

Herz und Himmelslicht

Seins-Erfahrungen und transpersonale Resonanzen im argentinischen Tango

Volker Schmidt, Hamburg

Zusammenfassung: Im folgenden Artikel geht der Autor der besonderen Färbung nach, in denen sich „Seins-Fühlungen“ im argentinischen Tango zeigen können. Voraussetzung solcher Erfahrungen ist, dass die Tanzenden eine gemeinsame Bewegung spürend immer genauer erkunden. Dazu wird die Bewegung verlangsamt und wiederholt, die eigene Haltung und die gemeinsame Balance weiter und weiter korrigiert. Die Tanzbewegung entfaltet ihr Potential, wenn die Tanzenden mehr und mehr durchlässig werden und inneren Widerstände oder Blockaden den der Bewegung innewohnenden Energiefluss so wenig wie möglich behindern. Das ist Leibarbeit auf einer sehr feinen Ebene.

Schlüsselwörter: argentinischer Tango, „Seins-Fühlung“ (Dürckheim), Durchlässigkeit, Widerstandsfreie Bewegung, Leibarbeit.

1

**In der Bewegung öffnet sich ein innerer Raum,
aus dem heraus Glückserfahrung die ganze Person durchweht.¹**

Wir beschreiben und reflektieren im Folgenden Tanz-Erfahrungen. Wie solche Erfahrungen sich zeigen und wie sie erlebt werden, ist in hohem Maße subjektiv. In alles, was wir erleben, fließt unsere persönliche Geschichte mit ein. Trotzdem ist es vielleicht möglich, über das Persönliche hinaus Allgemeines zu erfassen. Zu meiner persönlichen Geschichte gehört, dass ich in theologischem Umfeld aufgewachsen bin, und dass ich in den letzten zwanzig Jahren die Werkstatt Spiritualität aufgebaut und geleitet habe, also dazu geneigt bin, in allen Vorgängen des Lebens Tiefe und spirituelle Dimension zu suchen. Und nicht zuletzt: Ich erlebe und beschreibe Tango-Erfahrungen aus der Rolle der führenden Person, auch wenn ich in Übungen gelegentlich in die Rolle der geführten Person schlüpfen darf.

Wie ist es, wenn es im Tango gut geht?

Ein ganz kleiner Moment in einer Bewegung: Da ist kein Hindernis in mir, da ist kein Widerstand in ihr. Die Bewegung gelingt. Das Denken ist verschwunden. Es ist wie Eintauchen

¹ Mein Dank und Respekt geht an Tamara Juhan, Gründerin des Tangostudios el abrazo (www.elabrazo.de). Bei ihr verbindet sich hohe Tanz-Professionalität mit feinfühlig-imaginativer Körperarbeit, so dass es ein Leichtes war und ist, mit ihr die Tango-Erfahrungen im Detail zu erkunden und zu reflektieren.

in ein archaisches Fließen. Ein Moment von großem Glück. Eine Ahnung von einer Wirklichkeit, in der alles, alles in Ordnung ist und in der das Geheimnis von Mann und Frau sich zu entschleiern verspricht.

Für solche Art von Erfahrungen verwendet Karlfried Graf Dürckheim den Begriff „Seins-Fühlungen“ (1974, S. 77ff.). Für einen Augenblick wird unser Alltagsbewusstsein durchbrochen und wir tauchen in eine größere Wirklichkeit ein. Mitten im Musizieren, mitten im Singen, mitten im Hören eines Konzertes, mitten im Klang öffnet sich eine Tür zum Himmel. In der Meditation oder in der Stille des Waldes gibt es Momente, da ist man entrückt aus dem Bewusstseinsfeld von Raum und Zeit und wird von einem überweltlichen Frieden berührt. Märchen erzählen von solchen Bewusstseinsprüngen: Aus der Welt der blutigen Hände und der herrischen Stiefmutter springt Goldmarie „in großer Herzensangst“ der Spindel nach in den Brunnen und findet sich in der Tiefe wieder „auf einer Wiese mit vieltausend Blumen“ und im Reich der archaischen Göttin, der „Frau Holle“ (Grimm 1974, S. 168ff.).

Im Tango scheinen diese Seins-Fühlungen ihre eigene und besondere Färbung zu haben. Dieser Qualität versuchen wir im Folgenden auf die Spur zu kommen.

Tango als Ritual

Der Tango kann tiefe Schichten des Bewusstseins berühren und an archetypisches Material heranführen. So betrachtet ist er ein Ritual. Ein Ritual kann helfen, einer Wirklichkeit zu begegnen, die tiefer ist als Worte und die über das Alltagsbewusstsein nicht erreicht und nicht erlebt werden kann.²

„Tango als Ritual zu verstehen“, so sagt Tamara Juhan, Tangolehrerin des El Abrazo, „erklärt jedenfalls, dass viele in einer geradezu irrationalen Weise zum Tangotanz hingezogen werden und mehr und mehr davon wollen.“ Als suchten sie nach dem Elixier des Lebens.

Um dieses geht es ja vermutlich auch.

Ein Ritual hat immer einen klaren Beginn und einen klaren Schluss: einen Punkt in der Zeit, der den Übergang kennzeichnet. Im Tango scheinen wir an der Grenze der Tanzfläche den Bereich der alltäglichen Bewusstseinswirklichkeit zu verlassen und in einen besonderen Erfahrungsraum einzutreten. Es entsteht Kontakt in der Umarmung und in der Öffnung des gemeinsamen Herzraumes. Am Ende der Sequenz löst sich die Tanzhaltung, vielleicht bleibt noch ein Arm um Schulter oder Hüfte. Am Ende der Tanzfläche löst sich auch diese Verbundenheit gänzlich auf, als fälle sie ab.

² Die Alltagssprache betont mit dem Begriff „Ritual“, dass sich eine Handlung gleichbleibend wiederholt. Hier ist gemeint, dass sich, wie bei einer japanischen Teezeremonie, über ganz alltäglichen Verrichtungen, wie dem Zubereiten, Ausschütten und Trinken von Tee, im zeremoniellen Kontext eine besondere Tiefe in der Wirklichkeit einstellen kann: achtsame Zuwendung, Gelassenheit, Einklang...

Die Erfahrenen berichten dementsprechend, dass es himmlisch sein kann, mit einer Person zu tanzen, mit der sich dann – paradoxer Weise – im Gespräch außerhalb der Tanzfläche kaum Worte finden.

Tango als initiatische Leibarbeit

Wie kommt es dazu, dass Schritte und Bewegungen von Tänzerin und Tänzer miteinander harmonieren? In Standardtänzen weiß man/frau was kommt, zu Anfang über intellektuelles Wissen, später über internalisierte Routinen. Der argentinische Tango kommt erst da zu seinem eigentlichen Wesen, wo ein Paar das Abschreiten von Figuren hinter sich lassen kann und die gemeinsame Bewegung wie ein freies, musik-initiiertes, intuitives gemeinsames Spiel entsteht. Im argentinischen Tango kann der Tanz in einem Augenblick einer Rhythmuspassage Ausdruck geben und dann, einen Augenblick später, sich einschwingend von einer Melodiephrase inspiriert lassen. Die Bewegung kann sich ins doppelte Tempo beschleunigen oder – den Rhythmus ganz hinter sich lassend – sich bis ins nahezu Zeitlose verlangsamen.

In dieser Weise zu tanzen, verlangt, dass beide Beteiligten sich auf eine intuitive und im Spüren verankerte BewusstseinsEbene einlassen, eine BewusstseinsEbene deutlich tiefer als der kontrollierend-gestaltende Verstand. Wenn dies gelingt, entsteht zwischen beiden Tanzenden Resonanz auf leiblich-energetischer Ebene. Die geführte Person – traditionell also die Frau – nimmt „leiblich“ wahr, was von der führenden Person an Impulsen ausgeht. Die führende Person ist ihrerseits in der Weise im eigenen Leib präsent, dass ihr Impuls sich aus ihrer Mitte heraus auf intentional-leiblicher Ebene klar vermittelt, – ohne Drücken, Drängen oder Ziehen. Da ist – wenn es gut geht – kein denkendes Wollen im Spiel, sondern eher ein „gefühltes“, mit dem Fließen verwobenes Wollen. Körper und Wollen als Einheit, die sich ganzheitlich ausdrückt und auf der Ebene von Resonanzen ihr Gegenüber findet. Das ist das Gegenteil von jeglicher Tendenz zu einem „kopfgesteuerten“ Tanzen.

In der Klausel „Wenn es gut geht“ kommt zum Ausdruck, dass dieser Weg zur Einheit von Wille und Leib in der eigenen Person und zu einem auf Resonanz basierenden Einklang der beiden Tanzenden ein Übungsweg ist. „Initiativ“ nennt Karlfried Graf Dückheim solche Wege. „Initiare meint das Tor zum Geheimen öffnen.“ (1992, S.16) Dabei ist mit dem Geheimnis, wohin der Übungsweg führen will, gemeint, dass es um einen Weg geht hin zu einer ursprünglichen, ins SEIN eingebetteten natürlichen Verfassung des Menschen, im Tanzen unter anderem als „Fließen“ zu erfahren. Gefährdet ist diese Ursprünglichkeit dadurch, dass der Mensch zugleich ein „ich-zentriertes Bewusstseinswesen“ (1967/2005, S. 60) ist, also ausgestattet auch mit einem Persönlichkeitsanteil, der plant und will, kontrolliert und sich schützt, – die Hauptkomponenten unseres Alltagsbewusstseins. Zwischen beiden BewusstseinsEbenen geht es in der Tanzpraxis vielfach hin und her. Die Lehrerin sagt zum Schüler „Das war gut“, und der Schüler wacht wie in einem Erschrecken auf aus dem Fließen. Das Lob zieht sein Bewusstsein auf die Ego-Ebene – gefühlt wie ein innerer Sprung aus tieferen Leibräumen hoch in den Kopf –, und schon ist der Schüler im Denken und das archaische Fließen unterbrochen. Oder in der Milonga, der öffentlichen Tango-

Tanzveranstaltung, kommen so viele Impulse von außen auf uns zu, dass wir verunsichert werden, und schon setzt der Kontrollmodus des Alltagsbewusstseins ein.

Von daher kann der Tango – genauso wie auch andere Formen von Leibarbeit – als ein initiatischer Übungsweg verstanden werden. Er bietet die Chance, immer wieder – und hoffentlich mehr und mehr – in Seins-Erfahrungen einzutauchen oder von ihnen berührt zu werden, sowohl im individuell-inneren Erleben wie in der Resonanz-Erfahrung der Einheit zu zweit.

Wir gehen im Folgenden einer Reihe solcher Tanzerfahrungen nach und versuchen zu beschreiben, welche transpersonalen Seins-Qualitäten in der gemeinsamen Bewegung wach oder berührt werden können.

Die Frau hinter der Frau (Der Mann hinter dem Mann)

Eine grundlegende Erfahrung zeigte sich in einer der frühen Einzelstunden bei Anne, meiner ersten Tango-Lehrerin. Manchmal, wenn eine Drehung in der Weise gelang, dass alles „richtig“ war, stellte sich für einen Moment ein großes Glücksgefühl ein, eine Ahnung, eine Verheißung, als würde in diesem Fließen eine tiefe Liebesehnsucht endlich Erfüllung finden können. Über Annes Schulter hinaus war mein Blick in die Weite versunken und, wenn ich Sekunden später ins Übungsbewusstsein zurückkehrte, war alles wieder alltäglich. Es war, als tanzte ich im Moment des Fließens mit der Göttin der Vorzeit und, wenn ich zurückkam, sah ich: Es ist Anne.

4

Gerade zu Anfang würden manche diese Differenz nicht erkennen, sagte Anne dazu. Manche würden der Illusion verfallen, sie hätten die Frau ihrer Träume gefunden.

Die Frau meiner Träume? De facto stimmt das. Nur ist es eben nicht Anne. Die Frau hinter der Frau heißt unter anderem vermutlich „Anima“ (Jung 1936, S. 133 ff.).

In einer alten Erzählung dient Jakob seinem späteren Schwiegervater sieben Jahre lang um dessen jüngerer und schönen Tochter Rahel willen „und es kam ihm vor, als wären's einzelne Tage, so lieb hatte er sie“. Am Ende der sieben Jahre wird die Hochzeit gefeiert und vollzogen. Dann aber fällt in der Erzählung der Satz, der mit der oben geschilderten Differenzerfahrung deckungsgleich ist: „Am Morgen aber, siehe, da war es Lea“ (Bibel, 1. Mose 29, 25). Lea war die ältere Tochter und von ihr sagt die Erzählung, dass ihre Augen ohne Glanz waren. Jakob muss weitere sieben Jahre dienen, bis er endlich auch die lichterfüllte Rahel zur Frau bekommt.

Versteht man diese Erzählung als eine spirituell-symbolische Geschichte, dann geht es um die Frau hinter der Frau, um die ersehnte und geliebte hinter der alltäglich-irdischen Frau, um den überweltlichen Glanz in den Augen, der in der alltäglich-irdischen vielleicht nur manchmal aufscheint und vielleicht auch erst gesehen werden kann, wenn man weitere sieben Jahre gedient hat und für die Resonanz des Glanzes offen geworden ist. Ein Übungsweg.

Die Göttin hinter der Frau, die Frau hinter der Frau (den Mann hinter dem Mann) im Tanz zu erleben, heißt im Sinne dieser Erzählung, dass der Glanz des inneren Wesens aufleuchtet,

nicht nur in oder hinter der Tanzpartnerin, sondern auch in mir. Sonst würde ich den Glanz nicht „sehen“ können. In der Seins-Erfahrung ist man ein anderer als im Alltagsbewusstsein, in der Seins-Erfahrung leuchtet auf, wie man eigentlich gemeint ist, frei von seinen Mustern, frei von Verstrickungen. In diesem Bewusstseinszustand leuchtet – wenn es sich denn einstellt – möglicherweise auch die Partnerin oder der Partner für einen Moment in dem Glanz, der in ihrem oder in seinem innersten Wesen begründet ist, wahrgenommen als die (überraschende) Erfahrung ihrer oder seiner Schönheit.

Schmerz und Katharsis

Was für eine erschreckende Erfahrung: Statt der erträumten Frau der Liebe die glanzlose. Jakob wird verletzt gewesen sein oder zornig oder was auch immer. Das jedenfalls wäre die empörte Reaktion des Egos. Auf der Seins-Ebene, d.h. jenseits des Egos, ist es einfach ein großer Schmerz. Auf der Seins-Ebene realisiert die Weisheit: Die Liebe zu erfahren, die von geradezu himmlischer Art ist, und zu erleben, dass sie in dieser irdischen Welt keine Form findet, das ist tragisch und einfach ein großer Schmerz. Wenn ich darüber verletzt oder zornig werde, dann nehme ich ihn persönlich. Wenn ich erkenne, dass die Widersprüche und Regeln der Alltagswirklichkeit verhindern, dass diese (transzendente) Liebe Gestalt findet, dann bleibt einfach ein großer Schmerz und nichts anders übrig, als ihn anzunehmen, auszuhalten und zu durchschreiten³.

Bei Jakob rechtfertigt der Schwiegervater den Vorgang mit der herrschenden Konvention: „Es ist nicht Sitte in unserm Lande, dass man die Jüngere weggebe vor der Älteren.“ In der eigenen Erfahrung mögen es innere Widerstände oder äußere Hindernisse sein. Der Tango weiß davon. Seine Texte sind oft voll von Verhinderungen und Verlusterfahrungen.

Erstaunlicherweise ist die Erfahrung, dass wir – gerade auch, wenn wir verletzt oder traurig oder verstrickt in die Widersprüche des Alltags in den Tangoabend hinein gegangen sind – meist seelisch satt und ausgeglichen aus ihm herauskommen. Die Ahnung vom Geheimnis zwischen Mann und Frau und von tieferen Ebenen des Seins war da, geahnt oder tief erlebt, und hat am Ende eine lächelnde Freude hinterlassen und die Sehnsucht vorerst einmal gestillt. Der Tangoabend eine Katharsis? Reinigung? Klärung?

Öffnung eines gemeinsamen Herzraumes

Wir schauen auf die vorbei tanzenden Paare. Bei etlichen sind erstaunlich facettenreiche Figuren zu sehen, aber bei manchen ist gleichzeitig wenig von einer wirklich aufrechten Haltung. Der Kopf ist geneigt, als würde er in die Partnerin oder in den Partner hinein sinken;

³ Für solch heilendes Anerkennen und Aushalten benutzt die Bibel im griechischen Urtext den ausdrucksstarken Begriff „Darunter-Bleiben“ (hypomone), den Luther weniger bildhaft mit „Geduld“ (z.B. Röm 5,1-5) übersetzt. Gemeint ist: Allein schon in dem Akt, dass man „unter der Last bleibt“ und nicht ausweicht, ist eine Hoffnung präsent, die – so formuliert Paulus – „nicht zu Schaden wird“, weil sie „Friede mit Gott“ beinhaltet. Dem entspricht im später im Text behandelten Märchen von Hänsel und Gretel, dass das Licht am Ende des Waldes schon geahnt wird. Sonst würden die Kinder aufgeben.

die Schultern sind leicht nach vorn. „Da ist doch bei manchen recht wenig von einer Öffnung des Herzraumes zu sehen“, denke.

Eine Tanzfigur, die dem Herzraum anbietet, sich zu öffnen, ist die Molinete (die Mühle). Sie kontrastiert – wie es der Tango vielfach tut – zwei unterschiedliche Erfahrungsqualitäten miteinander. In der Molinete dreht die geführte Person um die führende Person herum wie die Flügel einer Mühle um ihre Achse. Die Person auf der Kreisbahn tanzt einen gerundeten Schritt vorwärts, wendet sich der Achse zu, tanzt einen gerundeten Schritt rückwärts, wendet sich der Achse zu und so weiter. Die führende Person dreht auf der Stelle mit und bildet so die Drehachse. Von der Bewegung her wechselt sich dabei ab, dass die Körper einen Moment lang ganz aufgerichtet einander klar zugewandt sind. Das ist gewissermaßen der Nullpunkt der Bewegung. Im nächsten Moment kommt Spannung in die zugewandte Haltung, weil die geführte Person sich ein wenig zur Seite hin abdreht. Es entstehen Leiberfahrungen von zwei unterschiedlichen energetisch-atmosphärischen Qualitäten.

Der professionellen Tanzlehrerin gelingt es in Leichtigkeit, dass ihre Bewegung auf der Kreisbahn ebenso wie mein Mitdrehen in der Achse ohne Rucken, ohne Widerstand, ohne Verhaspeln ins Fließen kommen. Da ist auf meiner Seite kein Denken mehr, nur Hinfühlen und Zulassen. In dem Moment des Abdrehens dehnt sich der Raum zwischen Herz und Herz, aber die Verbindung bleibt. Da entsteht Öffnung des Herz-Chakras, da weitet sich der Brustraum im Spüren ahnungsweise bis ins Grenzenlose hinein. Im nächsten Augenblick, im Durchgang der Tanzpartnerin durch den Nullpunkt ihrer Bewegung, leuchtet in ihr für einen Moment wie in einem Blitz vom Himmel die Senkrechte auf, ahnungsweise von mir in meinem Gegenüber gesehen und in mir in Resonanz gefühlt. „Noch einmal!“, bitte ich. Und die Erfahrung der Weite des Herzraumes mit einem Einströmen oder Aufwachen von liebevoller Herzlichkeit lässt sich ebenso wiederholen wie die Glückserfahrung des Himmelslichtes in der Vertikalen, als „wohnten“⁴ diese Qualitäten in der Molinete. Immer, aber nicht immer in dieser Weise bewusst.⁵

6

Beide Bewegungselemente tauchen in verschiedenen Variationen im Tango auf. Die Vertikale tritt in die Wahrnehmung, wenn der Focus von Bewegung und Aufmerksamkeit auf der

⁴ Wenn im Text Formulierungen benutzt werden, als würden in Tango-Bewegungen bestimmte Atmosphären „wohnen“, oder dass die Tanzenden wie „von außen“ von bestimmten Erfahrungen „ergriffen“ würden, steht im Hintergrund ein grundsätzlicher phänomenologischer Hinweis von Hermann Schmitz (Schmitz 1989, S. 21ff.). Schmitz kritisiert als verkürzende Introjection, wenn Gefühle als allein innerseelische Phänomene interpretiert werden. „Gefühle sind Atmosphären, die freilich nicht wie das Wetter physikalisch interpretierbar sind, diesem aber in anderer Hinsicht ähneln. Für die klimatisch-optischen Atmosphären (trüber Novembertag, ... elektrisierende Gewitterstimmung ...) wird man das leicht zugeben, auch für die diesen nah verwandten kollektiven Gefühle (‘elektrisierende’ Atmosphäre, ... Atmosphäre der Verlegenheit, in die jemand nichtsahnend ‚hineinplatzt‘ ...), aber es trifft auch für ‚private‘ Gefühle zu, von denen nur Einer ergriffen wird, z.B. Freude...“

⁵ Die Möglichkeit, die atmosphärische Qualität wahrzunehmen, die in einer Tanzbewegung entstehen kann, wird erheblich verstärkt, wenn wir die Bewegung verlangsamen und wiederholen. Die obigen Erfahrungen sind auf diese Weise zu Stande gekommen.

Aufrichtung liegt: Die Haltung ist bis in den Kopf hinein aufgerichtet. Der Leib ist gefasst. Der Atem fließt im inneren Bild wie in einer körperlich begrenzten mittleren Säule nach unten oder nach oben. Das ist die Haltung eines königlich-aufrechten Stehens und des aufrechten Ganges. Von der Erfahrungsqualität her liegt in diesem Element so etwas wie Stehen oder Gehen in Himmelskraft.

In der Betonung der Horizontale ist das innere Bild, dass Brust und Herzraum sich weiten, und der Atem über die Arme in die die herzlich-liebevolle Umarmung fließt. Die energetische-atmosphärische Qualität dieser Herzöffnung entspricht dem, was wir in der Gebärde „Komm in meine Arme“ an herzlicher Zuwendung erleben können.

Sind die Tanzenden miteinander in Resonanz, dann wird die horizontale Qualität als Öffnung eines gemeinsamen Herzraumes erlebt und die vertikale Qualität, als ginge die Bewegung durch eine gemeinsame Säule von Licht.

Herzöffnung und Himmelslicht, – in symbolischer Sprache beschreiben diese Begriffe zwei grundlegende Qualitäten von Seins-Fühlungen im Tango. Weitere sollen folgen:

Das Rückwärtige als Erfahrungsraum

Der Tango hat eine Tanzrichtung: An den Tischen entlang geht die Bewegung links herum durch den ganzen Raum. Die führende Person ist dabei meistens nach vorn ausgerichtet, die geführte Person tanzt meist rückwärts, oftmals mit geschlossenen Augen. Wenn Führende zum ersten Mal selbst Rückwärtsschritte tanzen, stellt sich oftmals ein überraschendes Phänomen ein. „Achte einmal auf dein hinteres Bein!“, sagt die Lehrerin. „Es verkürzt den Schritt, als wage es nicht, in den hinteren Raum hineinzutreten.“ Und es stimmt. Meine Schritte nach hinten sind kürzer als die nach vorn. Wieso? Wir tauschen die Rollen. „Vor dir ist das Feld, das dein Auge kontrollieren kann, der Bereich des Bewussten. Im Rücken ist der Bereich des Unbewussten. Lass dich führen. Schließe die Augen. Führe den Rückschritt bewusst aus als einen Schritt ins Unbewusste.“ Der Wald von Hänsel und Gretel taucht im inneren Bild auf. Der Schritt nach hinten fühlt sich an, als würden am Boden Baumwurzeln und Schlingpflanzen den Fuß behindern. „Steck goldene Messer an die Füße.“, sagt die Lehrerin. Im inneren Bild erscheinen silberne Prinzenschuhe mit goldenen Messern. Ich schreite nach hinten. Meine Hacken durchschneiden mit Kraft die Wurzeln und Schlingpflanzen. Meine Tanzhaltung bekommt eine perfekte Ausrichtung: Die Achse ein wenig schräg nach vorn zur führenden Person hin geneigt; der Fuß geht erdnah und kraftvoll nach hinten, Schritt um Schritt. Das Denken ist abgefallen. Ich schreite kraftvoll rückwärts in das Dunkel des Waldes hinein. Da ist ein wenig Angst, da ist aber auch Licht in der Ferne zu sehen. – Was für ein umfassendes Wohlgefühl! Was für ein Privileg, die Augen schließen, sich ganz in das innere Erleben hinein sinken lassen zu dürfen und die Kontrolle über die Außenwelt vom Partner bzw. der Partnerin gewahrt zu wissen.

Es ist vielleicht nicht ganz zufällig, dass das Märchen von Hänsel und Gretel sich hier anbietet (Grimm 1974, S. 112). Der dichte Wald steht symbolisch für das Chaotische, den Bereich des

noch Ungeordneten. Und im Märchen von Hänsel und Gretel ist gewissermaßen der Schatten, das Dunkle, das Unkultivierte der gesamten Menschheitsgeschichte beisammen. Da ist eine Mutter, die die Kinder dem Verhungern ausliefert, weil sie mit ihrem Mann überleben will. Da ist der Wald so dick, dass kein Ausweg zu finden ist. Da soll Menschenfleisch gegessen werden. Da ist Lug und Trug auf allen Seiten: Die Eltern versprechen es, aber holen die Kinder nicht ab. Der weiße Vogel ist keineswegs der Retter in der Not, sondern führt die Kinder zum Hexenhaus. Nicht weniger auf Seiten der Kinder: Hänsel hält der Hexe ein Knöchelchen statt seines Fingers hin. Gretel gibt vor, vom Backofen nichts zu verstehen, und stößt die Hexe hinein. Erst nach dem Durchschreiten all dieser Täuschungen und Abgründe stellt sich das Glück ein. Gretel weiß mit der Ente zu reden, dass sie die Kinder über das große Wasser bringt. Die Kinder kommen zurück, und im Elternhaus ist das Glück eingekehrt. Wir, die wir das Märchen hören, sind durch den Gefahrenraum durch und erleben erleichtert die Rückkehr in eine verlässliche Welt.

Die Erfahrung, dass es hinterrücks möglicherweise nicht geheuer ist und besonders von dort Gefahr droht, ist tief in unsere Physiologie hineinverwoben. Der rückwärtige Raum ist in Bewusstsein und leiblicher Erfahrung anders besetzt als der vordere Bereich. Ein Phänomen, das uns von vorn berührt, fühlen wir anders als eines, das von hinten kommt. Es ist, als wäre unsere Haut vorn anders sensibel als hinten. Ein einfache Übung kann dies verdeutlichen: Wir lassen einen Arm an unserer Seite locker vor und zurück pendeln. Die Bewegung kommt nicht aus den Muskeln, sondern aus der Körpermitte. Der Arm sei ohne eigenen Willen. Er soll herabhängen wie ein dickes Tau. Jetzt nehmen wir wahr: Im Vorschwingen ist das Gefühl auf der Vorderseite des Arms anders als im Rückschwingen auf seiner Rückseite, obwohl wir beide Male durch die gleiche Luftkonsistenz schwingen. Nach vorn hin ist es, als würde der Arm durch eine klare Atmosphäre schwingen. Nach hinten hin fühlt es sich an, als schwinde er in Dichtes hinein, als wäre dort die Atmosphäre fast etwas filzig.

Mit geschlossenen Augen rückwärts durch das Feld des Ungeordneten zu tanzen und dabei geführt zu sein, – was für eine Chance zu erleben, dass mein Vertrauen innerlich an Raum gewinnt. Initiatisch – also als auf das Geheimnis hinweisend – kann dieser Erfahrung benannt werden, weil der Raum jenseits der Ängste als paradiesisch geahnt oder erfahren wird. Das ist die gleiche Seins-Qualität, die das Märchen am Ende in seinen Zuhörern anklingen lässt: jenseits der Welt der Widersprüche (der Dualität) angstfrei im Sein schwingend. Und als Übungsweg: Man kann sich nicht jeder Person vertrauensvoll hingeben, kann sich vertrauensvoll zur Zeit vielleicht niemandem richtig hingeben. Jedenfalls jetzt noch nicht.

Verlangsamung

Verlangsamung heißt, dass eine Bewegung den Rhythmus hinter sich lässt und sich über mehrere oder sogar viele Taktschläge ausdehnt. Ein wichtiges Stilmittel im Tango.

Verlangsamung verlangt viel Präzision, verlangt, in jeder Phase der Bewegung in der richtigen Körperspannung zu sein, klar in der Aufrichtung, klar in der Zentrierung in der eigenen Achse und gleichzeitig durchlässig und in Resonanz mit der Partnerin bzw. dem Partner und mit der Musik. Eine Präsenzübung.

Wir schildern zwei weitere Qualitäten von Seins-Fühlungen, die aus der Verlangsamung entstehen können.

Die „Wow“-Erfahrung

In dieser Erfahrung geht es um eine Qualität, die besonders schwer in Sprache zu fassen ist. Der Klang von „Wow“ ist ganz angemessen. Wenn wir bei groß geöffnetem Mund ein tonlich sehr tief klingendes „AU“ oder „U“ oder „Wow“ ins Ausatmen legen, öffnet sich der Leibraum nach unten hin ins Becken hinein, tendenziell noch weiter in die Tiefe und in der Tiefe auch in die Breite⁶. Dieser Art ist die zu beschreibende Qualität.

Die Übungsaufgabe, in der diese Erfahrung auftauchte, hieß: „Verlangsame einen Schritt im Gehen, lass die Bewegung in der Verlangsamung wie durch ein kleines Tal hindurch in die Höhe gehen. Bleib in der Höhe, verlangsame weiter, sodass ich auf dem Bein, auf dem ich angekommen bin, ein wenig angehoben stehen bleibe, und mein freies Bein in der Schwebelage verharre. Verlangsame weiter, verlagere unsere Achse und setze mich in aller Achtsamkeit auf diesem, eben noch schwebenden Bein ab. Verlangsame die Bewegung soweit, dass Du in allen Phasen in mir präsent bist, d.h. sei mit deiner Aufmerksamkeit nicht technisch bei deinen Schritten, sondern sei mit deiner Präsenz in meiner Bewegung.“

Wenn Verlangsamung und Präsenz gelingen, dann endet diese Bewegung in einem „Wow“ auf beiden Seiten. Im inneren Bild ist der Vorgang, als hätte ich eine Schale von Wasser in meiner Partnerin in der einen Körperseite hochgeführt und im Kulminationspunkt über dem Kopf umgedreht, so dass das Wasser sich von oben her in die andere Seite nach unten hin ergießt. In diesem Sinken und Ankommen auf der Erde entsteht das „Wow“. Das ist, als würde sich nach unten hin in uns eine Tür einen Spalt weit zu etwas Großem hin öffnen. Der Augenblick ist fast zu kurz, um der Erfahrungsqualität einen angemessenen Namen zu geben, aber von ergreifender Eindringlichkeit. Vielleicht: Es ist alles gut so, wie es ist, auch wenn ich nicht weiß, warum. Ein Hauch von Zufriedenheit aller Sinne, ein Moment weicher, friedvoller, erdnahe Einfachheit. Ein Gefühl, tief auf guter Erde gegründet zu sein. Und dann ist der Moment wieder vorbei.

„Was ist die Voraussetzung dafür, dass diese Erfahrung entsteht?“, frage ich die Lehrerin. „Das hängt von meinem Gegenüber ab.“, antwortet sie. „Und das ‚Wow‘ braucht Vorbereitung. Der Strom der Energie formt sich im Prozess des Tanzes, verdichtet sich in diesem Fall zur Höhe hin, entlädt sich im Absinken in das ‚Wow‘ und fließt dann weiter in die nächste Tanzform.“

Dieser Vorgang beinhaltet einen Übergang von bewusstem Tun zum bewussten Lassen. Das Heben der Schale bis ist bewusste Aktivität. Mit dem Umdrehen der Schale endet das Handeln. Von da an überlassen wir uns dem, was von selbst geschieht. Das „Wow“ ist nicht

⁶ ähnlich wie die Klangwirkung eines russisch-orthodoxen Männerchors oder des Mantren-Gesangs tibetischer Mönche.

gemacht, nur vorbereitet, und ist als solches eine Erfahrung aus dem Bereich jenseits des Wollens und Tuns.

Als letztes sei eine Erfahrung beschrieben aus dem Bereich:

Zeitlosigkeit

„Hast Du die Atmosphäre wahrgenommen?“, fragt die Lehrerin. „Du hast uns aus dem verdoppelten Rhythmus in einer ganz verlangsamten Bewegung über vier Taktschläge in die Ruhe geführt. Beschleunigte Bewegung in die Zeitlosigkeit. Dieser Kontrast ruft die Erfahrung von Zeitlosigkeit wach. Und in solchen Momenten berühre ich die erotische Ebene bzw. berührt mich die erotische Ebene.“ „Nein“, sage ich, „Ich habe das nicht gespürt. Ich war ganz beschäftigt mit dem technischen Machen.“

Verdoppelung heißt, dass auf einen Taktschlag kurzfristig zwei Schritte kommen. In der Verlangsamung dehnt sich ein Schritt oder eine einzelne Bewegung über zwei oder mehr, hier sogar vier Taktschläge. In diesem Fall war der Kontrast besonders groß, weil sogar die mögliche Zwischenphase, dass ein Schritt auf einen Taktschlag kommt, ausgelassen war.

Jenseits des Taktes, jenseits des Zeitmaßes ist etwas wie Nicht-Zeit. Das Alltagsbewusstsein unterscheidet und ordnet mit den Schemata von Zeit und Raum die wahrgenommenen Phänomene. In eine Seins-Fühlung hinein zu sinken, bedeutet, auf einer tieferen Bewusstseins-ebene frei von diesen Wahrnehmungsprinzipien zu sein. Auf dieser Ebene zeigen sich die Seins-Erfahrungen in verschiedenen „paradiesischen“ Qualitäten.

10

Bemerkenswert ist hier, dass eine Person in dieser Bewegung im gestaltenenden Verstand war, die andere in der Seins-Erfahrung. Wieder legt sich nahe zu sagen: Die in Erscheinung getretene Erfahrungsqualität entsteht ursächlich nicht (oder nicht allein) aus innerseelischen Gefühlswelten, sondern stammt tendenziell aus der Bewegung, „wohnt“ in der Bewegung und weckt in uns Resonanzen.

Der Tangoweg

Der Tango beginnt auf technischer Ebene mit dem Üben von Bewegungen und Tanzhaltung. Von da aus entwickeln sich zunehmend feinere Tanzerfahrungen, sowohl im technischen Können wie im inneren Erleben. Unser besonderes Interesse lag oben auf dem, was innerlich erlebt wird, wobei dahinter die Vermutung stand, dass die Seins-Fühlungen im Tango ihre eigene und besondere Färbung haben.

Haben sie das?

Der Tangoweg wird zu zweit gegangen, und zwar in einer klaren Gegenüberstellung von führender (Yang-Qualität) und geführten Rolle (Yin-Qualität). Der Einklang und die Spannung zwischen beiden Rollen ist das Feld, in dem die Erfahrungen entstehen. Andere Wege mit Interesse an innerem Wachsen und transpersonaler Erfahrung wie Yoga oder Sitzen-in-der-Stille und viele andere mehr sind demgegenüber Wege, die als Individuum gegangen werden.

Der Tango lebt auch in seinen Formen und Arrangements von dem bewussten Spiel mit weiblich-männlichen Polaritäten. Dabei müssen beide Seiten des Gegensatzes zunächst ganz form- und regeltreu zum Ausdruck kommen: Die führende Person führt, die andere ist die Geführte. Der Kreis ist formgetreu ein Kreis (Yin), der Mittelpunkt die Achse (Yang). Das ist unabdingbare Voraussetzung für alles Weitere. Es macht dann die Essenz des Tangos aus, dass im Zuge der gemeinsamen Bewegung eine Bewusstseinstiefe wach werden kann, in der die Tanzenden im Spüren sind, in der sich Fließen einstellt, und in der die Gegensätze (tendenziell) aufgehoben oder nicht mehr von Gewicht sind: In der Bewegung öffnet sich ein innerer Raum, aus dem heraus Glückserfahrung die ganze Person durchweht:

- Im Durchgang durch die gegensätzlichen Qualitäten der Molinete öffnet sich die Erfahrung von Herzensweite und Himmelslicht. Oder:
- Wir nutzen die Polarität von Höhe und Tiefe, führen aktiv in die Höhe (Yang-Qualität), überlassen uns bewusst inaktiv dem Sinken (Yin-Qualität) und erleben ein Drittes, das „Wow“ mit der Qualität eines umfassenden Wohlseins im Sinne eines „Es ist alles gut so, wie es ist“. Oder:
- Wir gestalten den Gegensatz von Beschleunigung (Yang) und Verlangsamung (Yin) und erleben auf tieferer Bewusstseinssebene, dass wir in Zeitlosigkeit mit einer paradiesischen Qualität eingetreten sind. Oder:
- Aus dem Gegenüber (Yin-Yang-Spannung) beider Personen kann eine Einheitserfahrung werden, in der die individuelle Identität nicht verlorengelassen, aber verblasst, als wäre sie nur eine Erinnerung an die eigene Herkunft und in diesem Moment nicht weiter von Wichtigkeit. Stattdessen schwingen beide in einem leiblich-energetischen Gleichklang, der sich als Glückserfahrung ausdrückt. Und als letztes Paradox:
- Der Tango schwingt in Musik und Text oftmals in den Themen von Verlust und Enttäuschung. Gleichzeitig tanzen die Enttäuschten und Verletzten in inniger Umarmung und begegnen dabei möglicherweise der Frau hinter der Frau (dem Mann hinter dem Mann) oder werden in anderer Weise von der Glücksatmosphäre des SEINS berührt. Der Kontrast als therapeutischer Prozess? Oder im Sinne von C.G. Jung als ein kompensatorisches Geschehens, vergleichbar dem, wie ein kompensatorischer Traum das im Schlaf bringt, was über Tag gefehlt hat, und so den seelischen Haushalt wieder ausgleicht? (1945, S. 60 ff.)

Tiefendimension zu berühren, hat heilende Qualitäten. Seins-Fühlungen zeigen uns nicht nur unsere transpersonalen Ressourcen, sondern wecken diese auch auf zu wirkenden Kräften. Sie zentrieren uns, bringen Balance und Aufrichtung. In der Sprache ausgedrückt, in der wir Meditationserfahrungen und spirituelle Prozesse beschreiben: In ihnen erleben wir (ahnungsweise), wie wir von „unserer wahren Natur“ her und jenseits unserer Verstrickungen und Verschattungen sind, und wir erleben, dass unser Innerstes uns beschleunigt in Richtung weiterer Reifung treiben möchte. Einen „Prozess beschleunigter Reifung“ nennt C. G. Jung einen solchem Vorgang (1945, S. 63).

Die besondere Qualität des Tangos und die besondere Färbung der in ihm auftauchenden Seins-Fühlungen besteht darin, dass er die Tiefenerfahrungen über das Feld der männlich-weiblichen Polarität initiiert. Er inszeniert ein rituelles Spiel um Individualität und Beziehung, Einsamkeit und Liebe, Halten und Gehalten-Sein, Weite und Tiefe, Zeit und Zeitlosigkeit, das uns anbietet, über diese Polaritäten immer tiefer in die Grunderfahrung unserer eigenen Natur und der Schätze des Lebens hineinzutanzten.

„Der Tangoweg ist ohne Ende. Er geht immer weiter in die Tiefe.“, sagt die Lehrerin.

Literatur

Dürckheim, K. Graf (1967/2005): HARA. Die Erdmitte des Menschen. O. W. Barth, Frankfurt/M

Dürckheim, K. Graf (1974): Vom doppelten Ursprung des Menschen. Herder, Freiburg i.B.

Dürckheim, K. Graf (1992): Meditieren – wozu und wie. Herder, Freiburg i.B.

Grimm, Gebrüder (1974): Kinder- und Hausmärchen, Erster Band. Insel, Frankfurt a/M

Jung, C. G. (1936): Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Animabegriffs. Zitiert aus: Alt, F.(1991): C.G. Jung. Vom Abenteuer Wachsen und Erwachsenwerden. Ein Lesebuch. Walter, Olten und Freiburg i.B.

Jung, C. G. (1945): Vom Wesen der Träume. Zitiert aus: Alt, F. (1984): Das C. G. Jung Lesebuch. Walter, Olten und Freiburg i.B.

Summary: In the present article the author pursues the specific tinge, in which experiences of being (“Seins-Fühlungen”) can manifest within Argentinian Tango. The necessary presupposition for such experiences is, that the dancers are exploring a common movement in an increasingly sensitive way. For this purpose the movement is slowed down and repeated, the own posture, the common balance and the inner focus are more and more adjusted. The dance movement is unfolding its potential when the dancers are becoming increasingly permeable and inner resistances or blockades are impeding the inherent flow of energy as little as possible. This is body-work on a very subtle level.

Keywords: Argentinian Tango, “Seins-Fühlung” (experiences of being, Dürckheim), permeability, resistance-free movement, body-work

Der Autor

Schmidt, Volker, geb. 1941, freiberuflicher Theologe und Leiter der Werkstatt Spiritualität in Hamburg.

Hintergrund: Studium von Theologie und Pädagogik, einjährig tätig als Pastor in einer Hamburger Gemeinde, danach Dozent am Pädagogisch-Theologischen Institut zur Fortbildung von Religionslehrer. Zwei Jahre als Gast an einem Institut für politische Erwachsenenbildung in den Philippinen. Begegnung und Auseinandersetzung mit asiatischer Kultur und Spiritualität, u.a. auch mit einer asiatischen Tradition von energetischer Heilarbeit (Prana-Healing). Danach Studienleiter an einer Evangelischen Akademie mit den Arbeitsfeldern „Interkultureller Dialog mit Asien“ sowie „Meditation und Spiritualität“. Aus diesem Zweig seiner Arbeit entstand in den späten 90er Jahren als selbständiges Institut die Werkstatt Spiritualität www.spiritu.de. Email werkstatt@spiritu.de