aber auch Ballett und modern dance wurden einander näher gebracht.

Einige literarisch-orientierte Tänzer glaubten, am Wort festhalten zu müssen und tanzten zu Gedichten. Diese lyrisch-dramatische Tanzform hatte in den 50-iger Jahren ihren Höhepunkt gehabt (RUDOLF STEINERS EURYTHMIE hatte ebenfalls daran festgehalten).

1952 kam ein Wendepunkt.

Der Existenzialismus und das Theater des Absurden hatten ihre letzte Stufe erreicht.

JOHN CAGE veranstaltete das 1. Happening mit Tanz, Lyrik, Prosa, Film und Musik.

Die Trends weisen in die 60-er Jahre. Die Beatniks wenden sich gegen die Konsumgesellschaft, die Hippiebewegung, die Flucht zur Droge, zu den Gurus kennzeichnen dieses Jahrzehnt. Die Neo-Dadaisten machten "tabula rasa". Die Nacktheit auf der Bühne war schon in den 20-er Jahren ein Ausdruck der Freiheit

JOSEPHINE BAKER tanzte nackt in den Folies Bergères. ANN HALPRIN ließ in San Francisco nackte Gestalten in Papier untergehen und auftauchen und entwarf dabei faszinierende Bilder.



Doris Humphrey in einer Bewegungsstudie aus dem Jahre 1926, als sie noch mit der Denishawn Kompanie tanzte.

ALVIN AILEY bringt das Leben und Milieu der Neger auf die Bühne.

Der modern dance ermöglicht es dem Neger Gleichberechtigung zu erreichen, da er seinen tänzerischen Möglichkeiten entspricht.

Die POSTMODERN-DANCE Bewegung führte die Grundideen MERCE CUNNINGHAM'S, einst Partner von MARTHA GRAHAM in endlose Leere und Weite. Er wollte nichts Spezielles mit seinen Bewegungen ausdrücken, sondern nur eine bestimmte Atmosphäre erzeugen.

Es gab dafür die verschiedensten Namen: Performance, Conceptual- oder Minimal Art.

Die 70-er Jahre sind die Zeit der künstlerischen Stagnation, der Selbstbesinnung.

TWYLA THARP in Amerika und PINA BAUSCH in Deutschland, 2 Gegensätze, füllen dieses Vakuum.

TWYLA THARP glaubt an die Bewegung, vital und oberflächlich, ohne Bedeutung.

"Bei PINA BAUSCH ist alles Bedeutung."

(W.Sorell, a.a.O.)

Sie selbst sagt:

"Ich tanze, weil ich traurig bin".

Sie führt dem Zuschauer die eigene "Nacktheit" vor, durch die Veräußerlichung der inneren Erlebnisse. Ansonsten gab es in den 70-er Jahren "Nichts Neues in der Kunst" (W.Sorell a.a.O.)

Der Tanz war populär geworden, es gab viele technisch ausgezeichnete Tänzer, genug Talente aber keine Schöpfungskraft.

"Was hat den Tanz populär gemacht?" fragt Sorell.

"Ist es das körperlich-seelische Gefühl der Selbstbefreiung, das in der Bewegung verborgen liegt?"

Leonardo da Vinci sagt: Bewegung ist Leben. Erinnern wir uns unbewußt an den Tanz als eine primäre Quelle der Selbstoffenbarung ?"

(W.Sorell a.a.O.)

Heute gibt es einen Super-Ausdruckstanz, der oft wenig mit Tanz, doch viel mit Theater zu tun hat, mit dem Ausdruck einer Aussage.

PINA BAUSCH und REINHILD HOFFMANN bewegen sich in Richtung Theater.

"Hoffmann symbolisiert in ihren Soli einen Kampf, in dem sie die Außenwelt als irgendein vom Körper untrennbares Material darstellt.

Im SOLO MIT SOFA beherrscht der Stoff des Überwurfs die feindliche Welt, legt ihre Bewegungen fest."

(W.Sorell, a.a.O.)

Das erinnert mich an die Tanz-Performance "ELKIA" MARTA BINETTI'S bei den Minoriten, die sie auch bei den Wiener Festwochen 1989 zeigte.



Schnaufen statt Musik: Marta Binetti

Foto: Festwochen

2. TANZ THERAPIE

2.1. TANZ ALS THERAPIE

Niemals sind wir ungeschützter
gegen das Leiden, als wenn wir es lieben.

Sigmund Freud

Wer auch immer die Existenz des Unbewußten leugnet,
nimmt in der Tat an, daß unser gegenwärtiges Wissen
der Psyche total sei. Und dieser Glaube ist klarerweise
genauso falsch wie die Annahme, daß wir alles wissen,
das über die Natur und Universum zu wissen ist. Unsere
Psyche ist ein Teil der Natur, und ihr Rätsel ist genauso
grenzenlos.

Carl G. Jung

Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus, heißt
eine Phrase und kann auch in der intimen Wechselbeziehung
von Körper-Geist-Psyche besondere Bedeutung haben. Es
begann schon mit Isadora Duncan, die fest daran glaubte,
daß Tanz ein Ausdruck des "spirit" sei, von Natur in-
spiziert. "Spirit", wie der Diktionär sagt, ist das
Prinzip bewußten Lebens, das vitale Prinzip im Menschen,
der Vermittler zwischen Körper und Seele. Sie wollte
alles, was den Geist bedrücken kann, durch den Körper
befreien; "ein freier Geist soll den Körper bewohnen",
sagte sie.

Der Mensch werde den Körper tanzen, "der aus jahrhundertelanger zivilisierter Vergeßlichkeit auferstehen wird, doch nicht in der Nacktheit, nicht mehr in Krieg mit Seele und Geist, die eins werden in glorioser Harmonie". Mit diesem Gedanken hat Isadora Duncan in der Berauschtigkeit ihrer Unschuld das Wesen der Tanztherapie vorausgeahnt.

Zur Zeit ihrer Anfänge um die Jahrhundertwende haben die Seelenwellen hochgeschlagen, und Ansätze waren vorhanden, die von den tiefgründigen Zusammenhängen unserer Psyche mit dem Ausdruck des Körpers wußten und nach Anwendungsmethoden suchten. Wie Isadora war auch Stanislawski auf der richtigen Fährte für den Schauspieler, Dalcroze vorerst für den Sänger, doch bald darauf für ihn und den Tänzer. Das Ende des vorigen Jahrhunderts erlebte ein Aufblühen der Körperkultur. Alle Arten von Sport und Heilgymnastiken kamen von Schweden und England nach dem Kontinent, überschwemmt ihn mit neuen Ideen und Methoden; es war wie ein Kreuzzug für den alten Spruch:

Mens sana in corpore sano.

Rhythmische Gymnastik und Tanz wurden austauschbare Begriffe. Es ist mehr als wahrscheinlich, daß der allgemeine Zustand der Dekadenz im fin de siècle das erhöhte Interesse an der Körperkultur als ein Antidot heraufbeschworen hat. Zweifellos hat diese Welle - zusammen mit den verschiedenen Tanzexperimenten - mitgeholfen, das 20. Jahrhundert für den Tanz in allen seinen Erscheinungen zu prädestinieren.

Dabei ist die Erkenntnis alles Psychosomatischen, aller Wechselbeziehungen zwischen Körper und Seele gar nicht so neu. Schon im Jahre 1435 hat eines der Renaissance-

Genies, Leon Battista Alberti, geschrieben, daß "die Bewegungen der Seele durch die Bewegungen des Körpers erkannt werden können".

Die heilende Kraft der Hand hat schon bei den primitiven Völkern eine große Rolle gespielt, bei den alten Ägyptern, in Asien, und die Römer hatten sogar einen Namen für den heilenden Finger gehabt, den *digitus medicus*.

Wer erinnert sich nicht an den berühmten deutschen Arzt aus dem 19. Jahrhundert, Friedrich Anton Mesmer, der an den animalischen Magnetismus im Menschen glaubte und an undefinierbare Kräfte, die aus den Fingern strömen und heilende Wirkung haben können. Glaubte man denn nicht, um auf das Neue Testament hinzuweisen, daß der Heilige Geist über den Menschen kam, wenn Paulus die Hände auf ihn legte ? Es ist kein Sakrileg, wenn man im übertragenen Sinne vergleichsweise das Bild vor Augen hatte, wie ein Therapeut einen geistesgestörten Menschen mit dem Wunder unserer Hände langsam dazu bringt, sich durch den Rhythmus der Bewegung dem Rhythmus des Lebens einzugliedern.

Man könnte unsere Zeit das Jahrhundert psychologischer Aufklärung nennen, ein Moment, das wesentlich zum Werden der Tanztherapie beigetragen hat. So eine Bewegung kommt nicht von heute auf morgen zustande; viele Bausteine müssen zusammengetragen werden, um so ein Gebäude zu errichten. Primär natürlich ist, daß jeder Mensch Musik in sich hat, wenn er sie auch nicht immer hört. Musik ist Rhythmus, und jeder Mensch hat einen ganz bestimmten individuellen Rhythmus, der unbewußt in ihm eingeschlossen ist, der jedoch unter Umständen auch anderen Menschen nicht verborgen bleibt. Wir alle besitzen eine klar umrissene Gestikulation, die unser ganzes Verhaltensmuster kennzeichnet, unsere Gedanken- und Gefühlswelt, unsere Reaktionen zum Ausdruck bringt.

Bewegung kam vor der Musik, denn der primitive Mensch hatte als sein unmittelbarstes Ausdrucksmittel seinen Körper, das er dem Rhythmus der Natur und des Kosmos anpaßte. Daß die Tanztherapie in den Vereinigten Staaten ihre anfänglich stärksten Impulse erhalten hat, ist auf ein seltsames Phänomen in der Entwicklung des modern dance in den vierziger Jahren zurückzuführen. Der Ausdruckstanz - barfuß mit dem Boden, der Erde in direktem Kontakt (eine Rückkehr zum Tanz der frühen Menschen) -, dessen ursprüngliche Kraft die Ausschöpfung des inneren Ich war, die Veräußerlichung und Gestaltung eines Gefühlserlebnisses oder Seelenzustandes, hatte in der ersten Hälfte jener Dekade einen Punkt erreicht, an dem künstlerische Selbstäußerung zu Exzessen der Selbstanalyse führten, zu einem Sichfallenlassen in seine eigenen Probleme, die sich so involviert darstellten, daß der Tänzer nicht aus dem Persönlichen ins universal Gültige vordrang. Dieser tote Punkt in einer Kunstentwicklung wurde förmlich zum Ausgangspunkt für die Tanztherapie. Man sah die Wechselbeziehung zwischen den psychischen Schwierigkeiten und der körperlichen Sprache als einen Weg, mit Hilfe des natürlichen dynamischen Rhythmus Bewegung als Heilmittel einzuschalten, besonders bei jenen Menschen, die dem Verbalen nicht mehr zugänglich waren.

Jede körperliche Ausdrucksform kann ein Mittel sein, um der menschlichen Seele sozusagen an den Leib zu rücken, ein Wegbereiter, der uns der psychischen Problematik näherbringt. Wir alle laufen mit der Maske herum - unserer Persona, wie Jung sie nannte -, mit der wir uns der Welt zu präsentieren wünschen und die uns gleichzeitig als Schutz vor der Welt dient. Der Bewegungs- oder Tanztherapeut ist an den Menschen interessiert,

die diesen Schutz nicht finden, die mit der Welt, aber vor allem nicht mit sich selbst fertig werden. Bewegung drückt nicht nur Emotionen aus, sondern schafft auch ein Gefühl des Wohlseins oder des Sich-Wohlfühlens, so daß die Bewegungscharakteristika eine totale Gefühlsreaktion darstellen.

Nicht jeder Patient akzeptiert Bewegungstherapie sofort, das anscheinend Ungewöhnliche - das gleichzeitig zu selbstverständlich erscheint - schreckt ab. Scheu und Skepsis müssen oft langsam überwunden werden. Auch Patienten, die in psychotherapeutischer Behandlung sind und sich an die verbale Kommunikation mit dem behandelnden Arzt gewöhnt haben, zeigen oft Widerstand, sich in eine Gruppe einzureihen. Wenn auch nicht jeder Patient sofort leicht einer Gruppentherapie unterworfen werden kann, muß doch allgemein angenommen werden, daß die wesentliche Funktion der Tanztherapie darin besteht, eine Wechselwirkung und Beeinflussung unter den Patienten herzustellen, die sich isolieren und unkommunikativ sind. Der Aspekt des Ausdrucks entspricht sehr stark seinem sozialen Potential. Man hofft natürlich, daß durch die gemeinsame Erfahrung, Gefühle durch Bewegung auszudrücken, die Patienten einen Gemeinschaftssinn, ein Zugehörigkeitsgefühl entwickeln. Man hat festgestellt, daß Patienten, die ein Verhältnis zu einem anderen Menschen nicht dulden und erdulden können, im Kollektiv ihre Furcht, Wut, Sorge und ihren Widerwillen durch Bewegung besser ausdrücken. Es ist auch wesentlich, daß ein Patient im rhythmischen Zusammensein unbewußt entdeckt, wie er sich mit den Gefühlen eines anderen identifizieren kann, die durch Bewegung zum Vorschein kommen.

Von größter Wichtigkeit ist auch das Problem, wie der Tanztherapeut in der Bewegung ein Verhältnis zwischen sich und dem Patienten herstellen kann. Dies geschieht zumeist in Einzeltherapie, indem er die Bewegungen des Patienten imitiert und aus dieser Bewegungsimitation den Patienten auf neue Wege führt, ihm andere Möglichkeiten des Ausdrucks eröffnet. Der Patient muß ermutigt werden, mit seinem eigenen Körper besser bekannt zu werden, denn nur was man kennt, kann man lieben - so wie man nur lieben kann, was man kennt. Der Kranke soll seine einmalige und einzigartige Individualität erfassen. Daß natürlich Spannung durch rhythmische Aktivität reduziert und die Blutzirkulation erhöht wird, wodurch eine normale Muskelentspannung einsetzt, ein Gefühl wohliger Müdigkeit, ist etwas, was als ein Nebenprodukt der Tanztherapie angesehen werden kann.

Es ist verständlich, daß die empirische Erfahrung jedes Tanztherapeuten zu einer individuellen Einstellung und Methode führt. Es ist auch anzunehmen, daß eine Spezialisierung auf ganz gewissen Gebieten zu den größten Erfolgen führen könnte: zum Beispiel die Arbeit mit Blinden, mit Rauschgiftsüchtigen oder mit schwangeren Frauen. Die überwiegende Mehrheit aller "dance therapy sessions" ist der Gruppentherapie überlassen. Es bleibt immer die wesentliche Aufgabe der Therapeuten, jedes Bewegungsdetail des einzelnen innerhalb der Gruppe aufzunehmen und festzuhalten, jedoch gleichzeitig jene autistische Bewegung, die sein Problem kennzeichnet, zu erkennen. Den Widerstand zu brechen, wenn er in starkem Maße vorhanden ist, bleibt die größte Forderung an den Therapeuten. Doch ohne Mitwirkung des Patienten muß er scheitern. Welche Methode er auch benutzt, er muß den einzelnen Fall der Gemeinsamkeit der Gruppe zuführen.

Die meisten Therapeuten arbeiten mit Musik oder einem Schlagzeug. Manche aber sind der Meinung, daß jeder Laut vom Patienten selbst als sein persönlicher Ausdruck kommen muß, denn jedes Musikstück mit seinem bestimmten Rhythmus wirkt einschränkend, da er dem Patienten eine gewisse Stimmung aufzwingt (wir müssen nur an einen Walzer oder eine Polka denken). Einige Therapeuten gehen von dem Gedanken aus, daß der ganze Körper ein Erinnerungsvermögen hat und daß er in seiner Bewegung sich jener Zeit und jenem Alter angleicht, woran er sich erinnert. Es besteht auch die Annahme, daß der sich bewegende Körper sogar Träume an die Bewußtseinsoberfläche bringt.

Einige Therapeuten gehen von der Meinung aus, daß man sozusagen den psychischen Rhythmus eines Patienten ändern kann, wenn man instande ist, seinen Bewegungsrhythmus zu ändern. Trudi Schoop arbeitet von diesem Standpunkt aus. Ich zitiere aus ihrem Buch,

. komm und tanz mit mir

Die unerbittlichen Wiederholungen der bizarren Haltungen und Bewegungen, die der Körper eines psychotischen Menschen zeigt, ist eine unheimliche Erscheinung. Um Vertrauen zu gewinnen, versuche ich, mich in diese seltsamen körperlichen Ausdrucksformen hineinzusetzen. Ich verbinde meinen Körper mit dem des Patienten. Wenn ich versuche, seine Art des Ausdrucks zu übernehmen, kann ich die Gefühle, die diesem Ausdruck zugrunde liegen, besser verstehen, und der Patient seinerseits fühlt sich verstanden.

Tanz richtet sich immer an die gesunde Seite der menschlichen Natur, die in jedem noch so kranken oder verwirrten Menschen vorhanden ist. Jeder von uns erinnert sich an eine Zeit, in welcher sein Körper noch im Urzustand seiner eigenen Freude lebte. Diese Urfreude an der Bewegung lebt im Tanz in der vielleicht intensivsten Form weiter. Jeder, der die Welt des Tanzes erlebt hat, weiß, wieviel Freude der Körper uns geben kann. Deshalb möchte ich das angeborene Talent des Körpers zur Freude an sich selbst aufleben lassen und versuchen, die seelischen Wunden zu heilen, indem ich dem Menschen ein neues und positives Gefühl für seinen eigenen Körper zu vermitteln versuche.

Die funktionellen Fähigkeiten des menschlichen Körpers sind beinahe unbegrenzt, wenn dieser Körper ohne Einmischung von außen sich entwickeln darf. Wir alle tanzen vom Säuglingsalter an über die Kindheit ins Erwachsenen- bis ins Greisenalter hinein. Ich versuche, den Patienten die ganze Palette dieser Entwicklung erleben zu lassen. Wenn er kriecht, sich wälzt, kugelt, wiegt, wirft, nimmt, gibt, hopst, springt, hüpf, erfährt er sich, erfährt er die Welt. Während der Patient diese Urthemen der Bewegung ausführt, ahnt er vielleicht zum ersten Mal, daß er ist und wer er ist. Er beginnt zu begreifen, daß dieser Körper, der kriecht, kopst, hüpf, läuft, lacht oder weint, ihm gehört. Ein vages Körperbild beginnt sich abzuzeichnen - wir nähern und dem Tanz.

Rudolf Labans Theorie von Effort/Shape - wörtlich: Anstrengung/Gestaltung - gewinnt unter den Tanztherapeuten, besonders in Amerika, immer größere Bedeutung und Verbreitung. Sie beruht im wesentlichen auf der Beobachtung, daß die Bewegungen des Patienten seiner Persönlichkeit entsprechen und der Tanztherapeut sie fast so aufschreiben kann wie Musiknoten, die abgelesen werden können. Auf einer Linie liegt die Intensität der Bewegung, die als leicht oder stark, rasch oder langsam, direkt oder indirekt bezeichnet werden kann. In zweiter Hinsicht kommen die räumlichen Elemente in Frage, die Raumausnutzung, die Laban als erweiternd oder einengend, erhebend oder fallend, sich vorwärtsbewegend oder zurückziehend beschreibt. Auf der dritten Linie finden wir den Bewegungsimpuls, den Laban als gebunden oder frei, sich vom Körper weg- oder in der Richtung zu ihm hinbewegend sieht. Diese qualitativen Bewegungen können ziemlich präzise aufgezeichnet werden, sie zeigen, wie der Patient sich selbst und seine Umwelt fühlt. In ihrer Gesamtheit gesehen lassen diese Bewegungs-Notationen auf das charakteristische Verhaltensmuster des Patienten schließen.

Auszug aus: "Aspekte des Tanzes"

Heinrichshofen`s Verlag Wilhelmshaven

2.2. TANZTHERAPIE HEUTE

2.2.1. INTERVIEWS

Die Befreiung des Tanzes, die Versuche, sich selbst im Tanz zum Ausdruck zu bringen, führten Ende der vierziger Jahre zur Begründung der Tanztherapie. Gleichzeitig und ohne voneinander zu wissen, begannen MARIAN CHASE an der Ostküste und TRUDI SCHOOP (geb. 1903) an der Westküste der Vereinigten Staaten mit psychotischen Patienten zu tanzen. Wenig später erkannte LILJAN ESPANAK (die ihr Geburtsdatum "vergessen" hat), daß durch Bewegung Erinnerungsmaterial ins Bewußtsein gespült werden kann, das weiterbearbeitet werden muß. Sie begann das therapeutisch wirksame Tanzen mit Methoden der verbalen Psychotherapie zu verknüpfen.

Im Nachkriegs-Berlin arbeitete ILSE MIDDENDORF (geb.1919) am Atem und entwickelte immer differenziertere Methoden, den Atem kommen, gehen und von selber wiederkommen zu lassen.

LAURA SHELEEN (geb.1925), ursprünglich Tänzerin, arbeitete in Paris mit Schauspielern an der Strukturierung des Raumes und seiner Bedeutung im eigenen lebensgeschichtlichen Zusammenhang. Dabei entdeckte sie die heilsame Wirkung improvisierter Darstellungen.

Zufällig entdeckte sie, daß die Arbeit mit Masken, die Wirkung dieser Arbeit steigern konnte.

Im Gegensatz zu den bisher angedeuteten, aktiven Methoden entwickelte GERDA BOYESEN (geb.1922 in Norwegen) ebenfalls in den sechziger Jahren, ein therapeutisches Vorgehen, bei dem der Klient überwiegend passiv ist. Sie beobachtete, daß Neurosen sich ohne verbale Psychotherapie und allein durch eine bestimmte Massagetechnik auflösen ließen.

Alle diese Methoden gehen davon aus, daß der Körper der Endpunkt innerer Störungen und der Anfang ihrer Lösung sein kann. Kennzeichnend für die Heilungsversuche ist, daß sie nicht Krankheiten bekämpfen, sondern gesunde Kräfte im Menschen voraussetzen und diese zu stärken versuchen. Über Veränderungen im Körper werden Erinnerungen und Assoziationen wieder wach. Fasziniert von der wiederentdeckten eigenen Leiblichkeit und den deutlich spürbaren Effekten einzelner Techniken erscheint vielen die Erfahrung, "daß überhaupt etwas passiert", wie ein Wert an sich.

KAYE HOFFMAN hat den Trancetanz als energetische Erfahrung nicht nur in Workshops angeboten, sondern sich auch theoretisch damit auseinandergesetzt. Sie hat weder die therapeutische Wirksamkeit dieser energetischen Erfahrung als Erste entdeckt, noch die Methoden des Trancetanzes entwickelt. Ihre Besonderheit liegt darin, daß sie die Kunst, den Boden unter den Füßen zu verlieren, aus anderen Kulturen übersetzt.

Worin unterscheiden sich nun diese Therapiearten, wie gehen die einzelnen "Therapeutinnen" (ursprünglich hieß es einfach "Diener" oder "Pfleger") vor ?

Die EUTONIE, von GERDA ALEXANDER entwickelt, strebt den ausgewogenen Spannungszustand, den Eutonus des Üben- den an. Wichtig ist die Balance zwischen Spannung und Entspannung. Durch konkrete Fragen wird auf ein Durchdringen des Körpers mit Bewußtsein hingearbeitet. Analog zur Beobachtung, daß Bewußtseinskräfte in Form negativer Einbildungen Krankheiten bewirken, sollen diese Bewußtseinskräfte, positiv gestärkt, zur einer Selbstheilung führen.

Neben Bewußtseins- und Konzentrations-, Haltungs- und Streckübungen spielen die Kontaktübungen eine besondere Rolle. Durch Befühlen von Bällen, Kastanien oder anderen Objekten sollen eine geistig-seelische Kontaktarmut und deren körperliches Korrelat, die körperliche Verspannung, günstig beeinflußt werden. Der hergestellte Etonus der einzelnen Körperpartien wird durch ein System von Kontrollstellungen überprüft.

Die von Gerda Alexander entwickelte Methode wird heute in Ausbildungslehrgängen, die vier Jahre dauern, vermittelt.

Sie erzählt selbst:

"Die Menschen, mit denen ich arbeitete, änderten sich nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Oft beobachtete ich einen geradezu psychotherapeutischen Effekt. Mit den Modellagen, die wir manchmal anfertigen, kommt viel zutage: wenn jemand mit geschlossenen Augen in weichen Ton seinen Körper modelliert, spiegelt das in ganz erstaunlicher Weise sein unbewußtes Körperbild. Während der gemeinsamen Arbeit verändern sich die Modellagen und es ist wirklich spannend, was manchmal dabei herauskommt".

Sie will ihre Schüler stützen, aber nicht in eine Erkenntnis pressen:

"Das ist ungefähr das Schlechteste, was man machen kann: Macht über einen anderen Menschen gewinnen zu wollen. Man kann jemandem helfen, seinen Weg zu entdecken, man kann ihm verschiedene Übungen empfehlen, die ihm dabei helfen könnten. Aber es ist nicht der richtige Weg, zu sagen, daß muß so und so sein. Dann imitiert der Mensch nur und hat gar kein wirkliches Erlebnis."

(Wuppertal, 9.4.1988)

Die GERDA-BOYESEN-Methode (BIODYNAMISCHE PSYCHOTHERAPIE) arbeitet mit mentalen, emotionellen und körperlichen Zusammenhängen, deren Bindeglied die "Bioenergie", also die Lebensenergie ist.

In ihrer "Biodynamischen Psychologie" hat Gerda Boyesen mehrere Methoden entwickelt. Die biodynamische Massage arbeitet auf 2 Ebenen:

auf der Ebene des Körpers und in der Ebene der Aura. Auf beiden Ebenen werden Energieblockaden durch Massage-techniken aufgelöst. Dadurch wird die "Psychoperistaltik" angeregt: ein körpereigener Regulierungsmechanismus, mit dem nervöse Spannungen "verdaut" und beseitigt werden. Der Erfolg dieser Auflösungen läßt sich sogar an einer bestimmten Art von Darmgeräuschen, die mit Hilfe eines Stethoskops abgehört werden können, nachprüfen.

Die PSYCHOMOTOR THERAPIE von LILJAN ESPANAK ist ein System, in dem man sich emotionalen Inhalten, die sich im Tanz ausdrücken, mit dem psychodynamischen Verständnis der verbalen Psychotherapie nähert.

Der Diagnostest besteht darin, den Patienten bestimmte Bewegungen ausführen zu lassen, wie Gehen, Sitzen, Anlehnen usw.

Die Ursache psychischer Störungen wird in Anlehnung an die Individualpsychologie Alfred Adler's u.a. in unterdrückten Aggressionen gesehen, in Minderwertigkeitsgefühlen sowie in einem schädigenden Lebensstil, also in dem Grundmuster, nach dem das eigene Leben strukturiert wird.

Die Methoden der Psychomotor-Therapie, insbesondere ihre Verknüpfung von funktionellem Körperbau, persönlichen Körperhaltungen und der Weise, in der diese Haltungen den Spiegel innerer Zusammenhänge darstellen, sind inzwischen zum konstitutiven Bestandteil tanztherapeutischer Ausbildungen geworden.

Lilian Espanak hatte übrigens bei Mary Wigman gelernt und war 2 Jahre in ihrer Tanztruppe in Dresden.

Vom Hitlerregime vertrieben, ging sie zuerst nach England und später nach Amerika. Dort gab sie Kindern Tanzunterricht und mietete ein kleines Theater für ihre improvisierten Aufführungen.

Sie erzählt: "... Es fing damit an, daß ich während des Tanzunterrichtes mit den Schülern eine 'Therapie' machte, ohne daß ich oder die Schüler etwas wußten. Manchmal kam jemand zu mir und sagte: 'Seit ich bei dir Tanzunterricht nehme, bin ich ein ganz anderer Mensch geworden, viel freier und geselliger.' Heute kann ich dieses therapeutische Phänomen auch in anderen Zusammenhängen erkennen. Die Volkstänze zum Beispiel sind Vergnügungstänze, aber sie sind zugleich die unausgesprochene und sehr einfache Absicht einer Therapie. Sie wurden in allen Kulturen seit Menschengedenken dazu benutzt.

In gewisser Weise war mein Weg ähnlich. Ich lehrte Menschen zu tanzen und beeinflusste damit ihre Körper. Wenn wir einen Körper verändern, gibt es ein Feedback an das Gefühlsleben, denn Körper und Seele sind eine Einheit. In der praktischen Arbeit begann ich die Abhängigkeit und Wechselwirkung der beiden miteinander zu verstehen ..."

Nach dieser Erfahrung versuchte sie mit geistig Behinderten in einer Klinik zu arbeiten und hatte großen Erfolg damit.

Sie hatte Kontakte mit Wilhelm Reich und Alfred Adler, absolvierte am Alfred Adler-Institut eine psychologische Ausbildung und verwertete sie in ihrer Arbeit mit den Schülern.

Im Mittelpunkt der "FUNKTIONELLEN ENTSPANNUNG" von MARIANNE FUCHS steht der Leib, mit dem der Mensch sich und die Welt erlebt und mit dem er sich in der Welt verhält. Am Atemrhythmus, in seinem Bewegtsein und Sich-Bewegen-Lassen stellt sich der Leib am deutlichsten dar. Dementsprechend ist die Entspannung des Zwerchfells mit dem Ziel, den Eigenrhythmus zu finden, zu entwickeln und zu stärken, das zentrale Anliegen dieser Methode. Das Loslassen im Ausatmen wird durch den Einsatz der Stimme und mit Hilfe von Tönen und Lauten unterstützt.

Die "Funktionelle Entspannung" wird inzwischen von den Krankenkassen (in Deutschland !) als abrechnungsfähig anerkannt.

Der "Erfahrbare Atem" den ILSE MIDDENDORF lehrt, will zwischen dem willkürlichen Atem und dem unbewußten Atem eine dritte Atembewegung spürbar machen. Es ist der Atem, den man kommen läßt, den man gehen läßt und auf den man wartet, bis er selber wiederkommt. Mit Hilfe verschiedener Übungen werden fünf Atemräume aufgedeckt: der Vitalraum, der Raum der Entfaltung, der Raum der Achtsamkeit, Außenraum und Innenraum. Angestrebt wird ein Zustand, in dem die Bewegung aus dem Atem kommt. Dies geschieht über Dehnungen, Druckpunktarbeit und Vokalraumbildung. Von Erwartungen, Forderungen und Zielen des Ichs befreit, indem man sich so nimmt und akzeptiert, wie man sich erfährt, ist der Weg zur Selbstanalyse frei.

Für TRUDI SCHOOP ist "Tanz" nicht die Ausführung vorgefertigter Formationen, sondern ein individuell geschaffener Stil körperlicher Bewegung, der das Wesen des Menschen spiegelt.

Ihre Therapie geht davon aus, daß der Tanz den ängstlichen, in sich gekehrten, weltabgewandten Menschen öffnen kann.

Für sie ist Tanzen eine Form der Kommunikation und entspricht einem vitalen Bedürfnis.

Über den Tanz soll ein Weg geöffnet werden, komplexe und verborgene Gefühle non-verbal zu artikulieren.

Grundlagen der praktischen Arbeit sind die Mittel und Elemente des Tanzes. Haltung, Gebärde, Bewegung, Körpervorstellung, Identität, Projektion und Identifikation des Selbst werden tänzerisch erprobt. In Verbindung mit Musik wird - gemäß den Möglichkeiten des einzelnen - an der Erfahrung des Atems, des eigenen Stehvermögens, der körperlichen Mitte und an den unterschiedlichen Spannungen im Körper gearbeitet. Zur kreativen Bewegung durch Musik angeregt, soll eine Erfahrung von Raum, Zeit, Bewegung, Rhythmus und des eigenen Zentrums gewonnen werden; die Erweiterung der Erlebnismöglichkeiten und die Kräftigung des eigenen Lebensgefühls stärken die Selbstheilungskräfte des Menschen.

Die Arbeit "EXPRESSION/IMPRESSION CORPORELLE" von LAURA SHELEEN, die in New York zusammen mit Martha Graham gearbeitet hat, zielt zunächst darauf, das Unbewußte zum Sprechen zu bringen. Durch die veränderte Beziehung zwischen Bewußtem und Unbewußtem sollen einer Neuorientierung die Wege eröffnet werden. Im wesentlichen umfaßt die Arbeit die Schaffung von Masken als eine manuelle und künstlerische Tätigkeit und die Schaffung von Bühnenspielen.

Hier sind neben Gesten auch Schreien, Singen, Weinen, Rufen und Klagen erlaubt, nicht jedoch das Sprechen. Die Explorationen, die in dieser Körperarbeit stattgefunden haben, werden anschließend gemeinsam erörtert. Dadurch wird zwischen dem Bewußten und dem Unbewußten eine Brücke geschlagen. Hat das Bewußtsein die Äußerungen des Unbewußten schließlich verstanden, kann es Signale geben, die dem Unbewußten beweisen, daß es registriert, verstanden und akzeptiert ist. So hat das Unbewußte die Möglichkeit, aus dem Kreis unermüdlicher Wiederholungen herauszukommen, in dem es gezwungen war, die gleichen Bilder und die gleichen Symptome immer wieder von neuem zu produzieren, und kann sich reorganisieren.

Laura Sheleen findet, daß Mythen auch heute noch unser ganzes Leben durchdringen und bezieht sie deshalb in ihre Arbeit mit ein.

KAYE HOFFMAN vermittelt ethnische Trancetanzformen, in denen Bewegungen in sich eine Sprache darstellen, die energetische Zustände ausdrückt. Bewegungen, die in Europa lange Zeit als Ausdruck von Besessenheit, Wahnsinn oder sexueller Hysterie angesehen wurden, werden von Kaye Hoffman in ihrem transzendentalen Aspekt herausgearbeitet. Ihr Trancetanz steht nicht wie der Tanz unter dem Vorzeichen von Körperbeherrschung und Können, Trancetänze sind vielmehr der Ausdruck einer inneren Bewegtheit. Dabei geht es vorerst um die Vermittlung und Bewußtmachung bestimmter Lebensgefühle.

Sie hat in Brasilien den Trancetanz kennengelernt und ihre Begabung dafür erkannt. Durch Bewegungsarchetypen wie Schütteln, Wiegen, Schaukeln, Schlingern werden bestimmte Bewußtseinszustände ausgelöst.

Zusammenfassung der Interviews von Hadassa K. Moscovici in "Vor Freude tanzen, vor Jammer halb in Stücke gehn" Pionierinnen der Körpertherapie, Frankfurt 1989

2.2.2. INTERVIEW MIT MARTA BINETTI

Die Argentinierin MARTA BINETTI, die ich selbst in München besucht habe, sieht den Tanz im Kontext der kulturellen und sozialen Entwicklung des Menschen. Nach klassischer Tanzausbildung, der Begegnung mit Candomblès und Macumbas in Brasilien sowie durch die Auseinandersetzung mit Methoden der Körperwahrnehmung und Sensibilisierung entwickelte sie ihre Lehre des "AWAR-TANZES" (awareness = Bewußtheit).

Im "tanz aktuell 11/88" stellt sie ihren anthropologischen Ansatz zum Tanz vor:

DIE BEWUSSTHEIT UND DIE ERFAHRUNGSEBENEN IM AWAR-TANZ.

WACHSTUM UND SCHÖPFUNG.

DIE VERANTWORTUNG.

Das Tanzen ist Lebenserfahrung und berührt Emotion, Idee und die sensitive Natur des Menschen. Die Bewußtheit bringt im Awar-Tanz diese Ebenen der Erfahrung ins integrierte Zusammenspiel.

Durch körperlichen Ausdruck werden Emotion und Sensation nicht als Barrieren, sondern als vitale Konflikte erlebt. Durch die Bewegung kann man Aktion, Gefühl und Idee harmonisieren. Die artifizielle Trennung zwischen Geist und Körper hat viele Aspekte unseres Seins auf ein begrenztes Feld unserer Impulse beschränkt, die oft durch Vorurteile und Selbst-Schutz abgelenkt werden. In diesem Feld leben aber die Teile unseres Seins, die wir regieren. Im Awar-Tanz sollen die Impulse wachsen und ausgedrückt werden...

SENSIBILISIEREN, DESTRUKTIEREN, KREIEREN

Die Integration von Aktion, Gefühl und Idee wird im Awar-Tanz durch den Weg der Bewegung erfahren. Wir konfrontieren uns mit den Emotionen und ihren Blockaden mit dem Ausdruck, mit der Kreativität und mit dem Wachstum als in jedem Menschen anwesende Fähigkeiten. Durch die körperliche Gestaltung erleben wir alle Ebenen unserer individuellen Erfahrung neu ...

Ein Mensch, der muskulär blockiert ist, hat auch intellektuelle Blockaden, und seine vitalen Fähigkeiten sind eingeschränkt. Jeder Stimulus bringt einen Konflikt und gibt den Impuls für die Aktion, die das dadurch entstandene Ungleichgewicht lösen wird ...

Im Awar-Tanz wird vorgeschlagen, die Konflikte ohne Auswahl und durch Sensibilisierung zu akzeptieren, ... sich selbst zu erfahren und das Selbstbewußtsein auszubreiten....

Wichtig ist der dionysische Kontakt mit der Erde und die weiche Haltung des Unterkörpers.

Die erste Bewegung in der Improvisation heißt "Pulsen": der Puls wird durch die Beine in die Erde hineingedrückt. Das führt zu einer grundsätzlichen Lockerung. (tanz aktuell 11/88)

Im Interview sagt Marta Binetti:

"Ich bin Tänzerin. Ich glaube nicht an eine Tanztherapie. Ich möchte keine therapeutische Situation im Raum. Mein Standpunkt ist, den Leuten zu zeigen, daß sie nicht krank sind."

Meine Frage, ob sie nicht dennoch bei manchen Schülern nach einiger Zeit einen therapeutischen Effekt beobachte, bejaht sie. Er zeigt sich vorallem in der Körperhaltung und der Gestik. Wußte vorher jemand nicht wohin mit seinen Händen und versuchte sie zu verstecken, so kann er nach einer gewissen Zeit des "Trainings" unbefangen gestikulieren - die Hände sind kein Problem mehr.

Trotzdem will sie sich nicht als Therapeutin sehen.

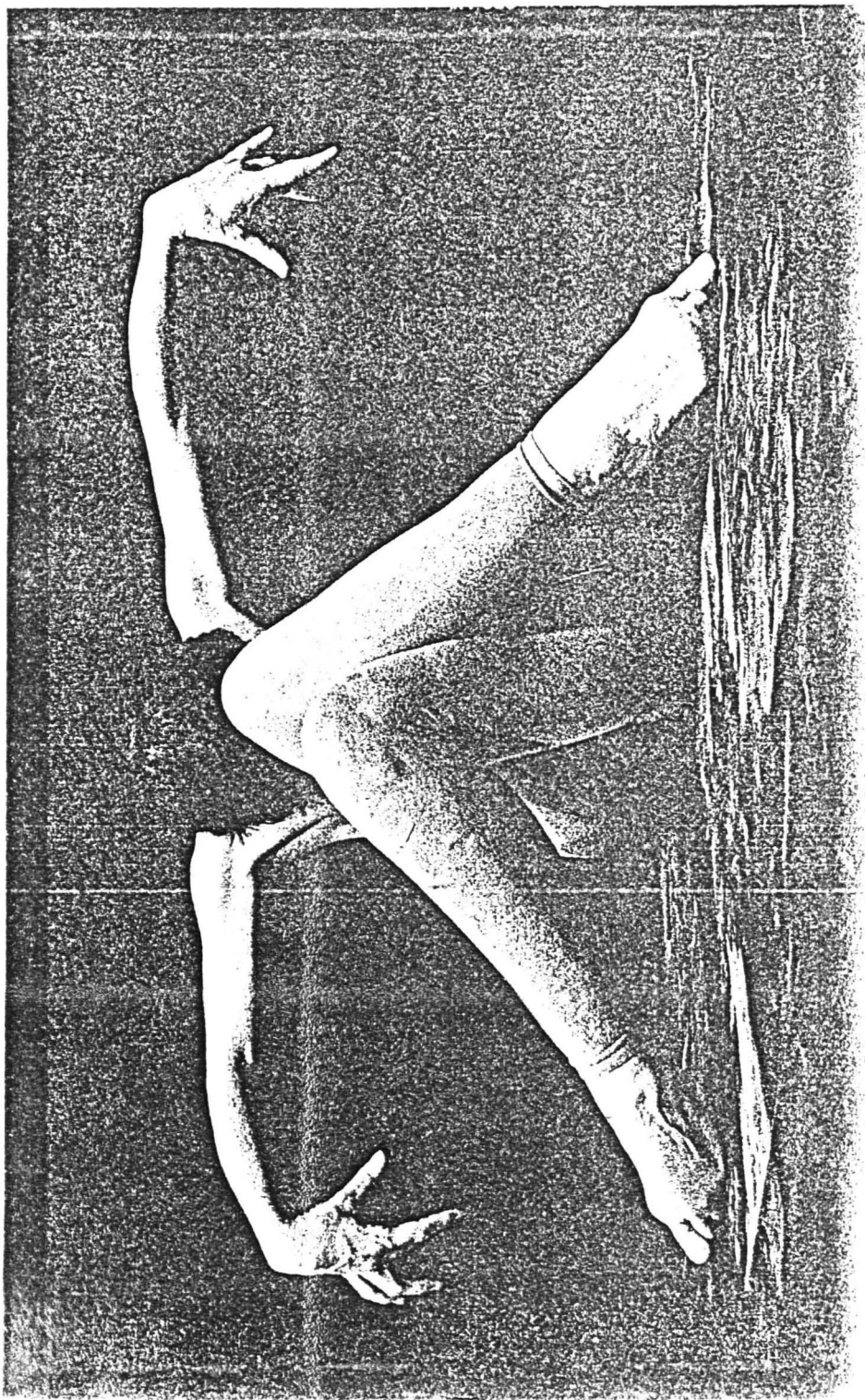
"Ein Therapeut muß über den Dingen stehen, soll alles wissen. Ich bin selbst nur ein Mensch mit Fehlern, ich zeige Übungen, die jeder allein entwickeln soll."

In ihren Performances verkörperlicht sie den Weg vom Es zum Bewußtsein. Sie läßt unbekannte Identitäten in ihr lebendig werden.

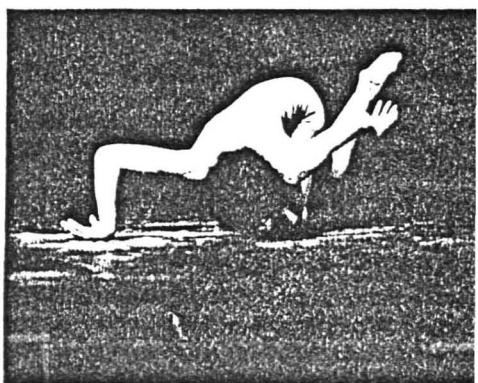
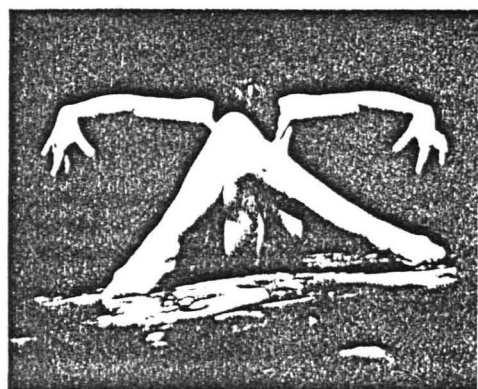
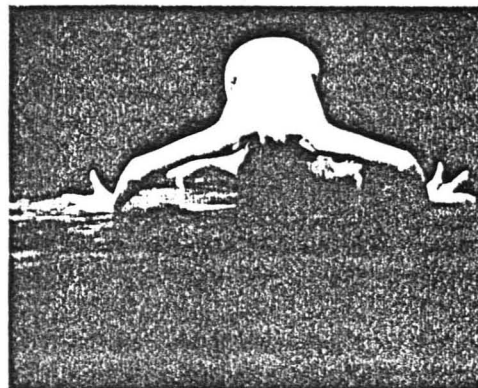
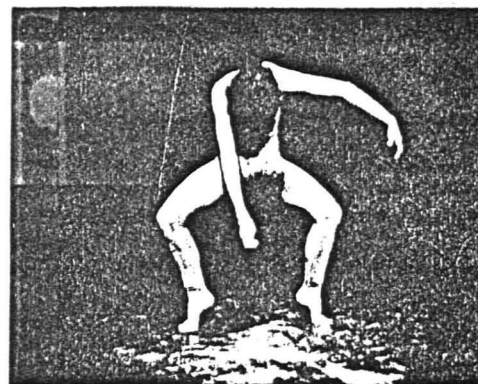
TOBUL, der Abendsegler der ungestaltlichen Türme unserer Städte. Ein überlebender Vogel der Katastrophen unseres Jahrhunderts - ein phantastischer Vogel in einer schmutzigen Welt; in einer Welt, in der die Natur stirbt und die Katastrophen den Menschen zur Überlegung rufen. In dieser Welt ist TOBUL der Schrei eines Vogels, der selbst seinen Tod wählen möchte.



M A R T A B I N E T T I
T O B U L L



Marta Binetti



Marta Binetti „Tobul“, Foto Pepsch Gottscheber

Das Unbekannte haben wir fest im Griff. Die Welt ist verortet, vermessen und katalogisiert, die Phantasie ist entschlüsselt und das Unbewußte geordnet. Die Kentauren, Sphingen und Werwölfe sind „eingegliedert in die intellektuellen Menagerien, die unsere Kultur bereithält. Diese Menagerien verbürgen Objektivität“ (H. P. Duerr, Traumzeit). Und doch gibt es Überläufer, Grenzgänger, die den Schritt in die Wildnis wagen, die sich dem Werwolf ausliefern und ihn in diese saubere Ordnung mitbringen, ihn zeigen, so wie er ist, ungezügelt und ungezähmt.

Wir leben in einer Zeit ohne Skulpturen. In der Skulptur drängt das Bewußtsein an der Grenze des Erträglichen. Skulptur ist materialisiertes Körperbewußtsein, spiegelt das mentale Menschenbild seines Schöpfers. Tanz ist lebendige Skulptur, ist geformtes Bewußtsein.

Den Werwolf zuzulassen, ihn mit meinem Körper und mit seinen Bewegungen bilden und zum Ausdruck bringen, das ist jene Totalität von Bewußtsein, die nicht im Unbekannten sucht, sondern das Unbekannte bedingungslos aufnimmt in eine ansonsten be-



Marta Binetti (Photo: Pepsch Gottscheber)

grenzte Ordnung. Diese auflösende Kraft verletzt die Tabus einer Gesellschaft, welche sogar das Wissen von dem Ungekannten verloren hatte. So nachhaltig hat die Erziehung bis in unsere private, „heimliche“ Sphäre gewirkt, daß Selbstkontrolle, Selbstzucht und Selbstzwänge auch hier vorherrschen.

Der Einbruch des Unbekannten, die Befreiung des Wilden in dieser „heilen“ Ordnung erschüttert die gesetzten Zwänge. Wenn dieses „fremde Tier“ in Marta Binetti tanzt, wenn es in seiner Totalität plötzlich mitten unter uns ist, dann zerfließen diese gesetzten Schranken, dann öffnet sich das Bewußtsein in freier Klarheit, dann revoltiert die Freiheit.

„Je mehr ich mit dem Es kontaktiere, um so größer wird mein Bewußtsein, meine Freiheit. Heute gibt es in mir keine Tabus mehr“.

Borges erzählt die Geschichte eines Magiers, der den Menschen erträumt und ihn der Wirklichkeit aufdrängt. Als das Feuer seine Schöpfung als Phantasma entlarvt, erkennt auch er „erleichtert, beschämt, entsetzt, daß auch er nur eine Scheinhülle war, daß ein anderer ihn träumte“ (Die kreisförmigen Ruinen).



Marta Binetti (Photo: Pepsch Gottscheber)

3. T A N Z T R A U M

3.1. WOZU ?

Im 1. Kapitel wurden die Wurzeln und die Entwicklung der Tanztherapie aufgezeigt, im 2. die Pionierinnen der heutigen Tanz- bzw. Körpertherapiearten und eine Tänzerin, die sichtlich "Tanztherapie" betreibt, ohne es so nennen zu wollen, vorgestellt.

Für diese verschiedensten Methoden, die alle das gleiche Ziel haben, nämlich den Menschen zu helfen, soll auf meiner Insel Raum sein. Gleichzeitig soll sie die Möglichkeit bieten, diese Methoden an Schüler weiterzugeben, die selbst wiederum durch die gesammelten Erfahrungen Neues entdecken können und damit die Fortsetzung und Weiterentwicklung der Therapie ebenso wie des künstlerischen Tanzes gefördert werden kann.

3.2. DER TRAUM VON RAUM

ERGEBNISSE DER INTERVIEWS MIT TÄNZERINNEN

Daß dieser Traum existiert, wurde mir von allen Tänzerinnen, mit denen ich gesprochen habe, bestätigt.

Sowohl Frau Dita de Thiér in Altmünster (GTTÖ: Österr. Gesellschaft für Tanztherapie), als auch die Betreuerinnen des COLOMAN-Institutes (dessen Mitarbeiterin Kaye Hoffman ist) und des ZIST (Zentrum für Individual- und Sozialtherapie, beide Institute befinden sich in München) und schließlich auch MARTA BINETTI, die

ich ebenfalls in München besucht habe, sind mit den derzeitigen Räumlichkeiten, die ihnen für ihre Arbeit zur Verfügung stehen, unzufrieden.

Auf die Frage - nach ihren Traumvorstellungen - kamen von allen ziemlich übereinstimmende Antworten:

Die Säle sollten mindestens 100 m² groß sein;

ein großer heller Saal mit riesigen Fenstern, offenbar, mindestens vier Meter hoch,

keinesfalls mit flachem, sondern mit gewölbtem Dach

wurde von allen als wichtigster Bestandteil eines (leider utopischen) Tanzentrums gesehen.

Weitere Wünsche waren:

- eine Terrasse mit der Möglichkeit einer Überdachung
- ein Raum für Vorträge
- ein Trakt für die Unterbringung der Gäste
- die Zimmer mit Dusche
- eine kleine Bibliothek
- ein Speiseraum
- ein Kommunikationsraum
- eine Werkstätte
- eine Sauna (eventuell mit Schwimmbad)
- Massageräume
- die Fußböden aus Holzbrettern

ansonsten RUHE und viel LICHT !

Als Energiequelle wurden Solarplatten vorgeschlagen.

Die Möglichkeit für Performances sollte durch eine ca. 100 m² große Bühne gegeben sein.

Eine meiner Fragen bezog sich auf die Art der Therapie, die von den einzelnen Tänzerinnen durchgeführt wird. Die Arbeit von Marta Binetti wurde bereits im vorigen Kapitel beschrieben.

In den beiden Instituten ZIST und COLOMAN werden hauptsächlich Methoden der vorher erwähnten Pionierinnen der Körpertherapie angewandt. Daneben werden u.a. die BIOENERGETIK ALEXANDER LOWEN'S, FELDEN KRAISMETHODE, T'AI CHI, GESTALT THERAPIE und MEDITATION als Therapiearten angeboten, deren nähere Beschreibung hier zu weit führen würde.

Erwähnenswert finde ich jedoch die Arbeit von REINHARD WINKLER, dessen WERKSTATT FÜR VERWANDLUNGEN ebenfalls ihren Platz auf der "Insel" finden könnte.

"... Die Maske ist ein Symbol der Grenze. Seit mindestens 10.000 Jahren gebrauchen Menschen Masken, um ihre Grenzen zu erweitern. Masken bauen und in sie hineinschlüpfen läßt uns den Puls unseres ureigenen Lebensprozesses stärker fühlen. Kontakt findet an der Grenze statt. An den Grenzen pulsiert es. An der Grenze erleben wir die Mitte."

(Reinhard Winkler)



HAGAZUSSA ÜBER SICH

Seit 1974 beschäftige ich mich mit Masken. Ich baue Masken und spiele mit ihnen. Ich knüpfe an Spuren an, die Masken in ihrem traditionellen Auftreten hinterlassen haben. Ich forsche und wiederentdecke viele Zusammenhänge für mich. Einiges davon versuche ich weiterzugeben, über den Hag hinüber.

Ich verstehe meine Arbeit vor allem als eine künstlerische. Sie macht mir viel Spaß. Oft nach einer Seminargruppe habe ich den Eindruck, selber sehr viel gelernt zu haben.

Meine Ausbildung: Diakon, Sozialpädagogik-, Soziologie-, Psychologie- und Theologiestudium, Gestalttherapeut. Fortbildungen in Spiel- und Theaterpädagogik, Gentledance, Tanzpädagogik und musikalischer Gruppenimprovisation. Seit einigen Jahren Ausbildung in Feidenkraisarbeit; Bewußtheit durch Bewegung und Funktionale Integration.



HAGAZUSSA EIN URBILD DER MASKE

... ist die Zaunreiterin auf der Grenze

... ist ein mittelhochdeutsches Wort
für die Hexe, 'die auf dem Hag sitzende'

... ist masca, die Maske

Sie sitzt auf der Hecke, die Dorf und Wald trennt,
hat Zugang zu beiden Bereichen,
Wildnis und Zivilisation, innen und außen.

Sie kann hin- und hergehen,
ohne verlorenzugehen.

Sie weiß, daß man das DRINNEN
nur von DRAUSSEN erkennen kann,
und das draussen nur von drinnen.

MASKEN SIND SYMBOLE VON GRENZE UND GRENZÜBERSCHREITUNG





.. BEWEGUNG

Leben ist Bewegung, Stillstand ist Tod. Die Qualität unserer Bewegung, Kennzeichen unseres Körperbewußtseins, wirkt auf unsere Lebensqualität zurück.

Bewegung ist Mitteilung der Masken, ist ihre Sprache. Die Maske, größer als das menschliche Gesicht, läßt das Maskenwesen zu einer mythischen urzeitlichen Gestalt werden, deren Bewegung oft langsam tänzerisch, fließend ist.

Dem entspricht in den Seminaren eine sanfte Körperarbeit mit viel Feldenkrais-elementen. Angestrebt wird die leichte, mühelose organische Bewegung, die den Ausbruch der Maske in den Raum hinein vergrößert und verdeutlicht.

... GESTALTUNG

Gestaltung ist Arbeit an der Form, ist künstlerische Arbeit. Klar gestaltete Form ist Kommunikation. Jeder Mensch ist ein Künstler. Formen und gestalten ist grundlegende menschliche Fähigkeit. Oft ist uns das gestalten wollen während unserer Schulzeit oder schon früher ausgetrieben worden. Wir können als Erwachsene neu wieder damit anfangen.



Die Maske bekommt ihre zweite Haut: Farbe der Erde



— VISUALISATION

Visualisation meint sichtbar machen, was verborgen ist. Inneres, Erschautes. Gehörtes wird zu Äußerem. Die Vision wird zu einer Mitteilug für andere und für mich selbst. Visualisation ist das Sichtbarmachen der in der Imagination gewonnenen Bilder. Mittel der Visualisation in der Arbeit mit Masken sind z. B.

- das Spiel mit Farben und Formen im Malen
- die "Dokumentation" der Maskenspiele durch Photos - Spiegelbilder für den Spieler
- Körperausdruck und Geste als darstellerische Mittel.





MASKENTHERAPIE

So, wie unser Gesicht die Geschichte unserer Lebenserfahrungen, unserer gelebten Erfahrungen ausdrückt, spiegeln sich in den Gesichtern, die wir mit unseren Händen schaffen, unsere ungelebten Möglichkeiten wieder.

Hände formen Töpfer-ton und gestalten ihn zu einem Gesicht. Papier und Kleister lassen eine angenehm zu tragende, leichte 'Maskenhaut' entstehen.

Diese Masken sind wie Höhlen, deren schützende Verhüllung unsere spielerische Entdeckungsfreude animiert. Das Hineinschlüpfen in die Maske wandelt uns. Wir werden zu einem Wesen einer anderen Welt. Im halbdunklen Licht trifft dieses Maskenwesen auf eine **zweite** Maskengestalt. Sie haben nur die Bewegung ihrer Körper, um sich auszudrücken, um sich etwas mitzuteilen. Was werden sie sich erzählen? Musik erklingt vom Rand der Bühne: Gongs, Trommeln, Flöten ... die BEGEGNUNG der Masken beginnt.

Maskenzeit ist Traumzeit. Das Wandeln in der Maske ist intensive Wahrnehmung, ist Kontakt an der Grenze, ist Verwandlung.

Maskentherapie wird als Wochenend- oder Wochenseminar und als Seminarreihe von mir angeboten.

4. T A N Z R A U M

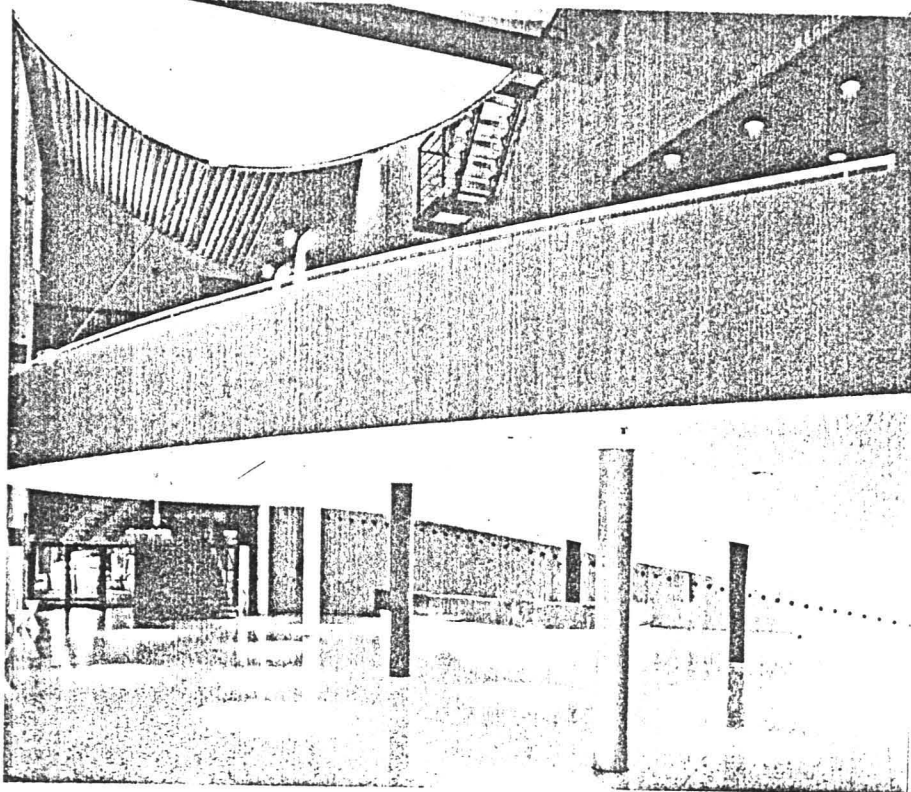
4.1. VERGLEICHSBEISPIELE ?

Wie bereits erwähnt, ist mir kein Gebäude bekannt, das speziell für diese Art des Tanzunterrichtes gebaut worden wäre.

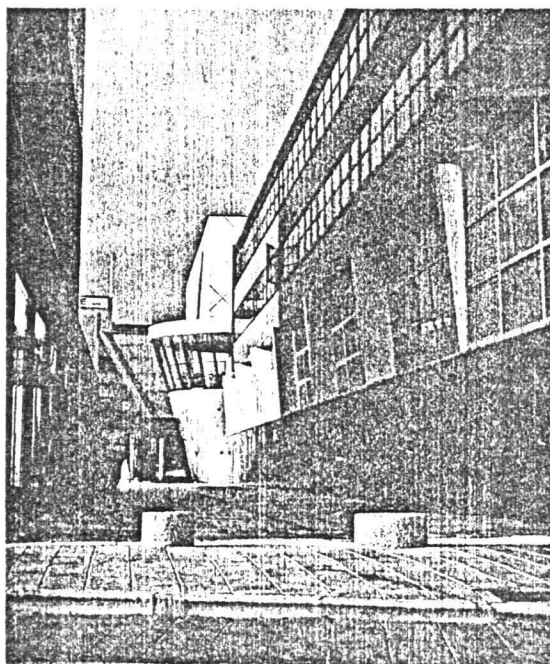
Es gibt mehrere Tanztheater, eines davon will ich erwähnen, da versucht wurde, den Tanz in der Architektur auszudrücken:

Das NATIONAL DANCE THEATRE in Den Haag
von REM KOOLHAAS und OMA, gebaut: 1984-1987.

OMA'S Theorie zugrunde liegender programmatischer Hedonismus zeigt sich im geschwungenen Dach, in der Sektbar, die als ovaler Satellit an Seilen aufgehängt ist und im Swimmingpool. Eine Decke gleitet auf die Wand herunter und vermittelt perspektivische Verzerrungen, während die schwebende Bar und die gebogene Empore die Bewegung weiter beschleunigen. Farbkontraste erhöhen die Geschwindigkeit, und sämtliche sich bewegenden Formen zusammengenommen vermitteln das Gefühl eines sehr raschen, aber beherrschten Tanzes.



▲ 433 REM KOOLHAAS
UND OMA, *National Dance
Theatre*, Den Haag, 1984-87,
Innenansicht



◀ 432 REM KOOLHAAS
UND OMA, *National Dance
Theatre*, Den Haag, 1984-87,
Außenansicht

4.2. UMRAUM

GEOGRAPHIE

Das oberösterreich-steirische Seengebiet hat mit seiner südlichsten Kulisse, den Kalkhochalpen, Anteil am Hochgebirge (Hoher Dachstein), an den nördlich anschließenden Kalkvoralpen (Traunstein, Schafberg), die die Verbindung zur anschließenden Flysch- bzw. Sandsteinzone herstellen. Mit ihren sanften Kuppen und Rücken leitet sie zum Alpenvorland über, an welches vorallem der Attersee, aber auch der Traunsee grenzen. Die meisten größeren Seen des Salzkammergutes können als mehr oder minder lange und schmale Talseen mit beachtlichen Tiefen charakterisiert werden, deren Reiz durch das geologisch bedingt stark wechselnde Uferrelief vermehrt wird.

KLIMA

Das Salzkammergut-Klima ist vorallem durch die Nordstaulage mit maritimen NW-Winden geprägt, es ist allgemein kühler als im Kärntner Seengebiet.

Die Wirkung der Seen auf das Klima wird dadurch gekennzeichnet, daß die Temperaturen des Salzkammergutes im Winter um 1-2°C höher und im Sommer bis zu 1°C tiefer liegen als bei langjährigen Durchschnittstemperaturen benachbarter Räume. Die relativ hohe Niederschlagstätigkeit in Verbindung mit Waldreichtum und guter Durchlüftung sowie das Fehlen von stark luftverunreinigender Industrie bewirken eine hohe Luftreinheit.

Die Augustmitteltemperaturen des Traunsees erreichen 16,3°C.

Tabelle 14: Oberflächentemperaturen österreichischer Seen

See	Jän.	Feb.	März	Apr.	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Wörther See	2,7	1,8	4,1	9,4	15,4	21,0	22,8	22,9	20,3	15,3	9,7	5,6
Klopeiner See	2,6	2,4	5,0	10,9	16,9	21,6	23,0	23,0	20,3	15,2	10,0	5,3
Faaker See	—	—	—	9,2	15,0	20,0	22,6	22,8	19,4	14,4	—	—
Millstätter See	—	—	—	8,1	13,5	18,8	21,6	21,7	19,3	14,9	—	—
Weißensee	1,2	0,9	1,7	5,4	12,5	17,0	20,1	20,4	17,7	14,2	8,1	4,3
Attersee	—	—	—	6,5	10,7	16,7	19,7	19,9	18,1	14,1	—	—
<u>Traunsee</u>	4,2	3,6	5,3	8,0	11,9	15,2	17,7	18,1	15,9	12,5	8,7	6,1
Zeller See	—	—	—	7,0	12,7	18,1	20,3	20,1	17,2	12,9	—	—
Bodensee	3,4	3,0	5,0	8,2	13,2	17,3	19,4	19,8	17,2	12,7	8,4	5,4

Nr. 269 <u>GMUNDEN</u>			<u>TRAUNSEE</u>								
Mst.Nr. 205245			Art: SCHREIBPEGEL						PNP: 421,31 m ü A		

1983

Tägliche Wasserstände
in cm über dem Pegelnullpunkt

Tag	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
1.	125	131	127	85	123	130	131	128	127	129	127	129
2	125	131	125	85	122	129	129	129	127	128	128	129
3	125	129	123	89	121	131	127	131	129	127	128	129
4	134	130	121	89	120	127	126	132	130	128	128	128
5	141	128	120	88	120	123	124	137	129	128	128	128
6	146	129	119	89	120	123	126	145	129	129	128	129
7	145	129	118	90	121	120	127	145	129	129	128	129
8	143	128	117	91	121	122	127	143	129	128	127	129
9	137	127	119	92	133	124	128	136	129	129	127	128
10.	133	128	118	93	140	124	127	131	129	132	127	128
11	129	128	115	92	132	126	128	129	139	132	127	129
12	129	129	113	92	124	127	130	129	130	138	128	129
13	128	128	110	95	124	126	129	130	130	139	127	130
14	128	127	109	97	123	126	129	130	130	134	126	129
15	128	127	106	98	123	132	129	128	128	129	126	128
16	131	127	105	97	123	141	129	128	128	129	126	127
17	131	126	104	97	126	146	129	128	130	129	125	127
18	131	126	102	97	126	145	129	128	130	129	125	128
19	129	126	100	99	123	135	130	128	133	128	123	130
20	127	125	93	99	125	128	129	128	134	127	121	130
21	127	125	91	100	124	126	129	128	132	127	120	128
22	127	125	93	105	123	126	130	128	129	128	120	127
23.	126	125	94	113	123	125	130	129	125	129	119	128
24	125	125	90	116	124	125	129	129	125	128	119	133
25	125	125	89	120	123	128	129	130	129	127	118	134
26	125	126	89	121	121	132	128	130	130	126	118	135
27	135	127	88	128	121	134	128	130	129	126	121	131
28	143	128	86	132	121	138	127	129	129	127	126	130
29	143		85	129	124	141	128	128	129	127	135	131
30	135		85	123	127	137	130	127	129	126	133	132
31	136		85		129		130	127		127		132

mm	03.	21.	31.	02.	04.	07.	29.	01.	25.	27.	25.	17.
NW	124	124	84	84	118	118	121	123	124	126	115	125
MW	132	127	104	101	124	130	128	131	129	129	125	129
HW	150	136	128	135	141	148	134	146	135	141	140	140
ym	07.	02.	01.	28.	10.	18.	29.	06.	20.	13.	29.	26.

Jahreswerte: NW 84 02.04. MW 124 HW 150 07.01.

SEEFLÄCHE 24,5 KM²

Informationen aus einer Studie über die Limnologie und Geographie des Traunsees, herausgegeben vom Hydrographischen Dienst des Amtes der oberösterreichischen Landesregierung.

4.3. PFAHLBAUTEN AM TRAUNSEE

(G E S C H I C H T E)

Am Nordende des Traunsees wurden bereits 1871 Überreste von 2 Pfahlbauten entdeckt, später kamen 3 weitere dazu. Sie befanden sich in der Orther Bucht, sowie südlich und westlich der Halbinsel Orth.

Ob die Bauten über dem Wasser, auf dem Lande oder teilweise in den See hineinragend errichtet wurden, ob über dem Pfahlgerüst eine Plattform für die eigentlichen Bauten anzunehmen sei, oder ob die Pfähle zumeist von Wandstangen stammen, konnte nicht festgestellt werden.

Jedenfalls wurde der Begriff "Pfahlbaudörfer" fallengelassen.

Die Pfahlbaustationen könnten Vorläufer der für das 13. Jahrhundert bezeugten "Salzstadel" gewesen sein, diese dienten als Umschlagplatz für das Hallstätter Salz vom Wasserweg zum Landtransport.

4.4. WARUM WAS UND WO ?

Wie kam ich eigentlich auf die Idee,

1. ein Tanzzentrum zu entwerfen und
2. es in Altmünster in den Traunsee zu stellen ?

Meine Schwester, Sportlehrerin, beschäftigt sich schon seit längerer Zeit mit Tanz.

Durch sie erfuhr ich von den oft ungünstigen Bedingungen unter denen Tanz unterrichtet wird.

Daher entstand die Idee, ein "Tanzzentrum" zu entwerfen. Ich begleitete sie zu einem Seminar für "Tanztherapie" nach Altmünster, wo sich der Sitz der "Österreichischen Gesellschaft für Tanztherapie" befindet.

Kaum waren wir am Traunsee angekommen, war ich fasziniert von der (nahezu) idyllischen Landschaft. Das Wasser des Sees übte eine ungemein beruhigende Wirkung auf mich aus. Die Gegensätzlichkeit der Uferlandschaften verstärkte diesen Eindruck.

Auf der einen Seite (im Bereich Altmünster) dehnen sich sanfte Hügel aus, auf der gegenüberliegenden Seite ragt der hohe Traunstein steil empor.

Dadurch entsteht einerseits das Gefühl des Beschützens durch den als "Rückgrat" wirkenden Berg, andererseits bietet das relativ flache Ufer im Bereich Altmünster genügend "Auslauf".

Es kann weder die Empfindung "Eingesperrt sein in einer Schlucht" noch die des "Verlorenseins in der Ebene" wachgerufen werden.

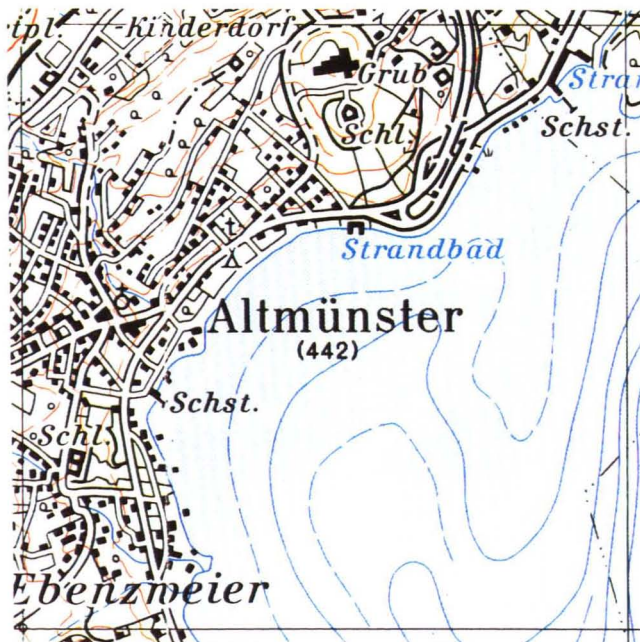


TRAUNSEE - *Salzkammergut*

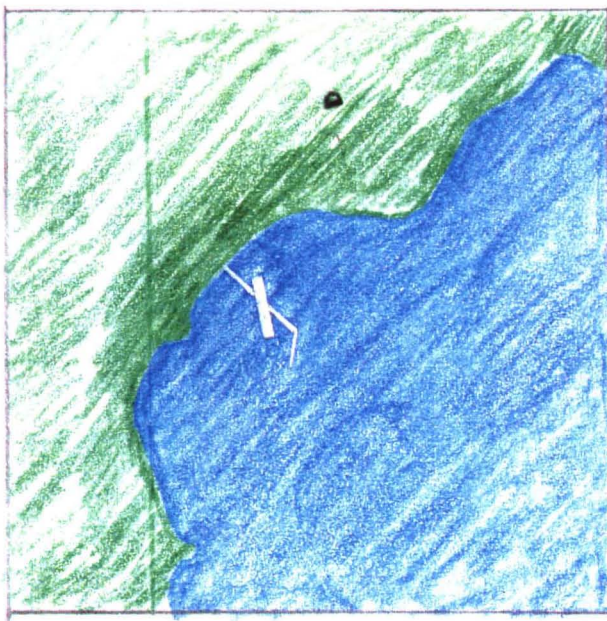




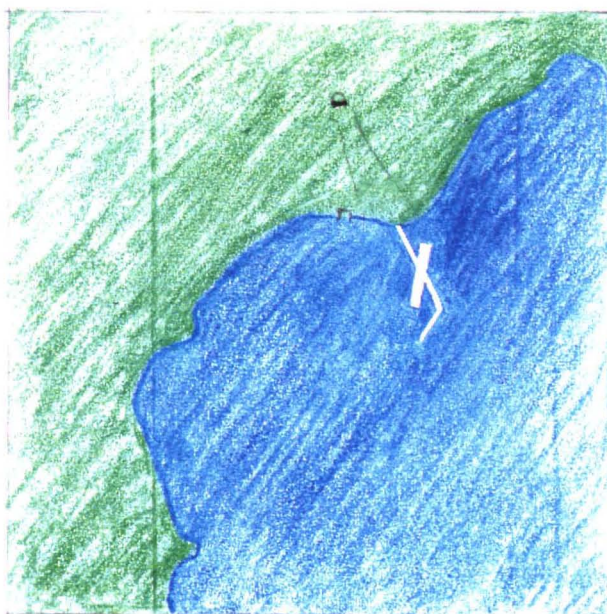
U M R A U M



STANDORTWAHL:



zerteilt die Bucht

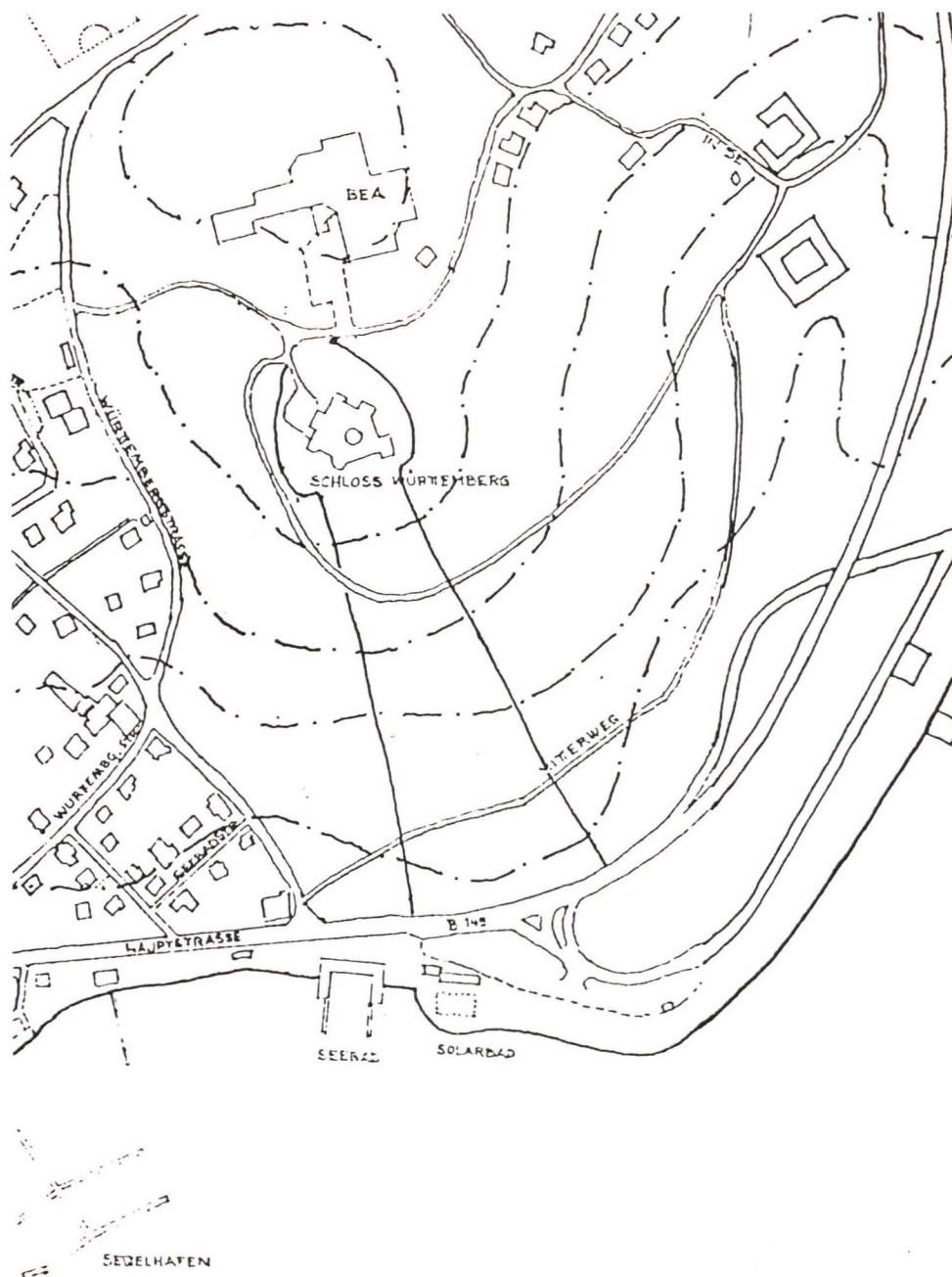


erweitert die Bucht

Durch die Gegensätze herrscht Harmonie (Gleichgewicht).

Die Besichtigung des Tanzentrums - eine umgewandelte Garage eines ehemaligen Hotels, das jetzt als Internat dient - bestätigte mir den Bedarf eines Tanzraumes.

Kein Ort schien mir dafür geeigneter als der See selbst.





4.5. ENTWURF

Nahe des Tanzentrums befindet sich das Schloß Württemberg. Der Hügel, auf dem es steht endet als Halbinsel im See.

Die Verlängerung der Achse: Schloß-Wiese-See schien mir als Zugang zur Insel am attraktivsten.

Die Form der Anlage sollte in einer Beziehung zum Tanz stehen.

Assoziation:

Tanz → Tanzschrift → "Strichmanderl"

1. Skizze:



genannt der "Tänzer", dessen Arm sich am Ufer festhält, um nicht g ä n z l i c h von der Realität "loszulassen".

Der Winkel zwischen den Baukörpern ergab sich aus den Blickrichtungen:

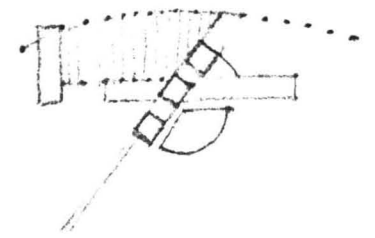
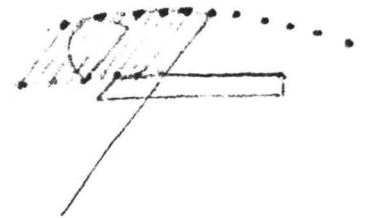
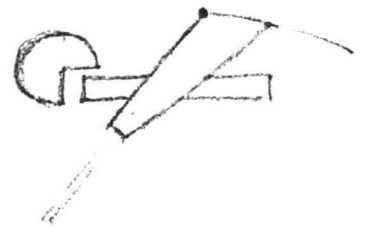
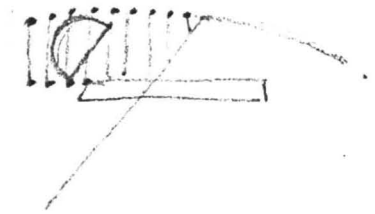
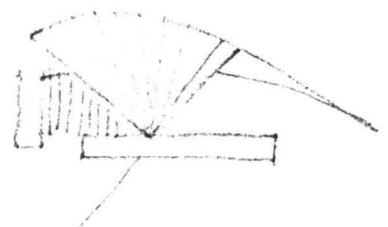
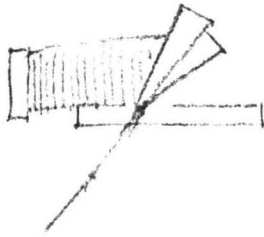
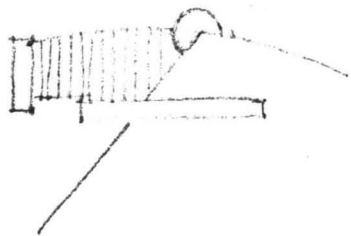
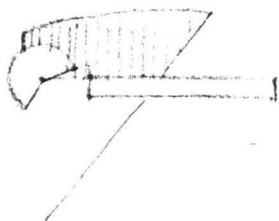
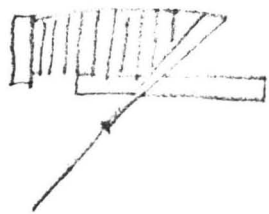
einerseits Schloß - andererseits Traunstein, und der Parallele zum Ufer.

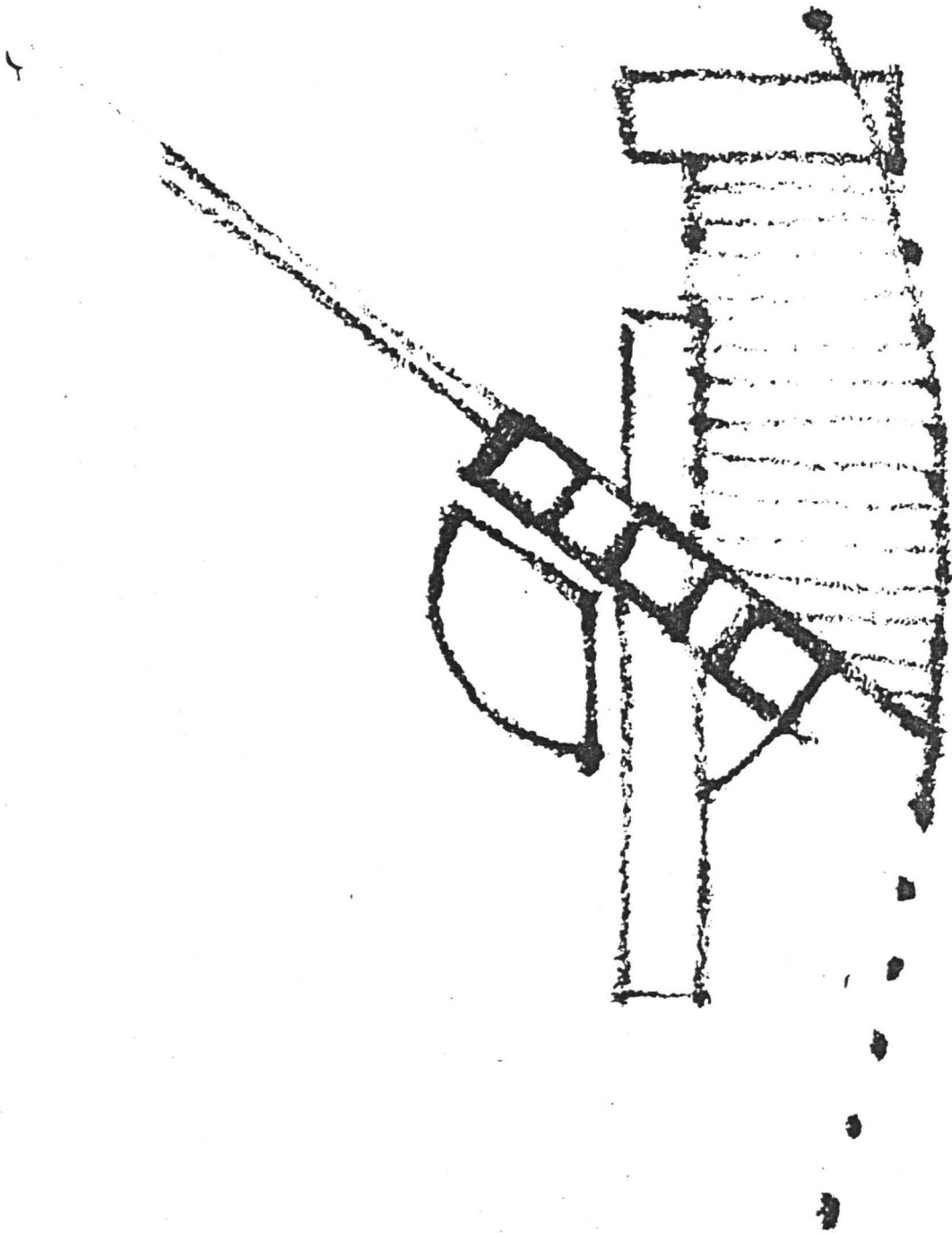
Dem Land am nächsten befindet sich ein öffentliches Restaurant. Ein paar Schritte weiter, beginnt der Bereich der Tänzer. Im Büro kann man die Informationen, die man am Beginn des Zuganges (= kleiner Kiosk am Gehsteig) erhalten hat, erweitern und sich eventuell für ein Seminar anmelden.

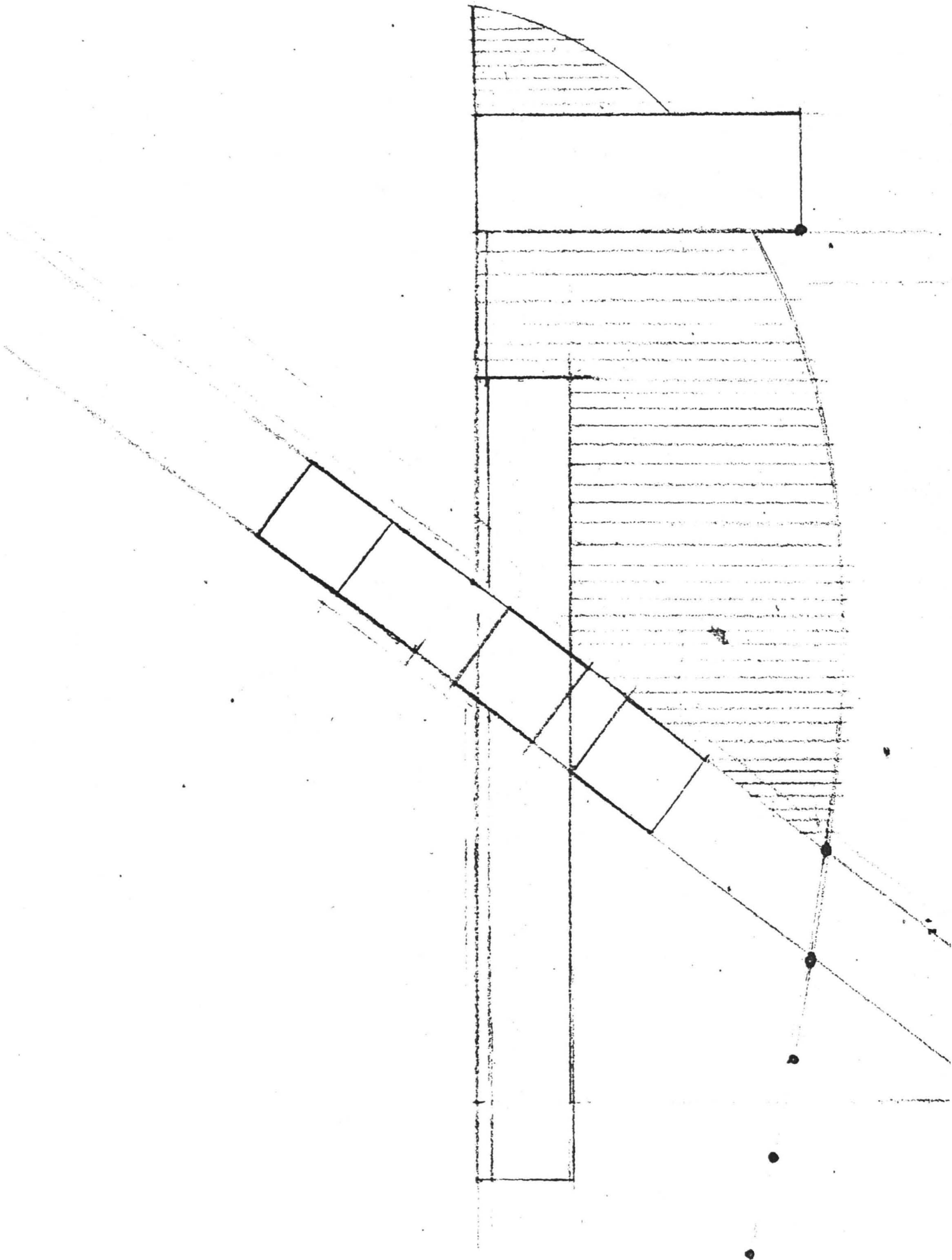
Ist man bereits Teilnehmer, betritt man das Foyer, an das ein Kommunikationsraum, gleichzeitig Frühstücks- bzw. Speiseraum mit einer Lesecke (Bibliothek) anschließt.

VARIATIONEN DES "Strichmanderls"

VARIATIONEN DES







Entscheidet sich der "Klient" oder Schüler, wie immer man ihn bezeichnen will, auch die Übernachtungsmöglichkeit auf der Insel in Anspruch zu nehmen, kann er zwischen Ein- und Zweibettzimmern wählen, die er über einen Laubengang erreicht.

Zwischen dem Schlaftrakt und den Sälen, in denen der jeweilige Unterricht stattfindet, befinden sich die Garderoben, Duschen und WCs.

Als "Seele" der gesamten Anlage könnte man die drei Säle bezeichnen.

Daher sind sie erhöht angeordnet und "tanzen" aus der Reihe. Die Drehbewegung, die sie ausführen, erscheint in der Plattform, aber nicht als Kreissegment, sondern gedehnt als Kurve, dadurch wird die Spannung (= Dehnung) zu dem abgerückten Hallenbad ausgedrückt. Die Dächer der Säle erscheinen als Wellen.

(Assoziation: Isadora Duncan wollte tanzen, wie die Wellen auf dem See.)

Dem Festland am nächsten ist der größte, höchste, sichtbarste und das Innerste sichtbar machende (weil gläserne) Saal, der sich auflöst, indem er in einen überdachten Freiplatz übergeht. Sein Skelett (=Konstruktion) ist sichtbar.

Dort kann der dynamische, expressive Tanz stattfinden.

Der 2. Saal ist im Zentrum (=gleichzeitig auch statisch der Kern des Ganzen) angeordnet.

Seine Konstruktion ist teilweise sichtbar, teilweise verdeckt, seine "Außenhaut" weist sowohl offene als auch geschlossene Stellen auf. Dadurch soll ein Gleichgewicht zwischen Gegensätzen erzielt werden. (Ausgewogenheit zwischen Gegensätzen ergibt Harmonie - vgl. Yin-Yang-Philosophie.)

Dort soll auch der Tanzende sein Zentrum finden, schließlich in seiner "Mitte sein" (die Zen-Buddhisten nennen es im "HARA" sein.)

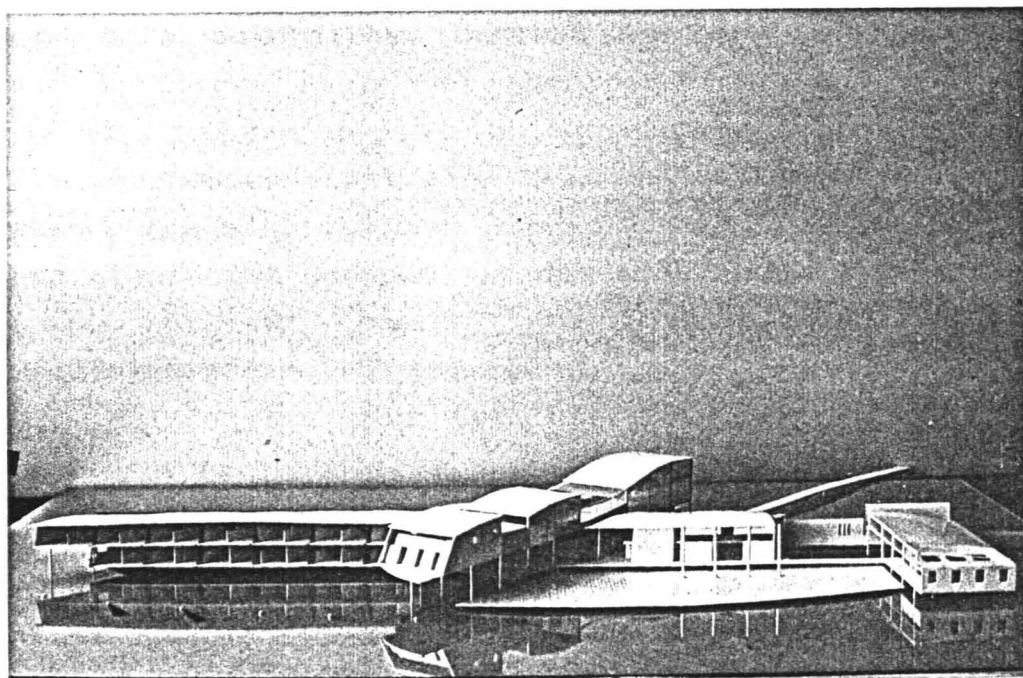
Der 3. Saal ist der ent-rückteste, vom Land am meisten entfernt, nur auf 4 Stützen hoch über dem See schwebend. Seine Konstruktion ist vollkommen verkleidet. Hier finden die mystischen Tänze statt, hier "verkleidet" man sich, setzt Masken auf und ent-rückt der Realität. Er ist durch einen dazwischen geschalteten Raum (= Werkstatt, um die Masken, meistens aus Ton, selbst formen zu können, auch das ist bereits Therapie) von den übrigen Sälen vollkommen abgeschnitten.

Ein Mehrzwecksaal bietet die Möglichkeit, Vorträge oder Videovorführungen nicht nur "Inselbewohnern" sondern auch der Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Um sich während eines längeren Aufenthaltes zwischen den Unterrichtsstunden entspannen zu können, stehen eine Sauna (laut Neufert ein unentbehrlicher Bestandteil jeder Sportanlage) und ein Dampfbad zur Verfügung. Dazu gehört natürlich das Kaltwasserbecken, das durch ein "Loch im Boden" entsteht.

Hier befinden sich auch die Massageräume, die ebenfalls zu Therapiezwecken genutzt werden können.

Die Plattform, die sich zwischen den Baukörpern ausbreitet, dient einerseits als Strand der Insel, andererseits kann sie als Bühne für eventuelle Performances verwendet werden. Die Zuschauer sitzen in Booten und können dabei das Gefühl empfinden, selbst am See zu tanzen !



KONSTRUKTION:

Als Unterkonstruktion dienen Stahlbetonrammpfähle, auf denen Längsaussteifungen und Abdeckplatten aus Stahlbetonfertigteilen montiert werden.

(siehe Zeichnung)

Darauf werden im Schlaftrakt die Leimbinderrahmen befestigt. Diese Konstruktion setzt sich im Bereich des Büros und des Mehrzwecksaales fort. Der um 53° versetzte Trakt, der Restaurant, Speiseraum und darüber die Säle beinhaltet, besteht im Kern (= Speisesaal und mittlerer Saal) aus Stahlbetonscheiben, und wird in zwei Richtungen als Stahlbetonrahmen fortgeführt.

Die Geschoßdecke ist eine Holzkonstruktion, die Dächer sind aus Rheinzinkblech.

Das abgerückte Gebäude, in dem sich Sauna und Massage-räume befinden, besteht aus Stahlbetonscheiben und Holzleimbindern.

Die Holzkonstruktion der Plattform (= Strand bzw. Bühne) ruht ebenfalls auf Stahlbetonrammpfählen, so auch der Holzsteg, der am Ufer zuerst in einen Weg und schließlich an der Böschung in Stufen übergeht. Am End- bzw. Anfangspunkt des Zuganges steht ein kleiner Kiosk, in dem man Informationen über das, was sich auf der Insel tut, bekommen kann.

Stat.Beratung: UA D.I. SIEGFRIED HIEBL

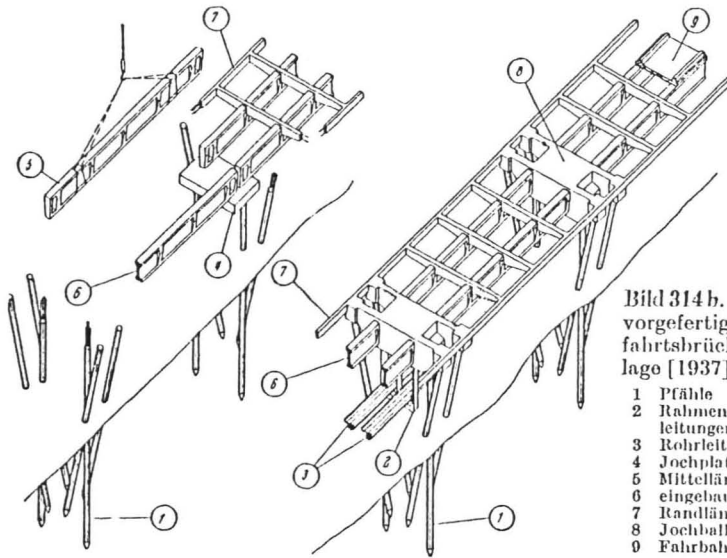


Bild 314b. Dänkirchen, Einbau der vorgefertigten Balken in die Zufahrtsbrücke der Ölumschlaganlage [1937]

- 1 Pfähle
- 2 Rahmen für die Auflagerung der Rohrleitungen
- 3 Rohrleitungen
- 4 Joehplatte für die Mittellängsträger
- 5 Mittellängsträger
- 6 eingebauter Mittellängsträger
- 7 Randlängsträger
- 8 Joehbalken
- 9 Fahrbahn

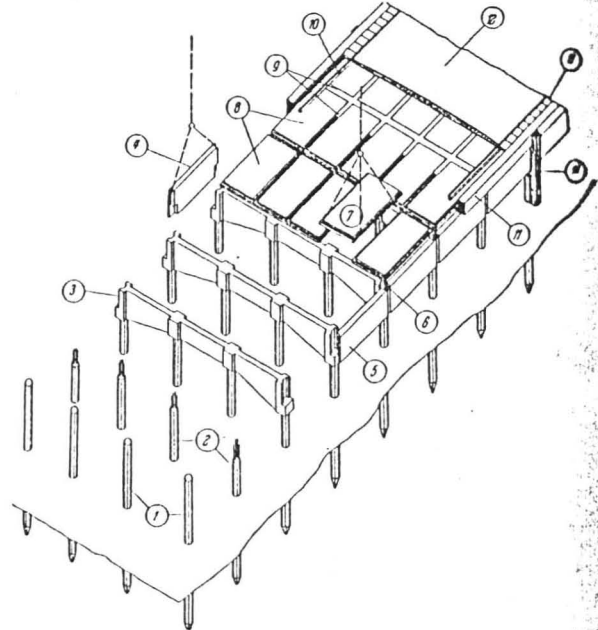
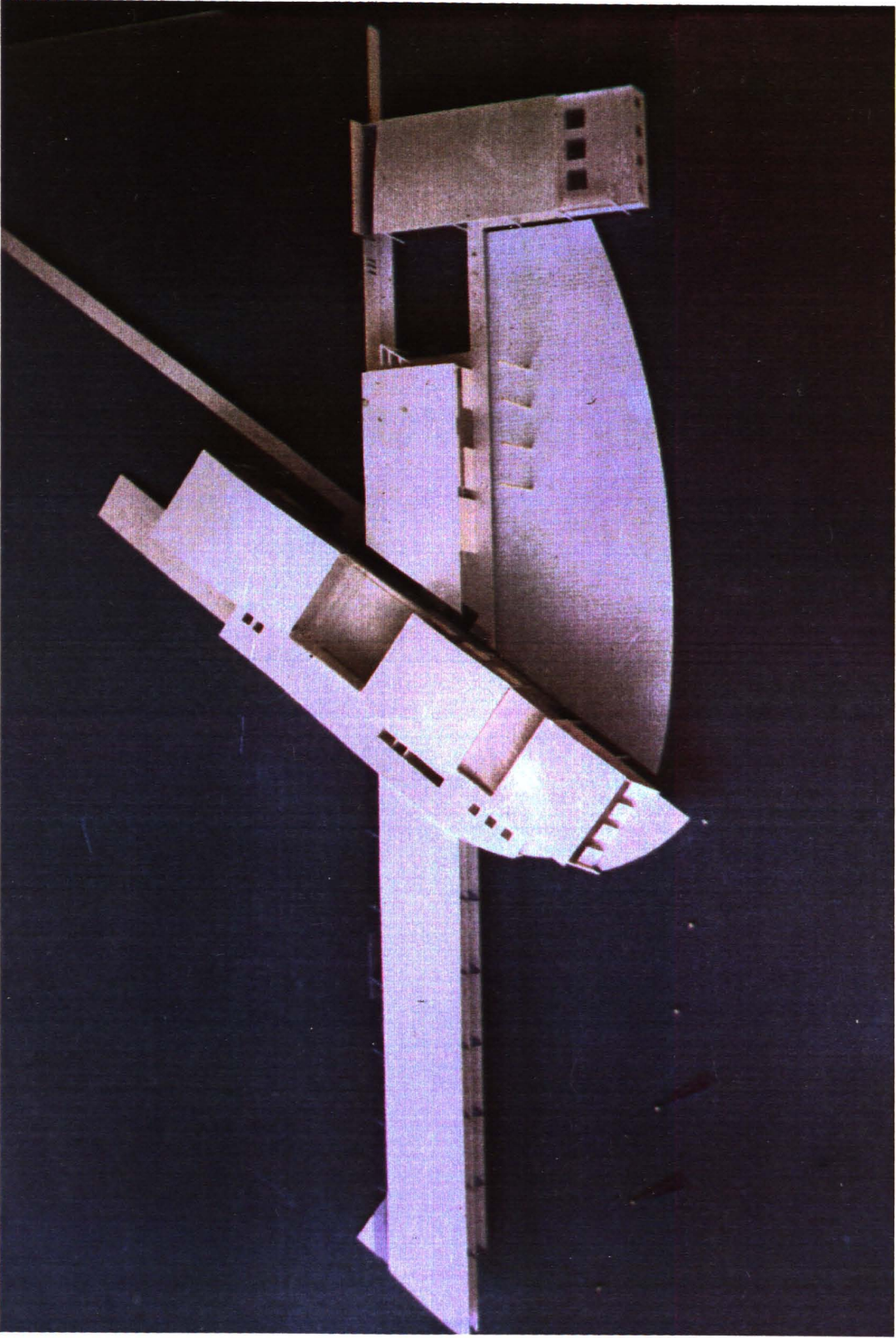
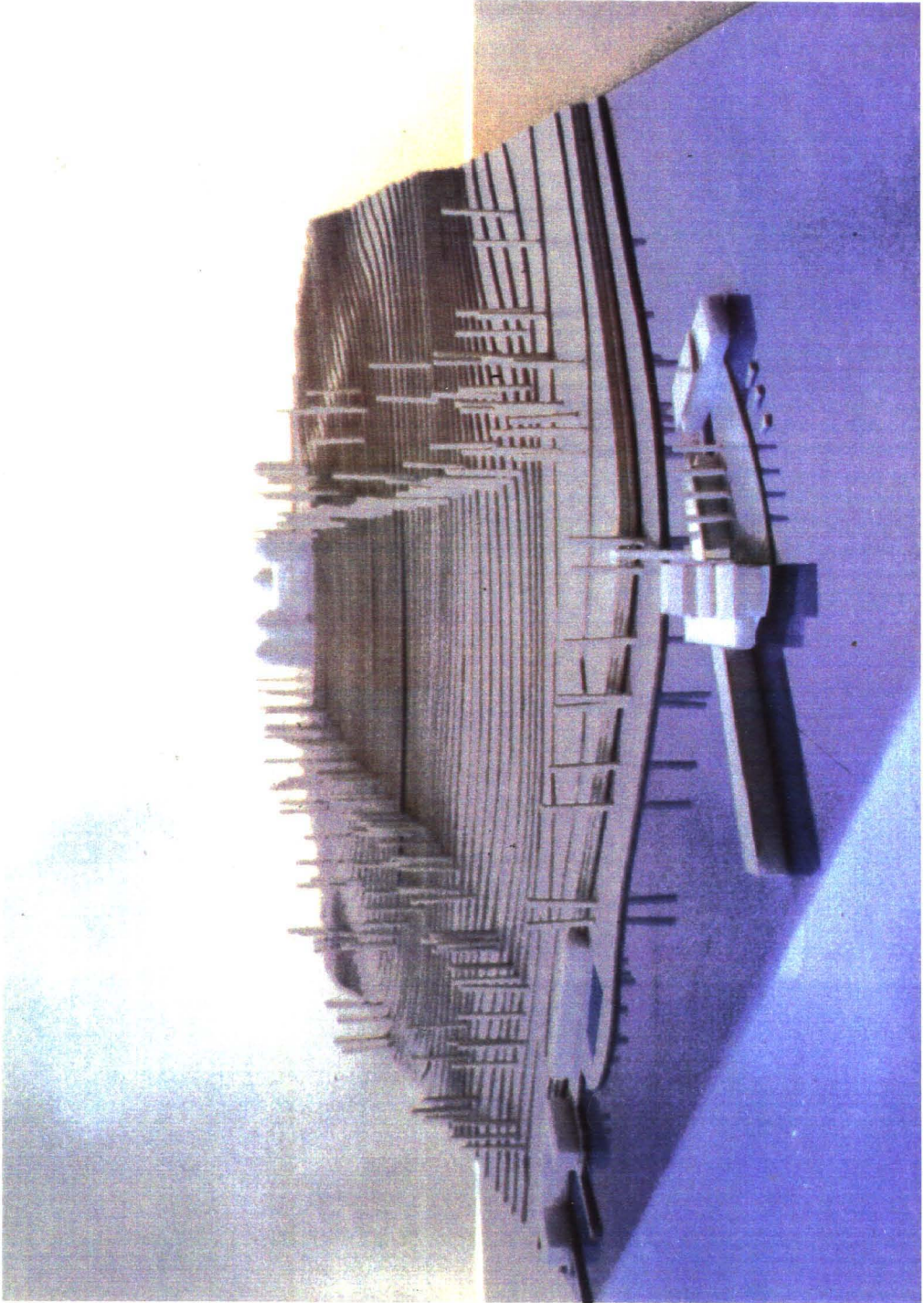
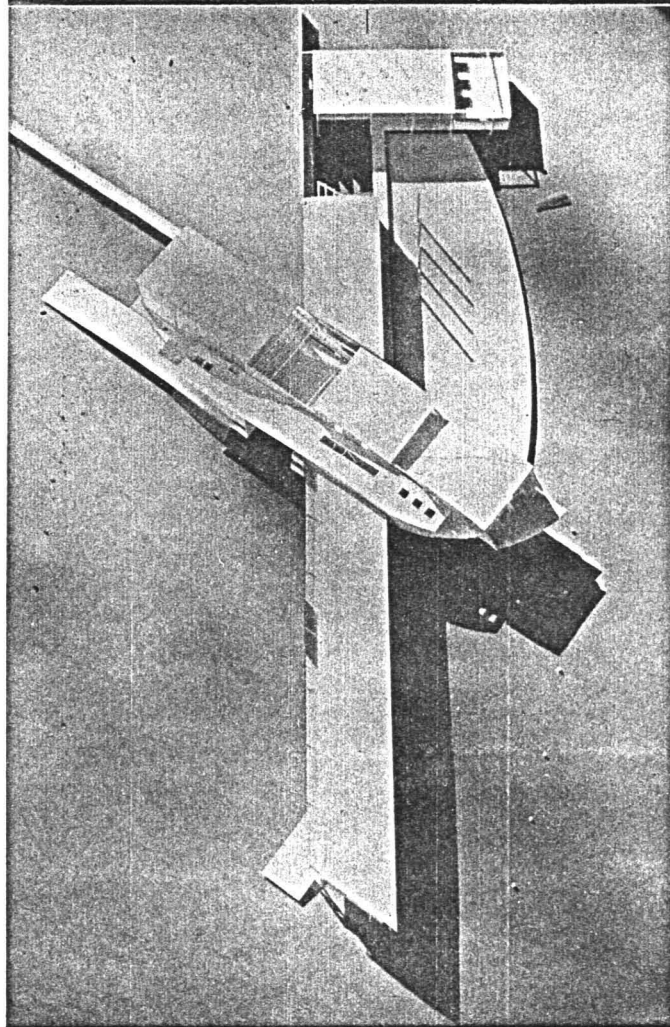
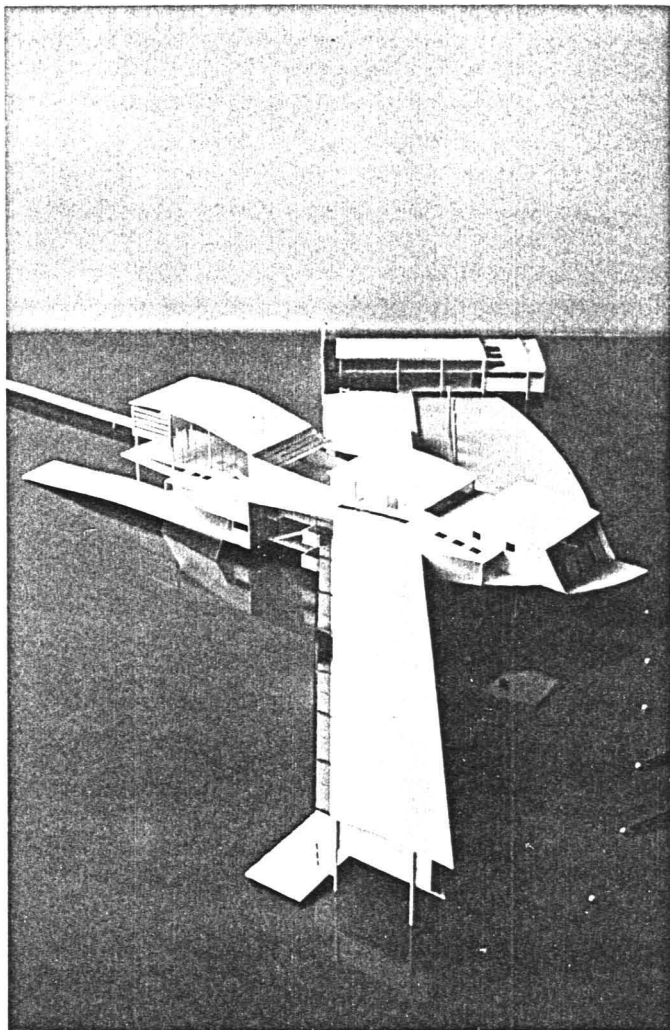


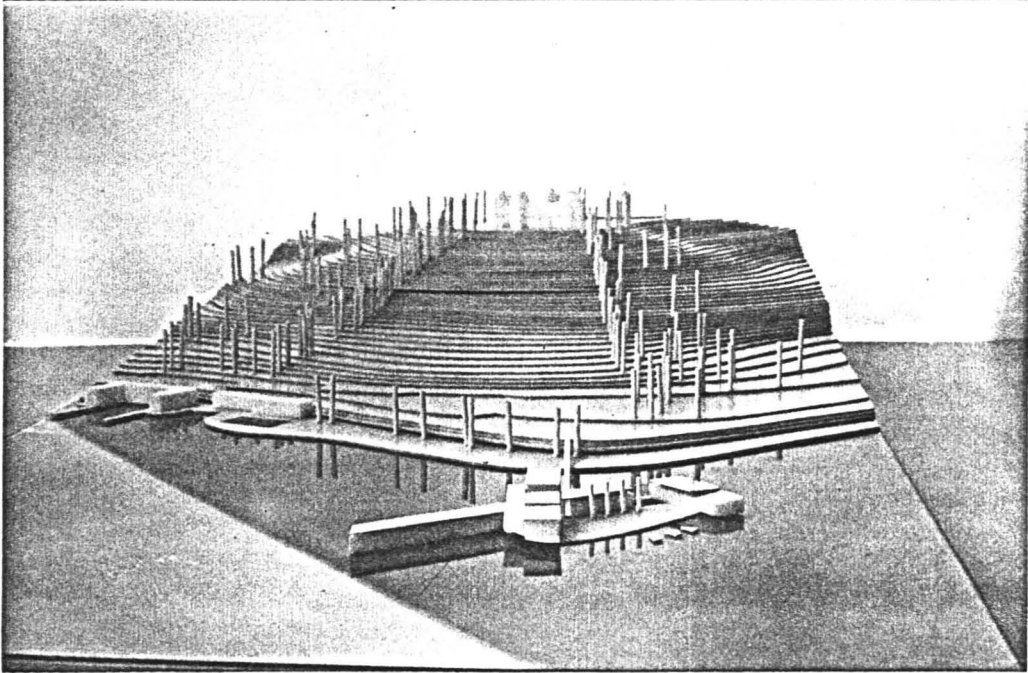
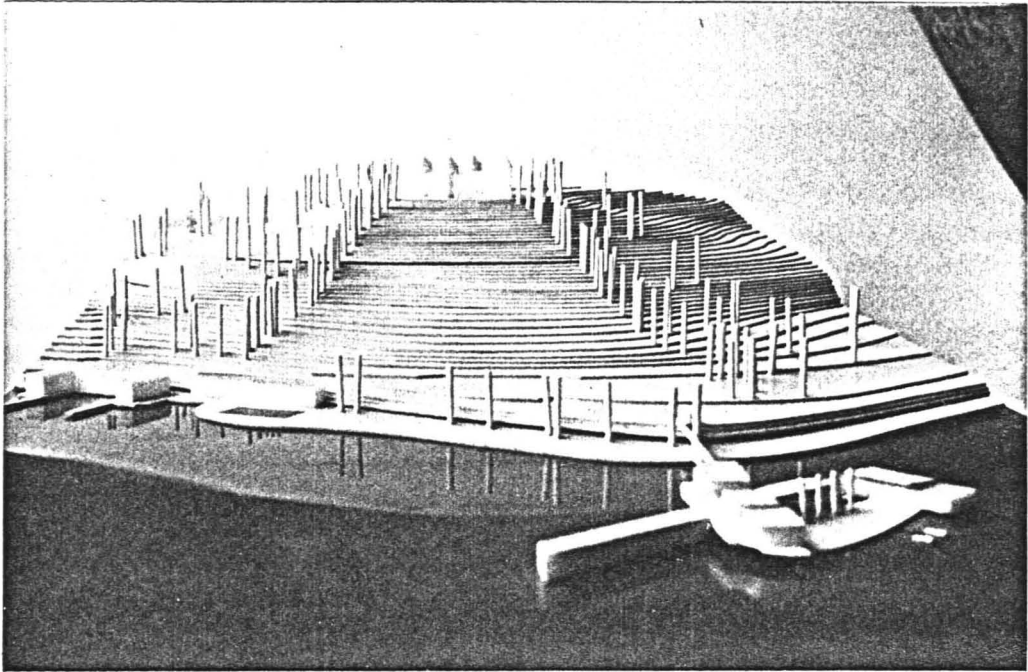
Bild 314a. Etel (Frankreich), Zusammenbau der Landungsbrücke aus Stahlbeton-Fertigteilen [1937]

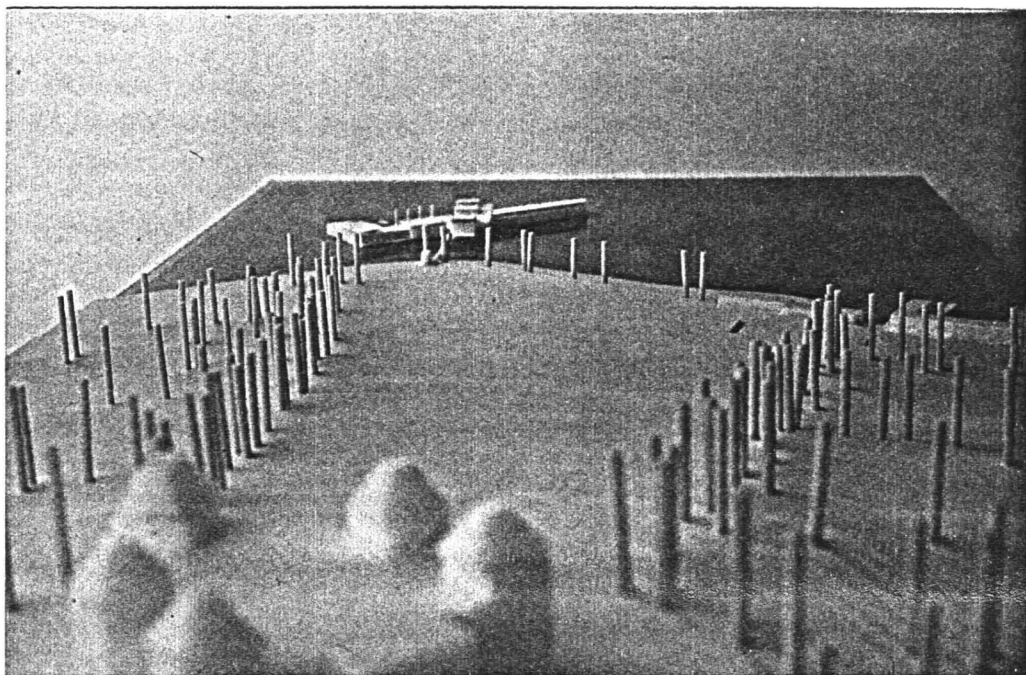
- 1 Stahlbetonpfähle
- 2 Stahlbetonpfähle mit montierten Ankerstählen
- 3 Joehbalken
- 4 Längsaussteifungen
- 5 eingebaute Längsteifung
- 6 Stoßverbindung in Ortbeton
- 7 Abdeckplatten
- 8 eingebaute Abdeckplatten
- 9 Rippen in Ortbeton
- 10 seitliche Begrenzung der Fahrbahn
- 11 seitlicher Abschlußbalken
- 12 Fahrbahn
- 13 abgedeckter Kanal
- 14 Reibholz

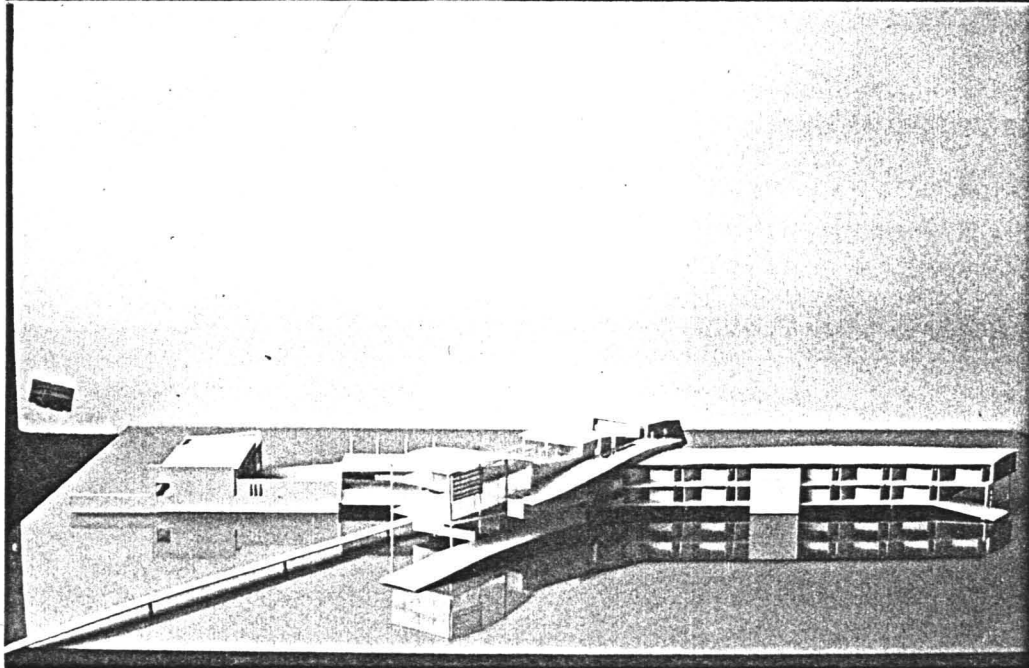
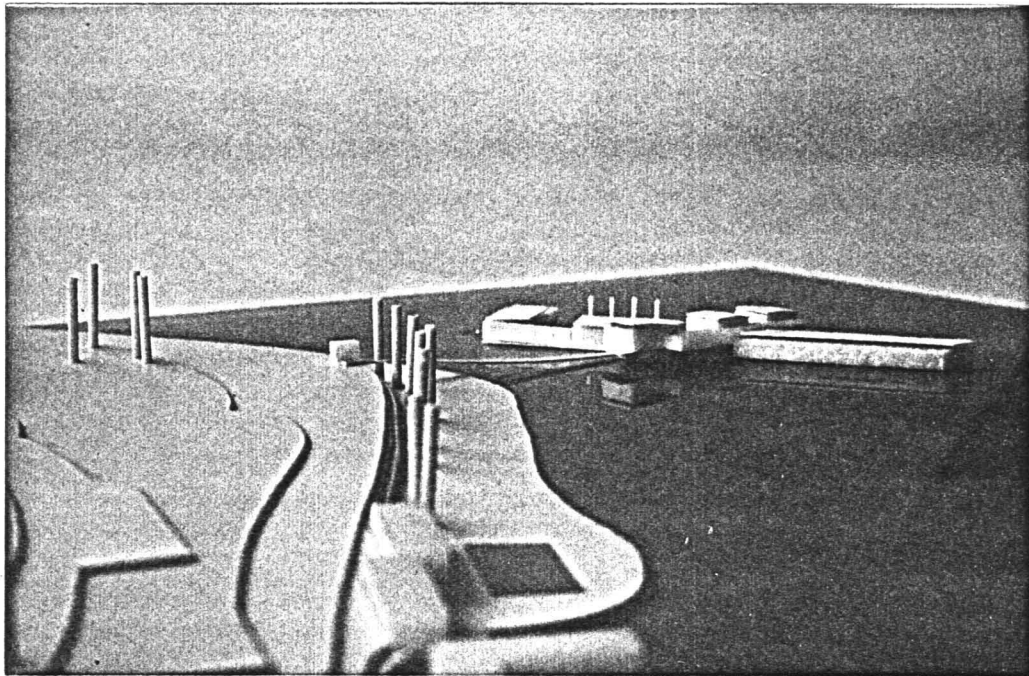


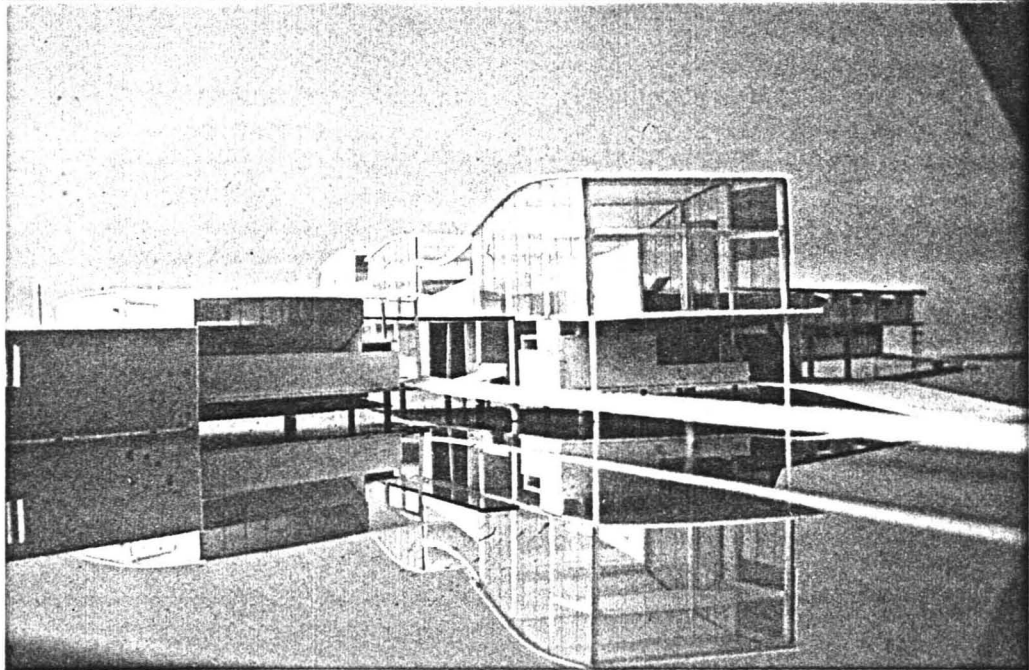
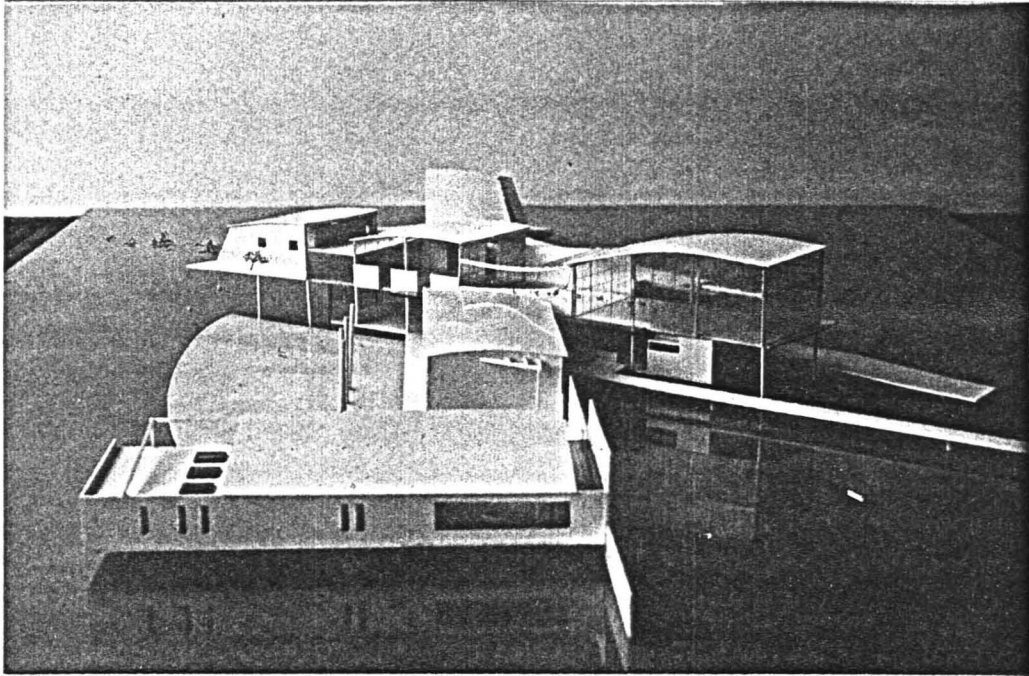


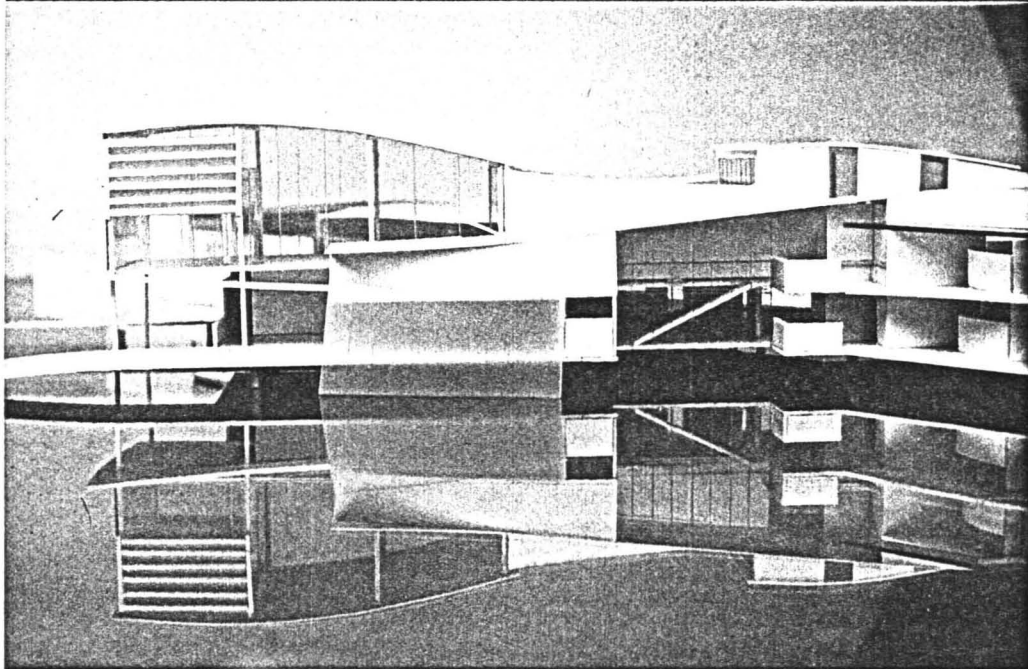
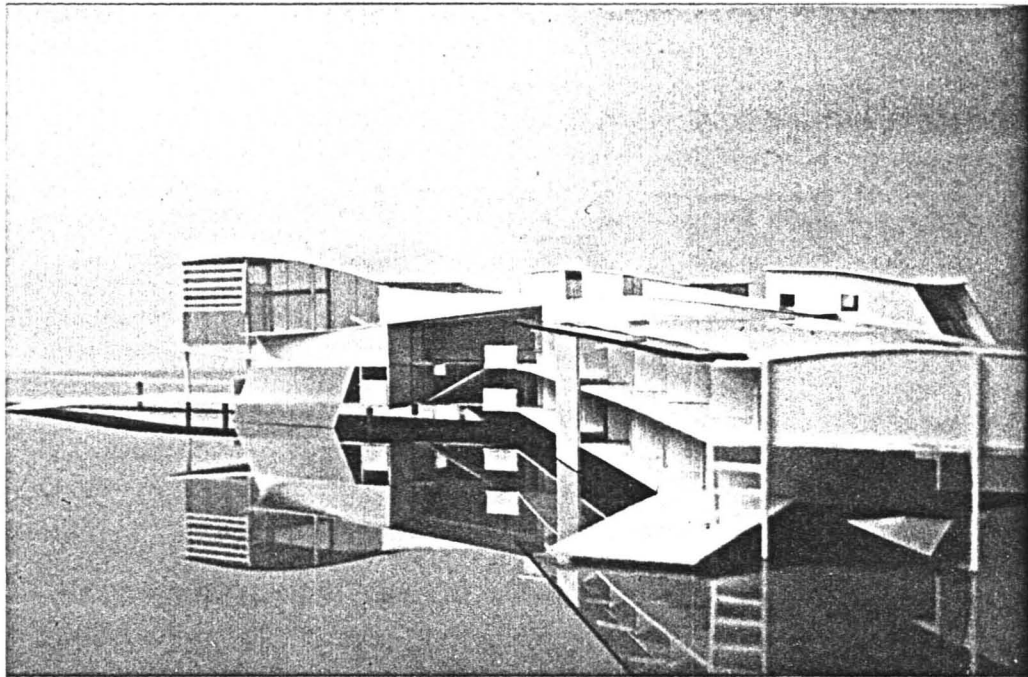


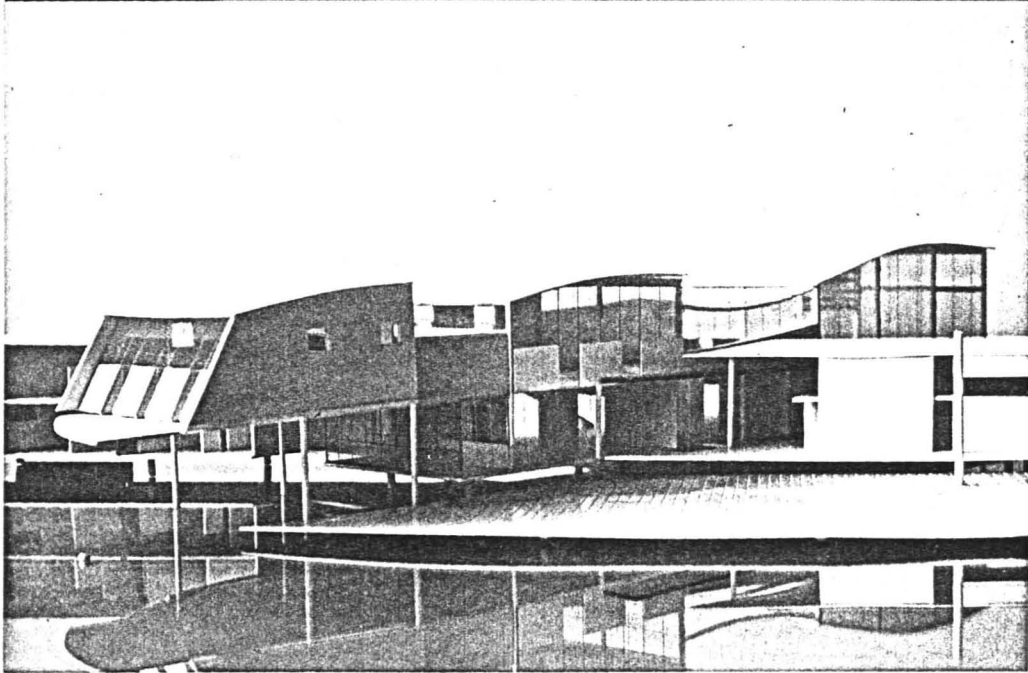
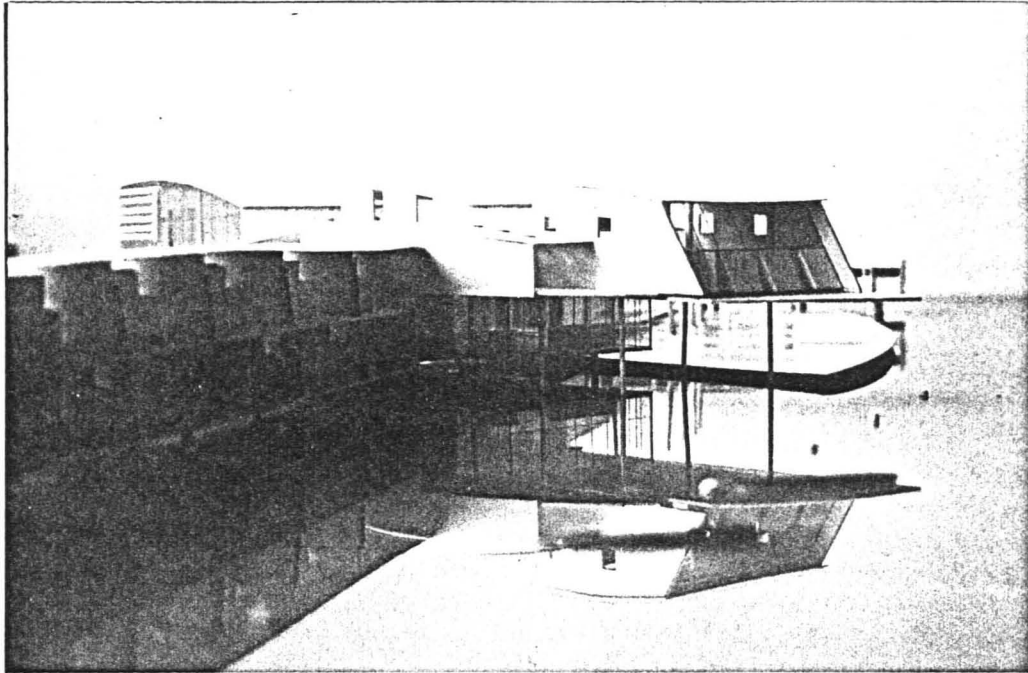




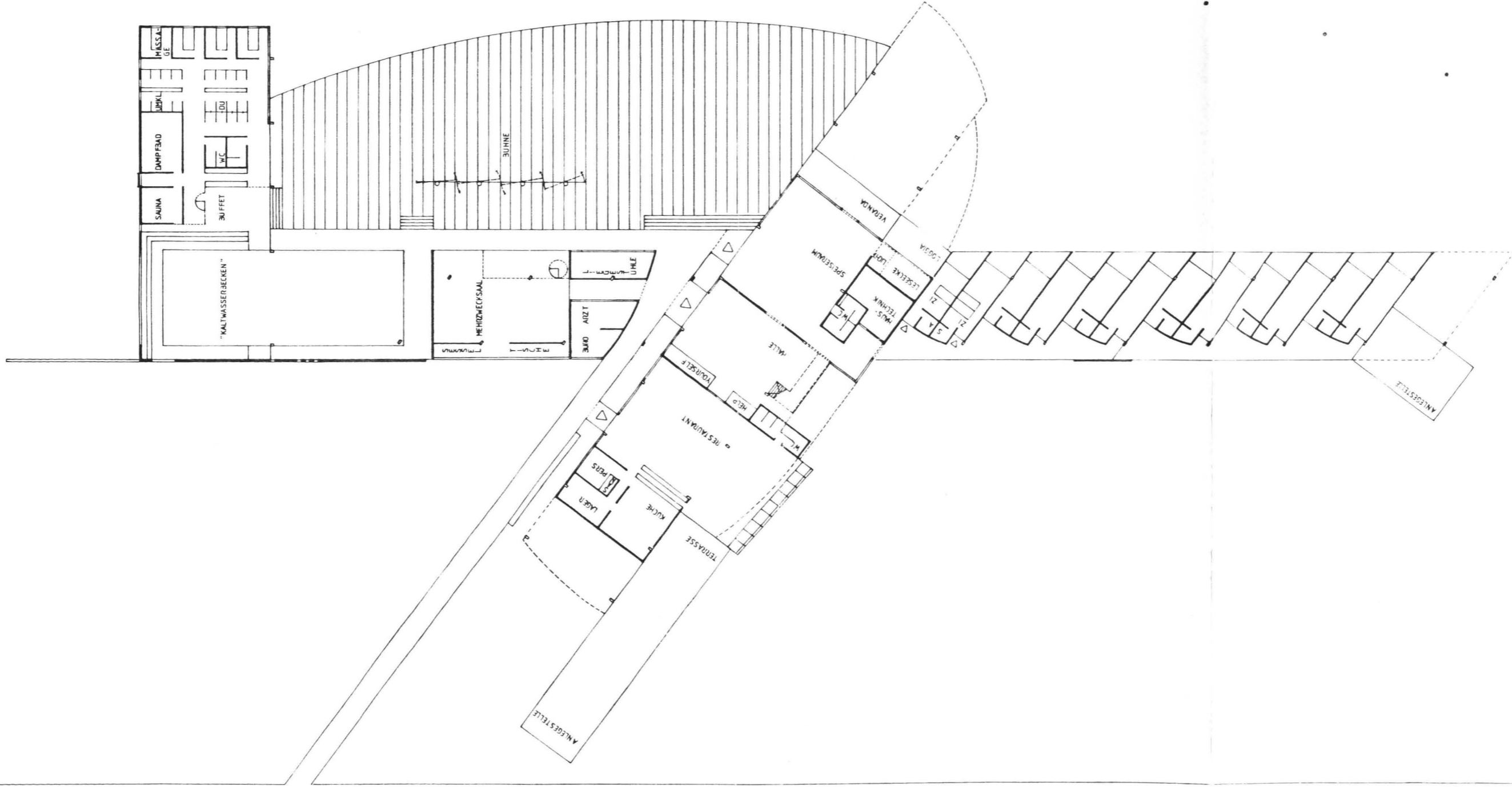


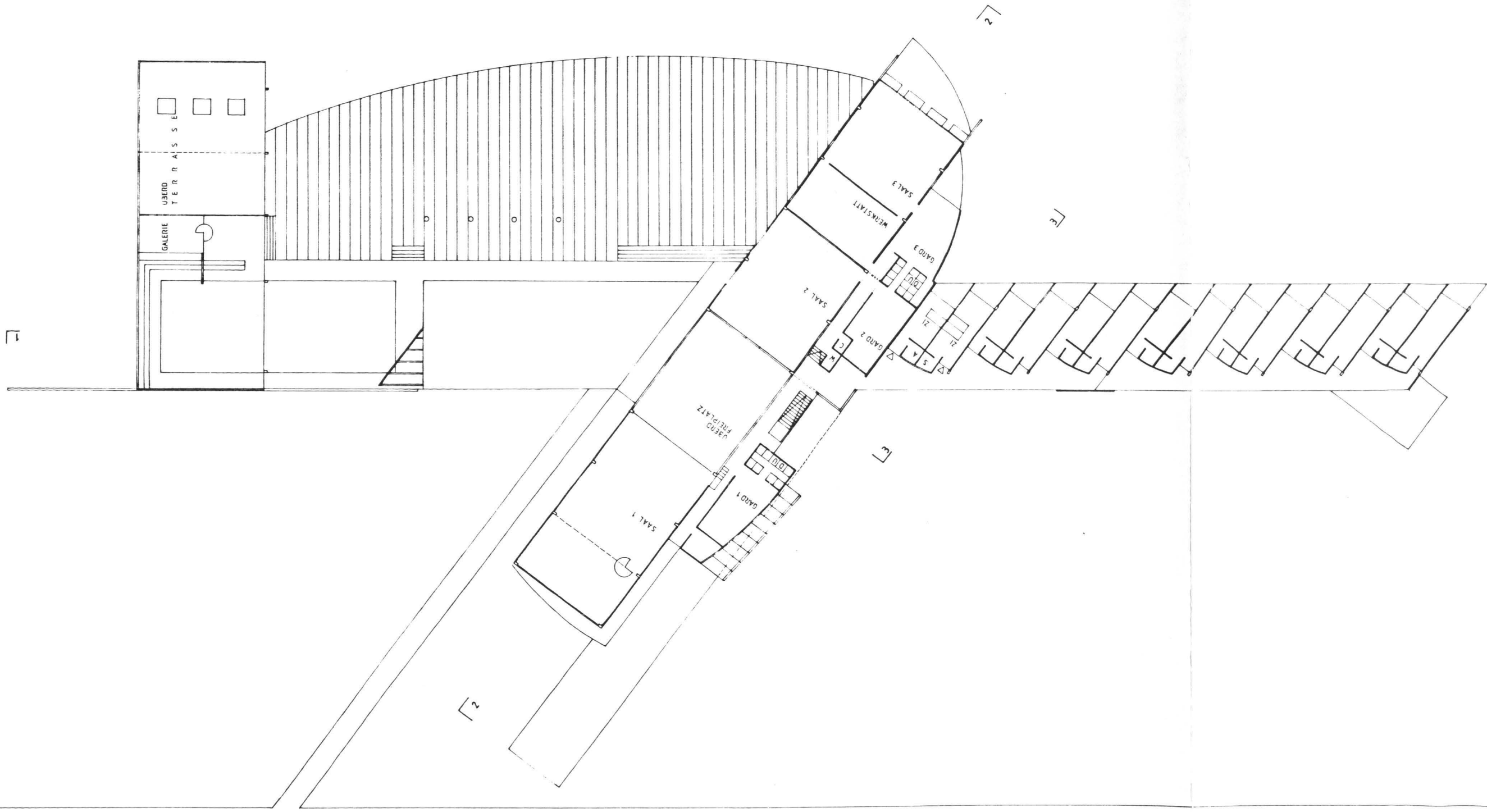


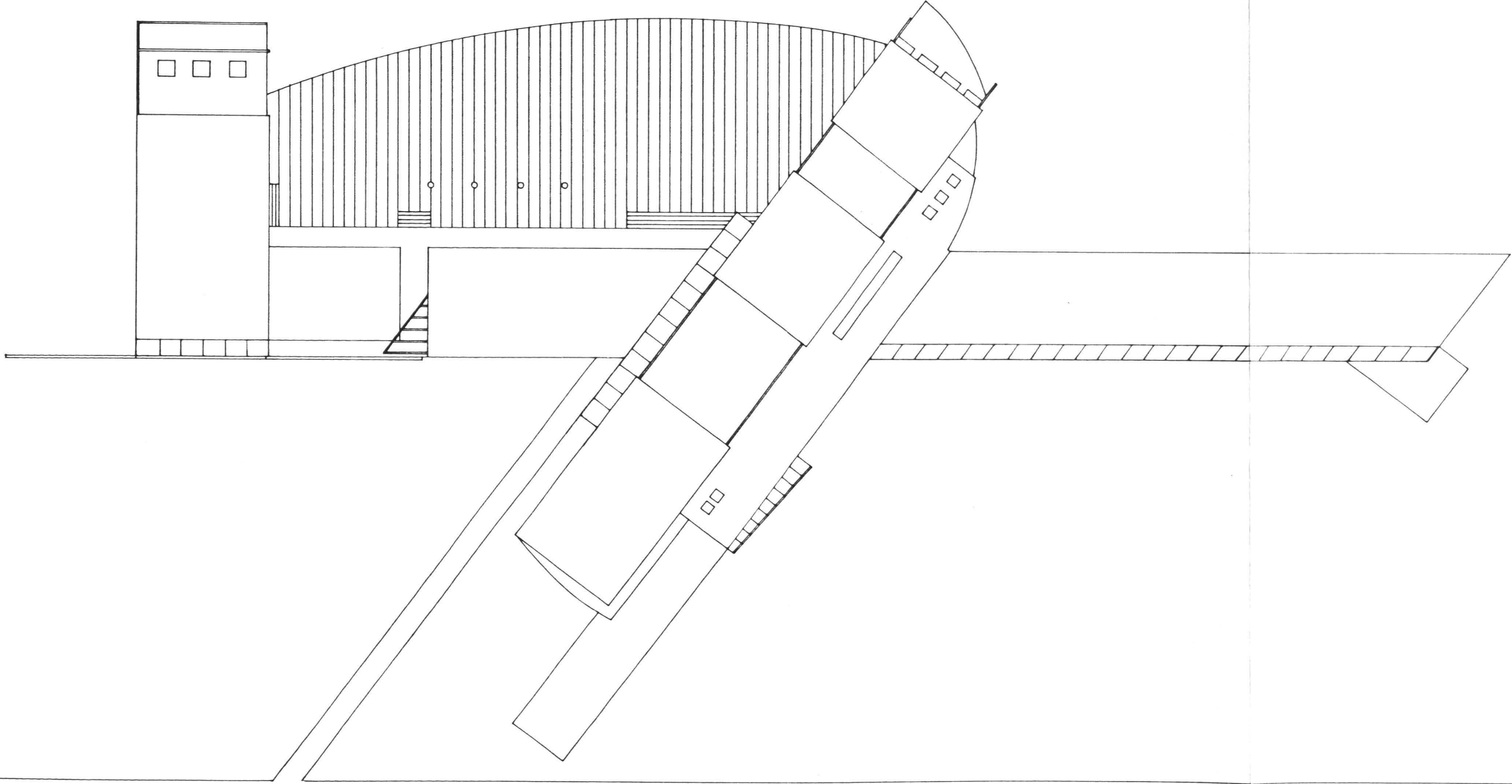


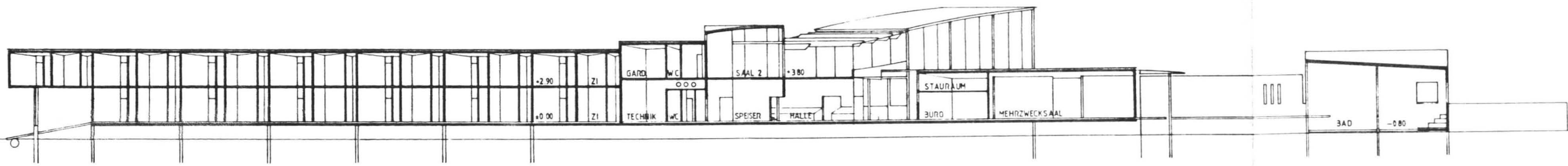






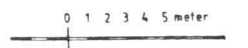
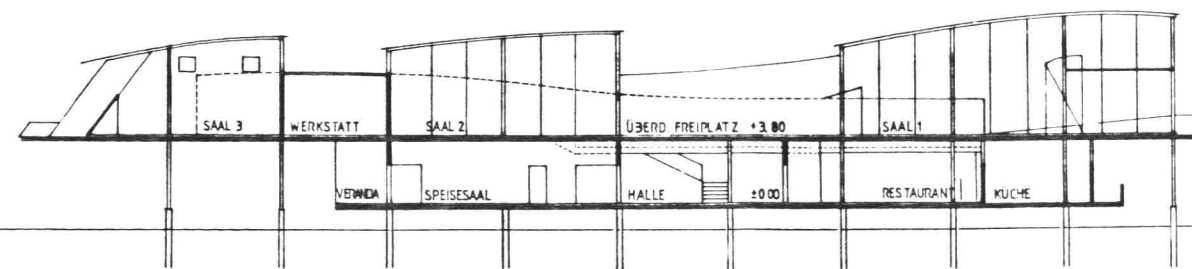


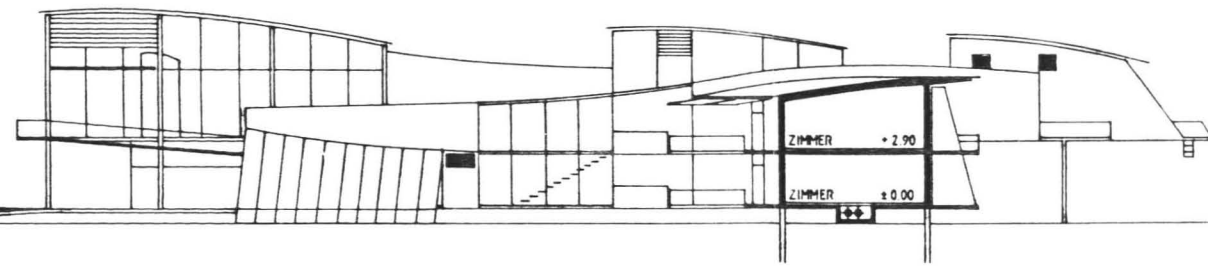




SCHNITT 1-1

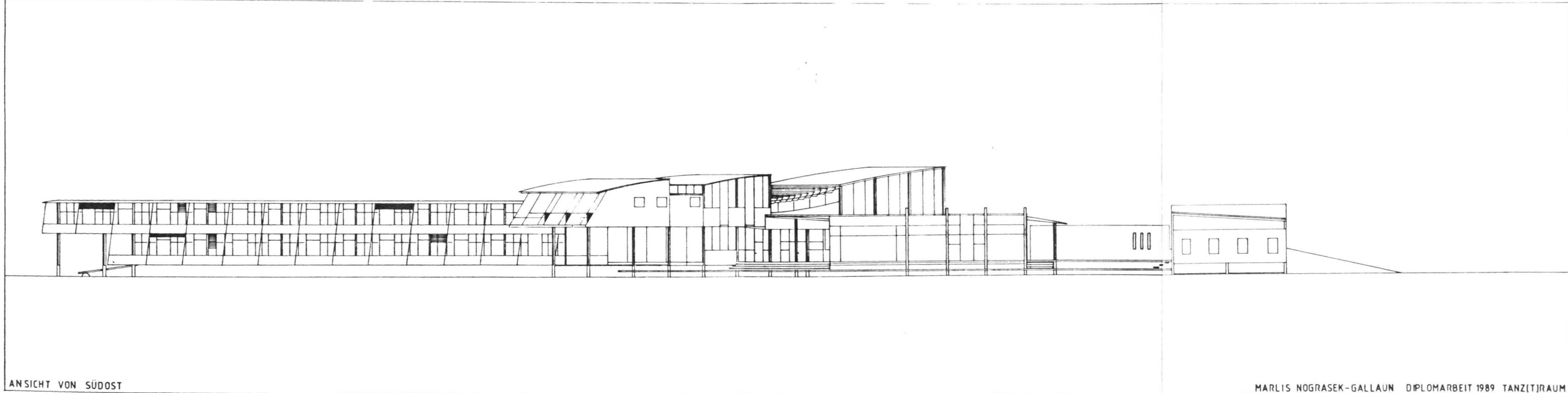
MARLIS NOGRASEK-GALLAUN DIPLOMARBEIT 1989 TANZITJRAUM





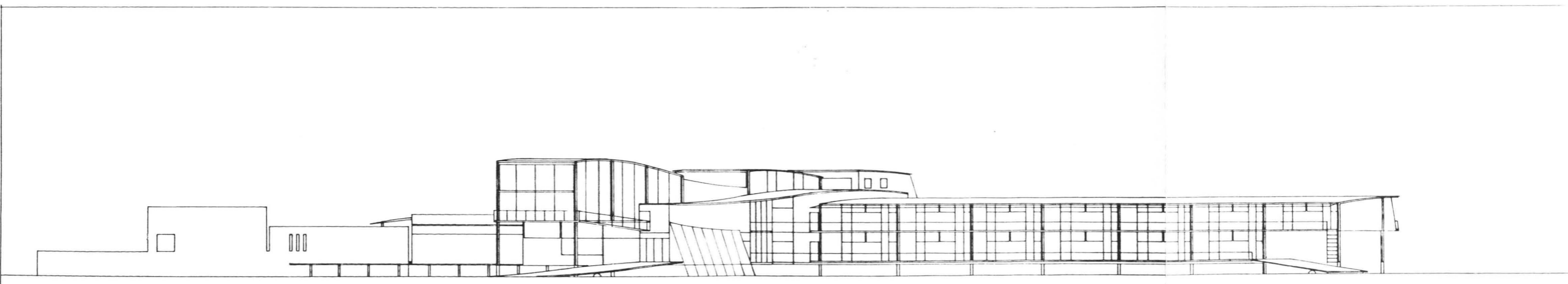
SCHNITT 3-3

MARLIS NOGRASEK-GALLAUN DIPLOMARBEIT 1989 TANZ(T)RAUM



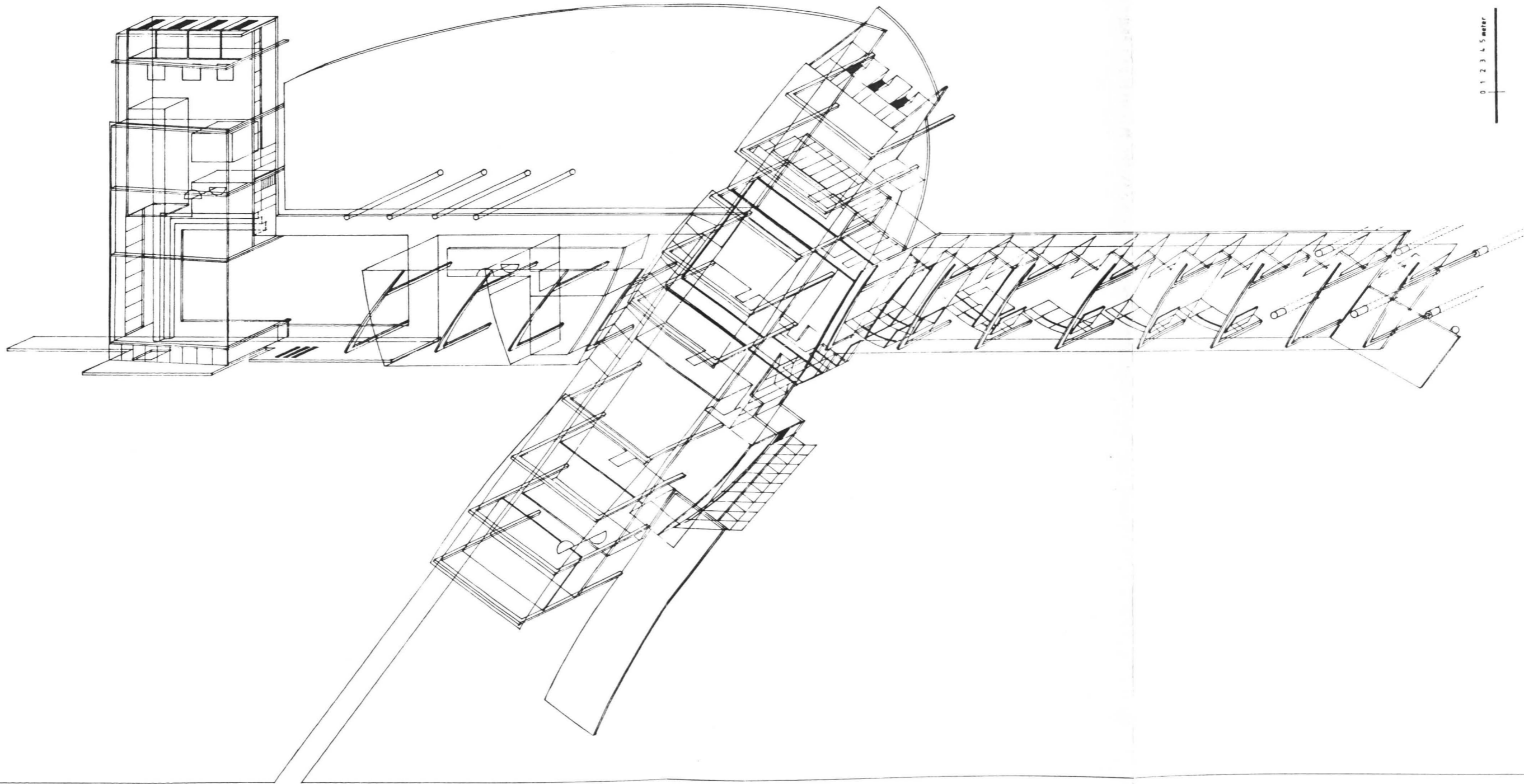
ANSICHT VON SÜDOST

MARLIS NOGRASEK-GALLAUN DIPLOMARBEIT 1989 TANZ(T)RAUM



ANSICHT VON NORDWEST

MARLIS NOGRASEK-GALLAUN DIPLOMARBEIT 1989 TANZ(T)RAUM



0 1 2 3 4 5 meter

LITERATURVERZEICHNIS

SORELL, Walter: Der Tanz als Spiegel der Zeit
Heinrichshofen's Verlag, Wilhelmshaven 1985

SORELL, Walter: Aspekte des Tanzes
Heinrichshofen's Verlag, Wilhelmshaven 1983

BAAREN van, Th.P.: Selbst die Götter tanzen
Gütersloher Verlagshaus 1964

SACHS, Curt: Eine Weltgeschichte des Tanzes
Georg Olms Verlag, Hildesheim 1976

FEUERBACH, Johannes: Körperbewußtheit, Bewegung und Tanz
Universität Odenburg 1980

MOSCOVICI, Hadassa K.: Vor Freude tanzen, vor
Jammer halb in Stücke gehn
Luchterhand Literaturverlag, Frankfurt 1989

SCHOOP, Trudi: ... komm und tanz mit mir !
Verlag Musikhaus Pan AG Zürich 1981

ESPANAK, Liljan: Tanztherapie
Sanduhr Verlag, Dortmund 1985

HOFFMAN, Kaye: Heilsame Erschütterung
Löhrbach 1989

SIMONCSICS Dr., Emmerich: Identitätsausdruck in der
Architektur
Habilitationsschrift Graz, 1981

SCHMIDT, Ulrich: Inseln
Bucher-Verlag, Luzern 1977

NIETZSCHE, Friedrich: Werke I, Die Geburt der Tragödie
Ullstein Verlag, Ulm 1976

NIETZSCHE, Friedrich: Also sprach Zarathustra I-IV
dtv 1988

STEINER, Rudolf: Eurythmische Kunst
Köln 1983

SCHREIBER, Hermann: Venedig, Das Schiff aus Stein
List-Verlag, München 1979

BENINGER, Eduard: Die Paura an der Traun
Wels 1961

PRESS Dr., Heinrich: Seewasserstraßen und Seehäfen
Berlin-München 1962

ARCHIMEDES: Über schwimmende Körper und die Sandzahl
Übersetzung Leipzig 1925



23. Dez. 1991

2. März 1992

28. März 1994

23. Mai 1996

10. März 1998

29. Mai 2000

Auszug aus der Entlehnordnung

Leihfrist längstens 4 Wochen. Eine Verlängerung ist vor Ablauf der Frist anzusprechen. Um pünktliche Einhaltung der Leihfristen wird ersucht! Volle Haftung des Entlehners für Verlust und Beschädigung von Büchern. Weitergabe entlehnter Werke an andere Personen ist nicht gestattet.

