

Bewegungsfluss: Entspannung und Enthierarchisierung

„Für mich ist ‚Fließen‘ ein grundlegendes Konzept des Tanzes. Es stellt keine äußerliche Figur dar, sondern etwas, was durch Atmung entsteht und im Inneren des Körpers geschieht. Es ist keine isolierte Bewegung, sondern verbunden mit den folgenden Aktionen des Körpers.“ (Saburo Teshigawara)

Typisch für Teshigawara sind Bewegungsfolgen, die sich sukzessiv durch seinen Körper hindurch fortsetzen: In einer Solo-Passage zu Beginn von *Noiject* (1992) bewegt sich der Tänzer über mehrere Minuten kontinuierlich, ohne dass die Bewegung abbricht und neu ansetzt. Selbst wenn ab und zu kleine, ruckartige Bewegungen kurze, scharfe Akzente in die ansonsten sehr fließende, weiche Qualität setzen, unterbrechen sie das Kontinuum nicht. Auch bei den oft überraschenden Richtungsänderungen bleibt die Kontinuität erhalten, setzt die Bewegung nicht neu an. Diese Bewegungsfolgen evozieren das Bild einer kleinen Kugel, die stetig durch seinen Körper rollt und, sobald sie anstößt, zurückrollt und so die Bewegung in eine andere Richtung umlenkt. Mit diesem Bild einer Kugel, die durch den Körper rollt und die Bewegungen führt, arbeitet eine Grundübung der *Contact Improvisation*, um – idealerweise – ein endloses Bewegungskontinuum zu erzeugen. Teshigawaras Gliedmaßen sind tendenziell gerundet und treffen sich in ihrer Verlängerung, so dass die Bewegungsenergie nicht an den Umräum verloren geht, sondern durch den Körper fließt. Wenn sich, wie sehr häufig, eine Bewegung aus der anderen entwickelt, deren Energie aufnimmt und sie weiterführt, bleiben der Kraftaufwand und die Körperspannung vergleichsweise gering, was als Mühelosigkeit und Leichtigkeit in der Bewegungsausführung sichtbar wird. Auf diese Weise entsteht eine fließende, sehr geschmeidige Bewegungsqualität und ein endlos erscheinendes Bewegungskontinuum.

Möglich wird diese Bewegungsqualität, die sowohl Teshigawara als Tänzer als auch die Choreographien von Forsythe auszeichnet, durch die sogenannte *Release-Technik*, die von Joan Skinners, Marsha Paludan, Mary Fulkerson und anderen seit Anfang der 1960er-Jahre in den USA entwickelt wurde (vgl. Kaltenbrunner 1998: 31). Ihr Bewegungsverständnis ist unter anderem von asiatischen Bewegungskünsten wie

Aikido oder Tai Chi Chu'an beeinflusst. Die Besonderheit dieser Technik besteht darin, den Körper auf- und auszurichten (*Alignment*), Körperteile zu isolieren und gezielt bestimmte Muskeln zu entspannen, so dass der Körper Bewegungsimpulsen von außen – von anderen Tänzern oder der Schwerkraft – durch den Raum folgen kann. Tänzer sprechen von einem „durchlässigen“ Körper, der die Bewegungsenergie in gewünschter Weise weiter- beziehungsweise umleiten kann. Dafür muss die Beschleunigungsenergie des schwingenden oder fallenden Körpers so umgeleitet werden, dass er nicht einfach zu Boden fällt, sondern sich in die gewünschte Richtung bewegt. Das kann nur gelingen, wenn der Tänzer ausreichend Bewegungserfahrung besitzt, um sich abzufangen. Diese Fähigkeit hat sich der Tanz vom Kampfsport abgeschaut, der nicht nur das verletzungslose Fallen trainiert, sondern auch Möglichkeiten lehrt, schnell und mit möglichst geringem Kraftaufwand wieder auf die Beine zu kommen. Indem der Körperschwerpunkt verschoben, der Körper also bewusst aus dem Gleichgewicht gebracht wird, überantwortet sich der Körper mit seinem Gewicht der Schwerkraft und nutzt Impuls und Schwung, um die Bewegung fortzusetzen (vgl. Brinkmann 1990: 34; Kaltenbrunner 1998: 52). Auf diese Weise stellt das Körpergewicht ein Energiepotenzial dar, mit dessen Hilfe sich unter Ausnutzung der Schwer- und Trägheitskräfte der muskuläre Kraftaufwand verringern lässt und sich der Körper mühelos beschleunigen kann.

Setzt man, um ein Beispiel zu geben, zur Bewegungsinitiierung mit einem Arm einen Impuls, dann setzt sich dieser Bewegungsansatz, wenn der Arm entspannt der Fliehkraft²¹ überlassen und der Torso nicht blockiert wird, in Schwung- und Drehbewegungen durch den Körper in andere Gliedmaßen fort. Auf diese Weise wird eine Bewegungsfolge möglich, in der sich eine Bewegung aus der anderen ergibt, ohne dass der Tänzer erneute Richtungs- und Kraftimpulse setzt. Allerdings ist die Länge einer Bewegungssequenz ohne neuen Impuls begrenzt, da Energie verloren geht und der Körper erneut in Bewegung gesetzt werden muss. Durch diese Art der Bewegungsverknüpfung wird ein sehr hohes Tempo mit hohem Energieniveau möglich; ebenso ist durch geringen Energieeinsatz bei der Bewegungsinitiierung ein niedrigeres Tempo möglich. Typisch ist eine ausgeprägte Kontinuität in der

21 Die Fliehkraft resultiert aus der Trägheit der Körper und hält einen rotierenden Körper auf seiner Kreisbahn. Es gibt zwei Fliehkräfte, die in entgegengesetzte Richtungen wirken: die Zentrifugalkraft wirkt vom Drehmittelpunkt radial nach außen, die Zentripetalkraft nach innen.

Bewegung, deren Brechung zusammen mit der Variation des Energieniveaus die Variationsbreite der Bewegungsqualitäten bestimmt.

Mit der durch die Ausnutzung der physikalischen Kräfte ermöglichten Leichtigkeit und Flüssigkeit der Bewegungen geht bei Teshigawara ihre Enthierarchisierung einher: Sie besitzen alle unabhängig von ihrer Dynamik die gleiche Intensität. Auf diese Weise fordern alle Bewegungen vom Betrachter das gleiche Maß an Aufmerksamkeit, heftige Bewegungen genauso wie sehr reduzierte, leise, langsame Bewegungen. Dies zeichnet den Tänzer Teshigawara in besonderer Weise aus: dass Bewegungen unabhängig von ihrer Dynamik die gleiche Intensität besitzen, dass selbst eine kleine Bewegung mit nur einem Finger zu faszinieren vermag.

Indem die Bewegungen nicht nach Wichtigkeit geschieden werden, selten eine Bewegung choreographisch besonders hervorgehoben wird, wird der Zuschauer in besonderem Maße gefordert. Denn jeder Wahrnehmungsakt ist notwendig selektiv, weil die Verarbeitungskapazität des Wahrnehmungsapparates begrenzt ist: Die Reize werden stets – in der Regel vorbewusst – nach Wichtigkeit sortiert, was allerdings voraussetzt, dass eine Auswahl getroffen werden kann. Legt die Choreographie diese Auswahl nicht nahe, so dass die Auswahl nicht vorbewusst ablaufen kann, benötigt der Vorgang entsprechend Aufmerksamkeit.

Auch in Choreographien von Forsythe gibt es kaum einzelne Momente, die herausragen: Lange Bewegungssequenzen sind so angelegt, dass keine fixier- und erinnerbaren Posen hervortreten, sondern sich alles ständig verändert. Und selbst wenn dieses Bewegungskontinuum unterbrochen wird durch Momente des Innehaltens, besitzen sie keine größere Wichtigkeit als die kontinuierlich fließende Bewegung. Sie sind nicht herausgehoben, sondern gleichwertig, wenn auch dynamisch unterschieden: „Nach Posen oder gehaltenen Figuren, die als Höhepunkt einer Schrittfolge gelten würden, sucht man bei Forsythes Tänzern daher auch vergeblich.“ (Siegmond 2004b: 51f.) In diesem Sinne sind die Choreographien unhierarchisch organisiert. In seiner Choreographie *In The Middle, Somewhat Elevated* (1987) reiht Forsythe Körperhaltungen, die im klassischen Ballett als Höhepunkte herausgehoben wären, etwa eine *Arabesque* oder *Attitude*, übergangslos aneinander, so dass sich ein Höhepunkt an den anderen reiht und sie sich damit nicht mehr hervorheben (vgl. Siegmond 2004b: 36f.). Damit unterscheiden sich Forsythes Choreographien sowohl von der Pose des

Balletts, die als Moment der scheinbar ausgesetzten Schwerkraft und vollkommenen Körperkontrolle einen Höhepunkt bildet, als auch von der expressiven Geste im Ausdruckstanz, in der die Bedeutung kulminiert.

Tanzhistorischer Exkurs I: Zwischen Schritt und Pose

Die Polarität von Position und Übergang, Bewegung und Ruhe, von Schritt und Pose ist im Tanzdiskurs allgegenwärtig und charakterisiert den Verlauf der Tanzgeschichte. Der französische Ballettmeister, Tänzer und Choreograph Raoul Auger Feuillet (ca. 1660-ca. 1710) hatte schon Anfang des 18. Jahrhunderts in seiner Tanznotation den Wechsel von Spiel- und Standbein als Grundprinzip erkannt (vgl. Virilio 1994: 47). Allerdings bestand der Tanz zu dieser Zeit noch in erster Linie aus Schritten, bei denen der übrige Körper weitgehend unverändert blieb. Erst im Laufe der Zeit fand dann ein immer weitergehender Einbezug des gesamten Körpers, also auch der oberen Extremitäten und des Torso, statt, so dass die Gewichtsverlagerung nicht mehr ausschließlich durch den Wechsel von Stand- und Spielbein initiiert wurde. Die historische Entwicklung der Bewegungskonzepte in Hinsicht auf das Verhältnis von Pose und Bewegungsfluss lässt sich anhand der Geschichte der Tanznotationen²² verfolgen. Insgesamt zeigen die verschiedenen Notationsversuche das Bedürfnis, der Flüchtigkeit des Tanzes entgegenzuwirken und die Bewegung vor dem Verschwinden zu bewahren. Schon im 16. Jahrhundert wurde versucht, die Tanzbewegung durch Wortkürzel und die Aufzeichnung von Bodenwegen festzuhalten. In der ersten Hälfte des 18. Jahrhunderts bedeutete Tanzen in erster Linie das Ausführen von Schritten, die bekannt waren und daher in der Notation nicht dargestellt werden mussten. Die Aufzeichnung der Bodenwege genügte, um die Tänze rekonstruieren zu können. Erst spätere Darstellungen beschrieben die Tanzschritte, also die Aktionen von Füßen und Beinen, detaillierter. Im 19. Jahrhundert zeigten abbildhafte Strichfiguren die einzunehmende Körperhaltung, wobei die Übergänge zwischen den gezeigten Positionen erschlossen werden mussten, da sie kaum dargestellt wurden. Daneben existierten Notationen in Form von Musiknoten, die Körperbewegungen gleich einem Klang zer-

22 Vgl. hierzu Jeschke 1983 und 1999 sowie unter besonderer Berücksichtigung von Statik und Dynamik der Bewegungskonzepte Schoenfeldt 1997: 177-212.

legten, um sie anschließend im Notationssystem zusammenzufügen. Im 20. Jahrhundert dann wurde die Bewegung mit Hilfe abstrahierender grafischer Zeichen für Körperteile und Raumrichtungen (Laban-Notation) notiert. (Vgl. Jeschke 1999: 10)

Eine Choreographie, so könnte man sagen, inszeniert das Verhältnis von Bewegungslosigkeit und Bewegung. Eine Pose entsteht, wenn der Tänzer eine Position, eine bestimmte räumliche Gestalt, betonend aus den übrigen Bewegungsmomenten heraushebt, indem er sie über eine bestimmte Dauer beibehält. In ihr scheint die Bewegung in einem „Moment der Bewegungslosigkeit“ (Schoenfeldt 1997: 26) angehalten. Dieses Prinzip verdeutlicht Brandstetter (1997a, 2000b) anhand des Begriffs des *fantasmata* in ihrer Analyse der Fixierung und Erinnerung von Bewegung in der Renaissance: Der Begriff *fantasmata* bezeichnet sowohl das Innehalten zwischen zwei Schritten als auch den Übergang von der Bewegung zum Innehalten und umgekehrt, er steht „für die Bewegung als Phantom ihrer selbst: stets im Begriff des Übergangs, immer im Status des Innehaltens, ohne doch in *stasis* gehalten zu sein“ (Brandstetter 1997a: 201). Dieses Innehalten, die Bewegungspause, die Pose also bezeichnet Rudolf zur Lippe als zentrales Moment des frühen Balletts. (Vgl. zur Lippe 1979a: 167) Die Pose erzeugt die Illusion von Schwere- und Zeitlosigkeit, indem sie möglichst lange der Schwerkraft trotzt. Hier gerinnt die Bewegung zur Raumfigur, die Übergänge werden zu notwendigen, aber unbedeutenden Passagen, die lediglich die Funktion haben, von einer Pose zur anderen überzuleiten und sie vorzubereiten. Nach diesem Muster arbeitet der klassisch-akademische Tanz, der die Pose des einzelnen Körpers fortsetzt in der Formation des *corps de ballet*. Seine Ästhetik beruht wesentlich auf dem hierarchischen Wechsel von Pose und Übergang, der den Bewegungssequenzen eine typische Phrasierung und Dynamik verleiht. So entsteht ein bildhafter Charakter, ein „„bildliche[r]“ Modus der Körperbewegung, von Pose zu Pose gleitend, wie ihn Jean Georges Noverre (1727-1810) in seinen *Lettres sur la danse* (1760) entworfen hatte“ (Huschka 2000: 73).

Der Schritt, der Übergang zwischen zwei Positionen, oder in letzter Konsequenz der Bewegungsfluss hingegen betont weniger den räumlich-körperlichen als den zeitlichen Aspekt der Bewegung. Damit tritt die Dynamik der Bewegung gegenüber der Raumform in den Vordergrund. Entwirft das klassisch-akademische Ballett in der idealen Haltung eine Form, an die sich der reale Tänzerkörper immer nur annähern kann, so gewinnt die Kontinuität der Bewegung und damit die Vergänglichkeit des Augenblicks im Modernen Tanz und unter seinem

Einfluss auch im modernen Ballett an Aufmerksamkeit: Der Bühnentanz verschiebt seit Beginn des 20. Jahrhunderts den Fokus von der statisch-bildhaften Pose als stillgestelltem Augenblick auf den Übergang, den Bewegungsfluss²³: „Das Bewegungs- und Rhythmus-Konzept des Ausdruckstanzes favorisiert [...] den Fluß der Bewegung. Spannung, Gegenspannung, Dynamik aus dem Spiel mit der Körperschwere und mit dem Schwung sind die dominanten Themen [...]“ (Brandstetter 1995: 449f.) Das geht einher mit der Aufwertung des real existierenden, individuellen Körpers, dessen Lebendigkeit von der strikten Disziplinierung des als unnatürlich geltenden Balletts befreit werden soll. In diesem Sinne ließe sich mit Brandstetter die bewegungsunterbrechende Pose als Zurschaustellung der Körperbeherrschung, als Arbeit gegen die undisziplinierte Natur des Körpers lesen (vgl. ebd.: 460f.).

Die Unterscheidung zwischen Pose und Übergang relativiert sich allerdings, wenn man berücksichtigt, was selbst das klassische Ballett den Tänzer heute lehrt: auch eine scheinbar unbewegte Pose nie zum Stillstand kommen und starr werden zu lassen, sondern stets in nicht anhaltender Bewegung zu denken. So zeichnet sich die perfekte Balance durch den Kampf gegen die Schwerkraft auf der einen und auf der anderen Seite durch die Idee aus, die Körperlinien unendlich in den Raum zu verlängern. Erst dieser Widerstreit zwischen Muskel- und Schwerkraft sowie zwischen dem Zusammenhalt der Glieder und ihrer Verlängerung macht eine Pose interessant, weil der Betrachter die Spannung, die der Tänzer in seinem Körper spürt, ebenfalls wahrnehmen kann. Auch wenn also wie in der Pose keine äußere motorische Bewegung sichtbar wird, befindet sich der menschliche Körper – wenn er nicht vollkommen entspannt liegt – stets in einem Spannungsfeld. Die Physiologie spricht hier von statischer im Unterschied zur dynamischen, das heißt bewegungserzeugenden Muskelarbeit. Letztere führt durch Verkürzung von (Skelett-)Muskeln zu motorischen Bewegungen, Erstere stabilisiert den Körper ohne Gelenkbewegung in einer bestimmten Stellung. Aufgrund der Erdanziehungskraft setzt schon der aufrechte Stand ohne motorische Bewegung die Aktivität zahlreicher Muskeln voraus, um die Position des Körpers aufrecht zu erhalten.

23 Für den Bereich der Tanztheorie sind hier zu nennen Rudolf Bode (1923) mit seiner Theorie des Rhythmus als Bewegungsfluss und Rudolf von Laban (1981), der den Bewegungsfluss als einen der fünf Bewegungsfaktoren nennt.

(Vgl. Huwyler 1992: 39f.) Die Bewegungstherapeutin Emilie Conrad²⁴ geht noch über diesen Moment der Muskelspannung hinaus und fasst Bewegung beziehungsweise Bewegungsfluss als grundlegende Daseinsweise organischen Lebens: „I make a distinction between what we call functional movement, which implies a ‚body‘, and biological movement in which the body is not a designated object and does not maintain a specificity of form. In this, we can say that movement is what we are, rather than something we do.“ (Conrad o.J.: o.S.)

Auch wenn also Position und Bewegungsfluss, Pose und Schritt nicht scharf zu trennen und nicht problemlos der Polarität von Statik und Dynamik zuzuordnen sind, lassen sich doch verschiedene Tanzstile und -konzepte dadurch charakterisieren, dass sie eher den Bewegungsfluss oder die Pose akzentuieren (vgl. Dahms 2001: 4). Während im ersten Fall der Körper zumindest momenthaft eine Figur im Raum bildet und einen bildhaften Eindruck erzeugt, dominiert im zweiten Fall die Bewegtheit und der Bewegungsfluss den Eindruck des Zuschauers – wie in den Choreographien von Teshigawara und Forsythe.

Geschwindigkeit: Auflösung in Beschleunigung und Verlangsamung

„Betrachtet man Forsythes Körper auf der Bühne, dann weigern sie sich schon allein wegen des hohen Tempos, mit dem sie tanzen, erfasst, erkannt und festgestellt zu werden.“ (Gerald Siegmund)

Eine Besonderheit der Choreographien von Forsythe und Teshigawara sind die extremen Geschwindigkeiten, mit denen die Tänzer sich bewegen: Die *Release*-Technik ermöglicht ihnen eine explosive Schnelligkeit, die durch zeitlupenhafte Langsamkeit kontrastiert wird, dabei geht beides auseinander hervor und kippt ineinander. So berichtet der Forsythe-Tänzer Nik Haffner:

„Wenn ich mit Leuten aus dem Publikum oder Tänzerkollegen aus anderen Ensembles rede, höre ich immer wieder, wie schnell die Bewegungen in den Choreographien von Forsythe auf den Zuschauer wirkten. Dem kann ich nur

24 Emilie Conrad begründete 1967 *Continuum Movement*, einen bewegungstherapeutischen Ansatz, der vom „fluid system“ ausgeht. Vgl. <http://www.continuummovement.com>.