



«Wenn ich mit dem Tanzen beginnen will, bin ich immer in Verlegenheit, wie ich anfangen soll. Butoh hat mit dem Leben zu tun. Ohne den Gedanken ans Leben gibt es keinen Butoh. Doch wie fängt man damit an? Ich fühle mich oft ratlos. Man würde aber das Leben verleugnen, wenn man dieser Ratlosigkeit ausweicht.»

Kazuo Ohno

Yoga und Butoh

Inneres und äusseres Erleben

Der aus Japan stammende formlose Tanz Butoh gibt keine äussere Form vor, sondern schaut, welche Bewegungen sich durch den Körper im Aussen zeigen. Der Yoga mit seiner körperlichen und geistigen Praxis ist eine wunderbare Vorbereitung für diese Tanzform.

 Text: Johanna Limacher*



«Die Wunden, die der Körper erleidet, vernarben und werden geheilt. Die inneren Wunden aber, die seelischen, muss man dulden und in sich bewahren, denn diese Erfahrung wandelt sich in Freude oder in Trauer, in den Stoff einer Poesie, die nicht durch Worte, sondern mit dem Körper zum Ausdruck gebracht wird. So stelle ich mir den Ursprung des Tanzes vor.»

Kazuo Ohno

Butoh hat seinen Ursprung im Japan der Nachkriegszeit. Im Butoh vereinen sich auf den ersten Blick **Tradition und Rebellion**. Die Rebellion gegen die zunehmende Invasion europäischer und amerikanischer Werte und die Rückbesinnung auf die archaisch-spirituelle Tradition der eigenen Kultur. Daraus entstand keine reaktionäre Kunstform, sondern etwas vollständig Neues, das nach dem Tanz «an sich» sucht und das immer darum weiss, dass Kultur ihre Wahrhaftigkeit aus der Einheit mit der Natur schöpft. Der Natur in all ihren Aspekten, den zarten und erhebenden, genauso wie den wilden und zerstörerischen. Die beiden prägendsten Tänzer des Butoh der ersten Stunde sind **Tatsumi Hijikata** (1928–1986) und **Kazuo Ohno** (1906–2010). Während ersterer sich mehr dem Archaischen, Verzehrenden, Leidenschaftlichen widmete, berührte letzterer mehr das Sehrende und Mystische. Sich in diese Traditions-Linie zu stellen wäre vermessenen. Es ist schon unbescheiden genug, «Butoh» im Titel zu führen. So können wir einzig sagen, dass er uns in unseren Yoga&Butoh-Workshops als Inspiration leitet und wir ihn vielmehr als «formlosen Tanz» sehen.

Yoga als Türöffner

Wie versuchen wir uns dieser Inspiration zu öffnen? Als erstes gehen wir in eine Yogapraxis. Für einmal dient der Yoga dem Tanz zu. Der Yoga gibt uns klare Formen und körperliche, energetische und mentale Techniken, mit welchen wir experimentieren können. In der Art, wie wir diesen «von aussen» gegebenen Strukturen begegnen, können wir viel darüber erfahren, wie wir «im Innen» sind.

Wenn wir achtsam sind, können wir spüren, ob wir Widerstand nähren, statt ihn einfach nur zu betrachten. Oder ob wir Verachtung, Kleingeistigkeit und Leistungs willen begegnen, welche uns wahren Erleben entfremden. Yoga gibt das Fundament für mehr Klarheit und innere Ruhe, nebst der willkommenen körperlichen Vorbereitung. Yoga wird so zum Türöffner für den Butoh.

Formloser Tanz

Butoh – oder eben der formlose Tanz – gibt uns keinerlei äussere Formen vor! Er legt ein Thema oder eine Qualität in unsere Körper und schaut, welche Formen und Bewegungen sich durch den Körper hindurch in die Welt schälen. Jeder Aspekt der Vielfalt äusserer und innerer Natur kann getanzt werden: die Elemente, die Amöbe, die Flechte, der Graureiher, das Mammut, die Geburt, die Sexualität und der Tod, der ganze Regenbogen unserer Emotionen und Geisteszustände.

So ergibt es sich zwingenderweise, **dass wir auch unsere Kultur tanzen**, unsere Erziehung, Konventionen, Verrat, Befreiung und Sicherheit, Gemeinschaft und Verlust. Alle Inhalte sind möglich, nur sind ihre Blüten oft überlagert von Vorstellungen und Konzepten. Und so ist es eine grosse Herausforderung für die Tanzenden, nicht die Vorstellung eines Baumes zu tanzen, sondern sich vom Baum tanzen zu lassen.

Hier suchen wir Unterstützung in der **Langsamkeit**. Sie ist die einzige «Einschränkung», für welche wir uns entscheiden. Durch die Langsamkeit können wir immer spüren, ob wir ein Thema «darstellen» oder ob wir uns ihm wirklich zu öffnen versuchen.

Kazuo Ohno spricht im obigen Zitat von seiner Verlegenheit und Ratlosigkeit, der er oft zu Beginn seines Tanzes begegnet. Und von seinem Vertrauen, dass eben diese Ratlosigkeit die Eintrittspforte in den Tanz bedeutet. **Wenn ich keinen Rat mehr weiss, kann das Eigentliche sich zeigen.**

Literatur

Michael Haerdter, Sumie Kawai (Hrsg.)
Butoh. Die Rebellion des Körpers. Ein
Tanz aus Japan. Alexander Verlag Berlin.
(vergriffen)
Susanne Daeppen. Die Kunst der Lang-
samkeit. edition clandestin 2009.
www.dakini-dance.ch

«Im Butoh «produziert» sich kein Ich.»

Butoh wurde auch beschrieben als «irrationaler Tanz», eher eine ungeschickte Bezeichnung, sucht Butoh doch das Jenseits der Ratio, das, was immer da ist. Yogäübende kommen an diesem kritischen Übergang oft in die Versuchung, sich in Meditation oder Atembetrachtung zu «retten».

Es lohnt sich jedoch, es zu wagen, auf jegliche Netze zu verzichten und die Ratlosigkeit zuzulassen. Die Momente, wenn «es» durch uns tanzt, sind letztlich Gnadenmomente. Manchmal sind wir ihnen näher, manchmal ferner. Und wenn sie sich ergeben, gibt es keinen Zweifel mehr.


Die innere Musik

Wir verbinden die Vorstellung von Tanz immer mit Musik. **Ohne Musik zu tanzen ist hart und lehrreich.** Ohne Musik zu tanzen bedeutet, dass der Tanz unabhängig ist von der Musik; ein Eigenes, das sich nicht der Musik unterordnet; ein Tanz, der seine innere Musik erklingen lässt, im Tanzenden genauso, wie im Betrachtenden.

In den Workshops setzen wir Klang ein, manchmal als Unterstützung, weil er die innere und äussere Reizüberflutung auffängt und neutralisiert. Manchmal setzen wir bewusst drängende, emotionale oder gar intimisierende Musik ein, um uns entweder von der Konditionierung durch die Musik zu lösen oder uns mit ihr zu versöhnen. Manchmal tanzen wir in der Natur mit ihren tausend kleinen Geräuschen. Ihrem Apell nicht zu folgen, ist eine grosse Herausforderung, die dann gelingt, wenn wir mit der Natur eins zu werden vermögen.

Es geht um Übungsdisziplin

Ein weiteres Instrument, das wir manchmal einsetzen, sind **partnerings** – das Tanzen mit und durch den Anderen, zu zweit oder als Gruppe. Wer schon Bilder von Butoh-Aufführungen gesehen hat, erinnert sich an weiss gekalkte Körper, schwarze Augen- und Mundhöhlen, nach oben gedrehte Augäpfel. Zweck dieser Stilmittel ist die Auflösung der Persönlichkeit.

Im Butoh «produziert» sich kein Ich. So ist auch der Andere kein «Du», sondern ein Wesen, das denselben Lebensraum bevölkert. Unsere Zusammentreffen haben keine Absicht – sie wollen mir nichts Gutes, sie wollen mir nichts Böses. Sie finden einfach statt und kreieren neue Lebensimpulse. Den Weg dahin ist ein Teil der Übungsdisziplin. Ja, der Übungsdisziplin. Denn genauso wie der Yoga, ist der Butoh eine Inspiration, die es mit Hingabe und Vertrauen zu vertiefen gilt. Sie offenbart ihre Schätze denjenigen, die auch in Momenten des Zweifels nicht aufgeben, sondern den Zweifel tanzen. Die Schönheit des Butoh ist keine veräusserlichte. **Wir betrachten uns nie mit äusseren Augen**, sondern fühlen die Wahrhaftigkeit, mit der wir uns der Bewegung zur Verfügung stellen. Wenn wir allerdings unverhofft Zeuge sein dürfen, wenn sich dies in einem Menschen realisiert, so offenbart sich reine Schönheit. 

* Die Autorin ist Yogalehrerin BDY/EYU, YCH und bietet seit 20 Jahren Yoga, Supervision, Coaching und Yoga & Butoh-Kurse in Zürich an. Zudem leitet sie Kurse zur Yoga-Philosophie am Lassalle-Haus. www.yoga8001.ch

«Tanzen bedeutet, sich einer vorab definierten Körpersprache zu widersetzen und an etwas zu rühren, das man nicht auf sich alleine nehmen kann. Das nennt man Butoh.»

Min Tanaka

