

Tanzdialog mit Trauernden*

Einblicke von Barbara Schulte-Büttner

Im Reich der Trauer herrscht Chaos: kein Stein bleibt auf dem anderen, wenn ein geliebter Mensch fehlt. Und nichts ist wie es war, wenn der Verlust von Arbeit, Gesundheit, Heimat oder einem Lebensentwurf zu beklagen ist. Angesichts des Unbegreiflichen fühlen Trauernde sich wie erstarrt und allein gelassen in ihrem Schmerz. Das Umfeld ist vielfach überfordert. Wer sich mit Trauer befasst, wird der eigenen Endlichkeit gewahr.

Trauer bewegen – Dem Leben die Hand geben

Im Tanzdialog bilden Betroffene eine Gemeinschaft, um Trost und Entlastung zu finden. Der geschützte Raum macht es möglich, Trauer zum Ausdruck zu bringen und in Bewegung zu setzen, Schritt für Schritt in wechselnden Konstellationen: im Kreis verbunden, für sich allein, gebunden an Vorgaben oder frei und immer wieder im Dialog. Was dabei zum Vorschein kommt, wird gewürdigt und gilt. Beiträge aus dem Kreis werden angereichert durch entsprechende Erzählungen, Gedichte und Lieder, ggf. auch durch einen Exkurs in die Mythologie, „verleiblicht“ durch Tanz und Bewegung, vertieft in Momenten der Stille. Auf den Spuren überlieferter Schrittmuster finden Trauernde Halt und Orientierung, wenn sie sich die Hände reichen, um Schritte gemeinsam zu tun. Getragen von ausgewählter Musik machen sie sich auf den Weg in die eigene Mitte und bereit zum Aufbruch ins Leben.

Zu Gast bei AETAS Lebens- und Trauerkultur

Tanzdialog mit Trauernden ist wieder zu Gast bei AETAS in München. Die offene Veranstaltungsreihe im AETAS-Wegbegleiter-Programm begann Anfang April mit dem ersten von drei Samstagen. Wie schon im Herbst 2018 haben Betroffene, geleitet von Barbara Schulte-Büttner, für einen Tag eine Gemeinschaft gebildet, um Trost und Entlastung zu finden - in ihrer Mitte dieses Mal knospende Narzissen, die ihr Gelb zunächst schützend für sich behielten.

Knospende Narzissen und was das Herz begehrt

Einen Tag lang in der Gemeinschaft befasst sein mit Trauer - das hieß an diesem sonnigen Samstagmorgen zunächst in einem hellen, freundlichen Raum empfangen werden. Es hieß jenseits von „richtig“ und „falsch“ angenommen sein und selber versuchen zu akzeptieren was immer sich regt. Es hieß im eigenen Rhythmus in Gang kommen, Gewicht abgeben bei jedem Schritt und mit den Füßen in die Erde schreiben, was das Herz begehrt¹.

Stätte der Andacht - Weinen und Klagen

Mit Trauer befasst sein, das hieß auch an diesem Frühlingstag wieder die Mitte umkreisend eine Stätte der Andacht errichten im Tanz. Es hieß den Mut haben, unermesslichem Schmerz zu begegnen, vertrauend auf Rückhalt in der Gemeinschaft und auf angemessene Begleitung durch die Seminarleitung². Es hieß Tränen vergießen und

später erfahren, dass es eigens dafür in der Antike Gefäße gab: Tränenbecher als Grabbeigaben, mit denen Angehörige ihren Verstorbenen das Kostbarste mit auf den letzten Weg gaben. Es hieß, in diesem Zusammenhang einem der zahllosen Klagelieder lauschen, wie sie bei Bestattungen etwa in Griechenland noch heute zu hören sind: *Moirologia*³, gesungen von sog. Klageweibern⁴.

Frühlingstochter Persephone – Verbindung der Gegensätze

Mit Trauer befasst sein, das hieß an diesem Apriltag einen Exkurs in die griechische Mythologie unternehmen und mit dem Tanz *Kore*⁵ den Mythos vom Raub der Persephone⁶ reflektieren, der Trauer der Demeter um die geraubte Tochter (Kore) nachgehen und Verwandlung betanzen, Kreise ziehend zwischen Himmel und Erde. Es hieß nicht zuletzt Träumen nachspüren und Fragen des Glaubens berühren.

Mit den Augen eines Kindes

„Verleiblicht“ waren mit den überlieferten Schrittmustern schließlich Tänze und Inhalte – Einzelnen im Kreis seit Langem bekannt und nun wieder in anderem Licht gesehen, wie mit den Augen eines Kindes - ganz neu, so wie jeder Tag neu ist. Die Musik hat die Seele berührt, ihr Frieden gegeben für eine Weile und im Tanz Verwandlung ermöglicht - Aufbruch ins Leben!

Entfaltung zur Blüte, geborgene Schätze

Am Ende des Tages hatten die Narzissen in der Tanzmitte die volle Pracht ihrer sonnengelben Blüten entfaltet. Freude fand ihren Platz neben Trauer, und es wurde deutlich: Trauer bewegen heißt Schätze bergen; im Schmerz begegnen wir unserer Sehnsucht, der Liebe.

Eine Einladung, das Leben (wieder) zu umarmen

Betroffene, die sich mit ihrer Trauer befassen wollen, finden im *Tanzdialog* vielfältige Ausdrucksmöglichkeiten. Sie können Trost und Entlastung erfahren, wenn sie sich äußern. *Tanzdialog mit Trauernden* ist eine Einladung, sich Schritt für Schritt auf den Weg in die eigene Mitte zu machen und eines schönen Tages – vielleicht ja schon heute – das Leben wieder zu umarmen.

Mehr zur Autorin und zum Tanzdialog: www.spielraum-tanzdialog.de

* Erstveröffentlichung in Neue Kreise Ziehen. Fachzeitschrift für meditativen und sakralen Tanz Ausgabe 2-2019

¹ „Wenn du tanzt, schreibst du auf die Erde, was dein Herz begehrt“ Konstantínos Pétrou Kaváfis (1863-1933). Griechischer Lyriker der Neuzeit.

² Hierin unterstützt durch Assistenz von Friederike Mutter, Trauerbegleiterin.

³ „*Moiroloi*, vom Verb ‚*mairomai*‘... das Schicksal darstellen, ausdrücken, beweinen.“ Kyriakos Chamalidis, *Die tanzende Seele*.

⁴ Von Klageweibern erzählt schon Homer in der *Ilias*. Mehr zur Bedeutung dieser Tradition: Kyriakos Chamalidis, *Die tanzende Seele*.

⁵ Betrachtungen zum Mythos und Tanz der „*Kore*“ im Buch der Choreographin Kallirroí Kuduna-Ortmann: *Ein kleines Buch zur Versöhnung*.

⁶ Den Mythos würdigt Sabine Rosenberg im Gedicht *Unterwelt*, nachstehend wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung der Autorin.

Unterwelt

**Persephone, Demeters Kore
du bist hinab gestiegen zu Hades
in die Unterwelt**

Schmerzlich zu sehen
wie die Dunkelheit deinen Liebreiz verschlingt
deine engelsgleiche Sanftmut
vom Schatten aufgesogen wird
und doch musst du der Hölle begegnen
dem Widersprüchlichen, dem Unreinen
deiner dunklen, hexenhaften Seite
du musst den Dämon begrüßen

**Persephone, Demeters Kore
du bist hinab gestiegen zu Hades
in die Unterwelt**

Tanze, Persephone, tanze in die Unterwelt
gib dich dem Herrn des Schattens hin
groß ist dein Verlangen nach dem Licht
und doch musst du dich hinab begeben
in das Reich des Todes
über Grenzen hinweg der Schattenseite begegnen
die nicht schön und lieblich
sondern furchtbar und leidenschaftlich ist

**Persephone, Demeters Kore
du bist hinab gestiegen zu Hades
in die Unterwelt**

Die Sehnsucht deiner Mutter nach dir
hat dich dem Licht zurückgeführt
und doch kostetest du Hades Granatapfel
der dich zurück in die Tiefe des Verborgenen führt
gleich des Jahreszeiten kreisender Rhythmus
oder der Wechsel von Tag und Nacht
immer wieder hinab zu tauchen
und aufs Neue empor zu steigen

**Persephone, Demeters Kore
du bist hinab gestiegen zu Hades
in die Unterwelt**

Du schreitest in die Unterwelt
die Angst überwindend tauchst du
mutig hinunter, berührst den Schatten des Todes
das aber macht dich zum wirklichen Weib
stark und fruchtbar im Körper und Geist
kehrst du ins Licht zurück
nun schenkst du dem Tag deine Gestalt
und auf deinem Boden wachsen die Rosen

**Persephone, Demeters Kore
du bist hinab gestiegen zu Hades
in die Unterwelt**