

Tanz! Steh auf und zieh das Kleid des Universums an!



Ich spüre die nährnde Erde unter mir,
den weiten Himmel über mir
und empfinde Freiheit und gehalten sein,
innere Wachheit und ein Verschmelzen
mit dem ganzen Kosmos.

Elisabeth Utz, Tanzpädagogin, Gränichen

Mail

Liebe Leserin, lieber Leser!

Was ist Ihre erste Assoziation beim Wort «Tanz»? Denken Sie an Ballett? An Darbietungen im Theater? An Vorführungen aus fremden Kulturkreisen? Oder denken Sie an eigenes Tanzen? An nächtliches Gehopse in engen, verrauchten Kellerräumen und an das Gefühl eigener Lebendigkeit vergangener Tage? Oder kommen Ihnen mühsame Tanzstunden in den Sinn, in denen wir Mädchen auf einer Bankreihe sasssen und zum Tanz aufgeboten werden mussten – oder eben sitzenblieben wie bestellt und nicht abgeholt?

Der Paartanz erfreut sich zwar immer noch grosser Beliebtheit (Tango ist «in»), doch ist eine Fülle anderer Tanzrichtungen zugänglich geworden. Diese ermöglichen neue Erfahrungen, die das Leben bereichern und sogar verändern können.

Lesen Sie dazu im Beitrag von Susanne A. Birke über die japanische Tanzform «Butoh». Lesen Sie, wie dieser Tanz dem Menschen ermöglicht, ins Leben einzutauchen.

Tanzen hat unmittelbar mit menschlicher Lebendigkeit zu tun. Deshalb haben Menschen verschiedenster Kulturen auch im Tanz ihr Welt- und Glaubensverständnis seit jeher ausgedrückt, tradiert und gefeiert. Aber lesen Sie nicht nur, sondern kommen Sie nach Baden zur feMail-Vernissage. Wir werden unter der Anleitung der Tanzpädagogin Cécile Schneider tanzen – und uns dem Leben in die Arme werfen!

Herzliche Einladung zur feMail-Vernissage Tanz! Am Montag, den 8. März, von 19 bis 21 Uhr, im reformierten Kirchgemeindehaus Baden an der Oelrainstrasse 21.

Irmelin Kradolfer

Tanz! Steh auf und zie

Tanzen – eine Ostererfahrung

von Irmelin Kradolfer

Tanzen? «Das muss sein. Unbedingt. Das Herz eines Menschen ist wie ein Vogel, eingesperrt in den Käfig des Körpers. Wenn du tanzt, singt das Herz wie ein Vogel, der sich danach sehnt, mit Gott eins zu werden.» So lässt Eric-Emanuel Schmitt den Monsieur Ibrahim die Notwendigkeit des Tanzens erklären.¹⁾

Ja, Tanzen ist für viele eine Notwendigkeit und eine der ältesten Lebensäusserungen der Menschheit überhaupt. Die ältesten Dokumentationen des Tanzens sind indische Höhlenmalereien, die zwischen 5000 und 2000 v. Chr. entstanden sind. In der Antike handelte es sich meist um ein gemeinschaftliches Tanzen zu Musik, entweder von Männern oder von Frauen und Mädchen unter sich. Im ersten Testament unserer Bibel ist von Tanz als Zeichen der Freude vor allem im Zusammenhang mit militärischem Sieg die Rede. Frauen gehen mit Gesang und Reigen unter Pauken- und Zimbelspiel dem Sieger entgegen. Getanzt wurde auch beim Erntejubel nach der Weinlese. In spätjüdischer Zeit hatte sogar jeder Weinberg seinen Tanzplatz, der aber nur von Frauen benutzt wurde. So sehr gehört der Tanz nach biblischer Vorstellung zum Menschsein dazu, dass er sogar eines der Merkmale der Heilszeit und des Heils ist. Deshalb verwundert es nicht, dass er im Tempelgottesdienst einen festen Platz hatte.

An diese Traditionen konnte die kirchliche Frauenbewegung anknüpfen, die in den Siebzigerjahren feministische Liturgien entwarf. Vorausgegangen war die Aufdeckung von Sexismus und Patriarchat in Sprache und Kultur der Kirchen. Frauen leiden unter sprachlicher Mangelerscheinung und formaler Aushungerung. Sie hungern nach dem Wort des Lebens, nach symbolischen Formen, ihre Erfahrungen mit sich, miteinander, mit Gott und ihre Sehnsüchte und ihr Leiden zum Ausdruck zu bringen.²⁾

In diesen feministischen Liturgien geht es um die Erfahrung der Liebe Gottes, um den befreienden Aufstand im Namen Gottes gegen jede Art der Unterdrückung. Die Liturgie erstreckt sich demnach auf den Alltag (auch den gesellschaftlichen und politischen), sie ist ganzheitlicher Gottesdienst mit allen Sinnen, der Seele und dem Geist. Dieser Gottesdienst ist immer auch Dienst Gottes an den Menschen. Es werden daher Formen gesucht, die die Bedeutung gottesdienstlicher Rituale erfahrbar machen. Neben Geschichten und Gedichten, Liedern und Gebeten, Meditationen und mystischer Versenkung hat auch das Tanzen seinen festen Platz gefunden.

Allzu lange wurden Körperlichkeit und Sexualität in der Kirchengeschichte ignoriert oder ganz ins Profane verbannt. Mit dem Tanzen erhalten sie wieder einen festen Platz im sakralen Raum. Tanzen bietet die wunderbare Möglichkeit, eine Leichtigkeit des Seins einzuüben, in der Bewegung sich als ständig werdend zu begreifen. Gemeinsame (Reigen)Tänze ermöglichen, nonverbal Solidarität zu erfahren. Ästhetik und Zärtlichkeit werden dabei als Zeichen der Gottebenbildlichkeit gefeiert.

Tanzen befreit. Tanzen richtet auf. Deshalb entspricht Tanzen der Verkündigung Jesu, der gekommen ist, Menschen um-

eh das Kleid des Universums an!

fassend zu befreien – so umfassend, dass selbst Hinfälligkeit und Tod nicht endgültig zerstören können. Dabei kommt mir eine Kirche im finnischen Tampere in den Sinn. Das Kirchenschiff zeigt auf den Seitenwänden den Reigen der Auferstandenen. Bei der Besichtigung dieses Freskos fing unsere damals fünfjährige Tochter spontan zu tanzen an. Einige Touristen liessen sich anstecken und plötzlich bewegten sich mehrere Leute zur Orgel, die wohl zur Übung erklang. Diese kleine sommerliche Episode ist mir als ein Ostergottesdienst in Erinnerung geblieben. Unmittelbarer und intensiver vermittelte es mir die Auferstehungsbotschaft als manche ausgezeichnete Predigt. Wie kann man dies umschreiben? Auferstehung feiern: sich am Aufstand des Lebens beteiligen und dem Leben in die Arme werfen? Eigene Lebendigkeit spüren? Loben? Danken?

M. Ibrahim meint im Blick auf die tanzenden Derwische: «Siehst du, sie drehen sich um sich selbst, sie drehen sich um ihr Herz, um den Ort, wo Gott wohnt. Das ist wie ein Gebet.»¹⁾

Quellen

¹⁾ Eric Emmanuel Schmitt: *Monsieur Ibrahim und die Blumen des Koran*, Fischer Taschenbuch Verlag, 2004

²⁾ Muchov in RGG, 3. Aufl, Bd 4, 612ff

**Tanzen im Kreis
um eine gemeinsame Mitte
manchmal zentnerschwer,
manchmal beflügelt
lustvoll und ganz innig
kraftvoll und ganz ruhig
angeschlossen an
den grossen Lebensatem
tiefe Verbundenheit erfahren
mit den Menschen im Kreis,
mit mir, mit dem
göttlichen Geheimnis
und die Quelle allen Lebens
tief in uns dankbar erahnen.**

Cécile Schneider, Tanzpädagogin, Auenstein

Butoh – tanzend ins Leben eintauchen

Susanne A. Birke im Gespräch mit Susanne Daepfen

Manche Dinge fallen einer zu – so kam auch der Butoh zu mir. Am Idaplatzfest wurde mir ein Flyer mit einem Butoh-Workshop in die Hand gedrückt. Neugierig wie ich bin, meldete ich mich an und war begeistert. In diesem Tanz aus Japan geht es darum, sich «das Kleid des Universums anzuziehen», wie Kazuo Ohno, einer der Begründer der Tanzrichtung, auch als der Mystiker des Butoh bekannt, es nennt. Susanne Daepfen lernte bei Kazuo Ohno und bringt ihre Erfahrungen mit Butoh in die Schweiz. Gerade erschien

ihr Buch «Die Kunst der Langsamkeit – ein Tanz von der Natur zur Seele», in dem sie den Butoh vorstellt und Anleitungen zum Tanz gibt. Für feMAIL habe ich sie zu ihrer Arbeit befragt.

Susanne A. Birke: Was ist Butoh und wie kamst du dazu?

Susanne Daepfen: Butoh ist eine meditative Tanzart, die in den Sechzigerjahren von radikalen Tänzern entwickelt wurde. Ich lernte Butoh als Zuschauerin in New York kennen. Es ist ein Lebenstanz für mich und berührte mich sehr.

SAB: Was bedeutet dir Butoh als Frau und im Prozess des Älterwerdens?

SD: Mit Butoh entdeckte ich die Power, die Sanftheit, das Universum Körper. Hier fühle ich mich als Frau nicht auf die sexuellen Aspekte des Körpers reduziert. Hier bin ich kostbare Materie, ein Teil der Erde, der Elemente. Als Dakini/Yogini entdeckte ich den weiblichen Körper als Weisheitsquelle und grenzenlos in seiner Sinnlichkeit. Das bedingt aber, dass Frau als weibliches Wesen grosse befreiende Arbeit an sich selbst leisten muss. Denn wir tragen eine jahrhundertealte Gehirnwäsche in uns, die uns weismachen will, dass der weibliche Körper etwas Schlechtes, Unreines sei! Mit Butoh darf Frau/Mann alt werden. In Asien kommt man mit dem Alter zu Meisterschaft. Der alternde Körper hat auch seine Schönheit. Die Gesamtkraft wächst durch mehr Gelassenheit.

SAB: Hat Butoh dir persönlich und spirituell neue Zugänge zu dir selbst, zur Welt, zum Urgrund eröffnet?

SD: Ja, sicher in allem. Durch die Vertiefung, durch das Begegnen der Gefühle im Tanz, der dunklen Seite in mir. Durch die Extase, die man erlebt. Ich werde eins mit der Welt, sehe, dass das Unsichtbare, die Leere genau so wichtig ist wie die Materie.

SAB: Wo hat Butoh dich vielleicht auch herausgefordert deine Grenzen zu erweitern?

SD: Im ins Leben eintauchen. Das hat ganz viele Aspekte: Butoh ist ganzheitlich, also nicht zielorientiert. Es gibt nichts zu erreichen, nur zu vertiefen. Dieses nicht mehr wollen, ist die Herausforderung – und dazu auch in der Öffentlichkeit zu stehen. Auszuhalten, wenn ich keine Resonanz erhalte. Alle Wesen, alle Menschen urteilsfrei wahrzunehmen. Vom Ego wegzukommen und in der Ganzheit aufzugehen.

SAB: Du machst Butoh nun schon seit vielen Jahren. Hat sich in dieser Zeit für dich etwas verändert und was bedeutet es dir heute?

SD: Ja, es hat mein Leben bereichert. Was es wirklich bringt, merkt man häufig Jahre später. Ich sehe oft im Vergleich mit anderen, dass ich viel Vertrauen ins Leben erhielt, Schicksalskräften «vorbeugen» oder ausweichen kann, in dem ich mich freiwillig dem Schmerz, der Dunkelheit im Butoh hingeben habe. Das gibt mir mehr Qualität und Gelassenheit im Alltag. Es hat mich gelehrt, mir Zeit zu nehmen, Zeit zu haben, Stress zu vermeiden. Stress hat seinen Ursprung in der Angst.

SAB: Vielen Dank für das inspirierende Interview und alles Gute auch weiterhin für deine spannende Arbeit mit Butoh!

Mehr zu Butoh

■ *Susanne Daepfen, Die Kunst der Langsamkeit – ein Tanz von der Natur zur Seele, ISBN 978-3-905297-23-2*

■ www.dakini-dance.ch

Agenda 2010 – Anlässe rund um Frauen, Kirche und Gleichstellung

März Impulsabende

Wechseljahre – Wandeljahre

Mo, 8.3. – Muri

Do, 11.3. – Stein

Leitung: Claudia Nothelfer

Zeit: 19.30 bis 21.30 Uhr

So, 14.3. Frauenfeier Aarau

Ökum. Frauengottesdienste

Mit Imbiss, Gedankenaustausch.

Ort/Zeit: ref. Kirche Aarau/17 Uhr

Info: Sabine Ruess-Brühwiler,

062 824 65 16

Mo, 22.3. Gesprächsrunde

Interreligiöse Frauengespräche

Thema: Heil und Heilung.

Ort: Röm.-Kath. Landeskirche

Aarau, Feerstr. 8

Zeit: 19.30 bis 21.30 Uhr

Do, 18.3. Podiumsgespräch

Familie und Beruf vereinbaren

Unter anderem mit Susanne

Hochuli, Regierungsrätin.

Ort: Grossratsaal Aarau

Zeit: 19 Uhr

Fr, 26.3. / Fr, 25.6. Shibashi

Atempause

Bewegt zur Ruhe kommen.

Leitung: Susanne A. Birke

Ort: Pfarreisaal St. Sebastian

Wettingen

Zeit: 9 bis 11 Uhr

Anmeldung: 056 438 09 40,

bildung-mobil@ag.kath.ch

Do, 1. bis Mo, 5.4. Ostern

Ostern – Tage der Einkehr auf dem Rügel

Mit Pfarrerin Katharina

Zimmermann Zingg und Cécile

Schneider, Tanzpädagogin.

Kosten: Fr. 260.– plus Pension

Anmeldung: www.ruegel.ch,

062 767 60 54

Fr, 16. bis Sa, 17.4. Kurs

Um die Mitte bewegen

Leitung: Claudia Nothelfer,

Katharina Schreiber

Ort: Propstei Wislikofen

Zeit: Freitag, 18 Uhr bis

Samstag, 15.30 Uhr

Kosten: Fr. 120.– plus Pension

Fr, 30.4. Frauenfeier Baden

Leitung: Heidy Anneler,

Susanne A. Birke

Ort: ref. Kirche Baden

Zeit: 19 Uhr

So, 2.5. Frauenfeier Aarau

Ökum. Frauengottesdienste

Mit Imbiss, Gedankenaustausch.

Ort/Zeit: kath. Kirche Aarau/19 Uhr

Info: Sabine Ruess-Brühwiler,

062 824 65 16

Fr, 21. bis So, 23.5. Pfingsten

Vom Lebensatem durchweht:

bewegen, schreiben, geniessen

Leitung: Susanne A. Birke und

Elisabeth Utz, Tanzpädagogin

Ort: Propstei Wislikofen

Zeit: Freitag, 18 Uhr bis

Sonntag, 15 Uhr

Kosten: Fr. 250.– plus Pension

Anmeldung/Info: 056 201 40 40,

info@propstei.ch

Do, 20.5. Vortrag

Mitten im Leben von Aufgaben umgeben

Interreligiosität im Zusammen-

leben, mit Saida Keller-Messahli.

Mit Apéro.

Ort: Bullingerhaus Aarau,

Jurastr. 13

Zeit: 20 bis 22 Uhr

Kosten: Fr. 20.–

Fr, 28. bis Sa, 29.5. Kurs

Wechseljahre – Wandeljahre

Leitung: Claudia Nothelfer,

Katharina Berger

Ort: Propstei Wislikofen

Zeit: Freitag, 16.30 Uhr bis

Samstag, 15.30 Uhr

Kosten: Fr. 180.– plus Pension

Sa, 29.5. Tagung

17. FrauenLandsGemeinde:

Mein Körper – Mein Leben

Frauen – Körper – Gesundheit,

mit Pascale Bruderer Wyss, Esther

Fischer-Homberger und Elisabeth

Zemp.

Leitung: Amanda Sager-Lehnerr

Ort: Grossratsgebäude Aarau

Zeit: 9 bis 17.15 Uhr

Kosten: Fr. 130.–

Anmeldung/Programm:

www.frauenlandsgemeinde.ch

Mo, 7.6. Gesprächsrunde

Interreligiöse Frauengespräche

Thema: Umgang mit religiösen

Vorurteilen.

Ort: Röm.-Kath. Landeskirche

Aarau, Feerstr. 8

Zeit: 19.30 bis 21.30 Uhr

Fr, 18. bis Sa, 19.6. Kurs

Heiligen und heilen

Auf den Spuren von Hildegard

von Bingen und Emma Kunz.

Die Weisheit heiliger und

heilender Frauen inspiriert eigene

heilige und heilende Kräfte.

Leitung: Susanne A. Birke und

Claudia Nothelfer

Ort: Propstei Wislikofen

Zeit: Freitag, 14 Uhr bis

Samstag, 15.30 Uhr

Kosten: Fr. 120.– plus Pension

Anmeldung/Info: 056 201 40 40,

info@propstei.ch

Vorschau

20.8.2010 **FrauenKirchenFest**

Ort: Wislikofen

23.10.2010 **Mit Inanna den Weg durch die Trauer wagen**

Infos zu Veranstaltungen für Frauen: www.frauenaargau.ch

Kath. Frauenstelle Aargau

«In unserer Sinnlichkeit wohnt Gott»: Begegnung mit dem grossen Geheimnis des Lebens geschieht auch im Leib. Oft wurden jedoch weiblicher Körper und Heiligkeit als Gegensatz konstruiert. Der Schwerpunkt weibliche Leiblichkeit in der Mystik zeigt, dass unser Leib nicht mehr und nicht weniger ist als eine Wohnstatt göttlicher Gegenwart. Zwei Tipps hierzu:

Freitag, 21. bis Sonntag, 23. Mai: Vom Lebensatem durchweht

Bewegen, schreiben, geniessen zum Pfingstwochenende.

Unser Atem ist uns nur selten bewusst. Er ist es, der uns am Leben und in Bewegung hält. Im Kurs entdecken wir die Verbindung von Ruach und Geist und ihre Spuren in unserer Biographie.

Freitag, 18. bis Samstag, 19. Juni: Heiligen und heilen

Auf den Spuren von Hildegard von Bingen und Emma Kunz.

Die Weisheit heiliger und heilender Frauen weckt die Sehnsucht, eigene heilige und heilende Kräfte und ihre Herzensstimme zu entdecken und zu stärken. Wir nehmen Spuren dieser beiden Frauen auf. Details zu beiden Kursen siehe Agenda oben.

Ref. Fachstelle Frauen, Männer, Gender

Interreligiöse Frauengespräche sind spannend. Welches Frauenbild wird in unseren heiligen Schriften tradiert, wie sieht die konkrete Situation der Frau in der jeweiligen Religion heute aus? Gibt es ein Potenzial von Würde und Freiheit wegen oder trotz der eigenen Religion? Religionen und Konfessionen müssen sich an ihrer Einstellung zur Frau und ihrer konkreten Situation messen lassen, und sie werden heute auch daran gemessen.

Im Gespräch entdecken wir Gemeinsamkeiten, ärgern uns über gewisse Strukturen, benennen Unterschiede und lernen den Alltag und die Riten verschiedener Religionen kennen. Die interreligiösen Frauengespräche Aargau werden dieses Jahr viermal durchgeführt. Jede Frau ist herzlich dazu eingeladen!

- **Montag, 22. März: Heil und Heilung**
- **Montag, 7. Juni: Umgang mit religiösen Vorurteilen**
- **Montag, 13. September: Stellung der Frau**
- **Montag, 29. November: Gottesnamen**

Die genauen Details siehe Agenda oben.



Impressum Nr. 12 März 2010
Ein feMAIL-Abo ist kostenlos!

Abos und Administration

Ref. Landeskirche Aargau
Barbara Hofer, 062 838 00 16
barbara.hofer@ref-aargau.ch

Herausgeberinnen dieser Ausgabe sind

Fachstelle Frauen, Männer, Gender
Ref. Landeskirche Aargau
Irmelin Kradolfer, 062 838 00 28
Augustin-Keller-Str. 1, 5001 Aarau
irmelin.kradolfer@ref-aargau.ch

Kath. Frauenstelle Aargau
Susanne A. Birke, 056 438 09 43
Klosterstr. 12, 5430 Wettingen
susanne.birke@ag.kath.ch

Auflage, Erscheinung
3700 Exemplare, 2 x jährlich

Titelbild und Layout

sat., Petra Brandes Schaefer,
Ennetbaden

Druck

Schmäh Offset & Repro AG,
Ehrendingen