

## Der Ausdruck von Lebensenergie in traditionellen Frauentänzen

(c) Laura Shannon 2008

Die Definition von “Ausdruck” ist, wörtlich, das “herausdrücken”. Vor vielen Jahren sagte mir meine Mentorin Zuleikha, dass “tanzen bedeutet, Energie durch jede Körperzelle nach draussen zu drücken, in alle Richtungen, ständig.” Diese Energie kann nicht unsere eigene Energie sein, sie muss eine nachhaltige Quelle haben. Im Kreistanz sind wir dann mit dieser Quelle verbunden, wenn wir uns durch die Teilnahme am Tanz eher energetisiert als ermüdet fühlen, und dies geschieht durch unsere Verbindung zu Erde, Himmel und heiliger Natur. Ich glaube, dass diese Erfahrung und der Ausdruck einer Energie, die grösser ist als wir selbst, eines der grossen Geheimnisse im Herzen traditioneller Frauentänze darstellt.

Dieses Geheimnis, nämlich wie der Tanz die Tänzerinnen nährt, ermöglichte es dem Kreistanz, als integraler Teil traditionellen Lebens in Osteuropa und dem Nahen Osten zu überleben, wo Frauen hart arbeiteten und keine Energie vergeuden konnten. In diesen Kulturen entstand durch die soziale Verpflichtung zum Tanz eine Gesellschaft, in der alle regelmässig durch die Erfahrung transzendenter Lebensenergie und Freude genährt wurden. Dies wiederum, so glaubte man, geschah zum Nutzen der gesamten Gemeinschaft.

Diese wohlwollende Lebensenergie, die im Körper erfahren und ausgedrückt werden kann, ist greifbar und wirklich. Sie war in allen alten Traditionen bekannt und benannt, als Chi, Ki, Shakti, und sie kann wissenschaftlich gemessen und aufgezeichnet werden. Volkskunst und Archäologie liefern unzählige Illustrationen. Sowohl alte Bilder der Göttin als auch die allgegenwärtig auf festliche Frauenkleidung gestickten Frauenfiguren zeigen strahlende Energielinien, die von Kopf und Gesicht strömen - “ausdrücken”. In ähnlicher Weise tragen die tanzenden Frauen selbst einen Kopfschmuck, der Pailletten, Fransen, Blumen, Schmuck und andere Verzierungen enthält. Diese glänzenden, strahlenden Kronen gleichen der Sonne als der letztendlichen Quelle der Lebensenergie, und dienen als Vorbild für und Ausdruck von einem Zustand inneren Glanzes, den Kreistanz zu entzünden zieht.

Diese Energie ist etwas Heiliges; dieser Glanz das Zeichen der Göttin. Die strahlenköpfigen Göttinnen aus Tuch oder Ton sind keine Portraits individueller Frauen: sie sind vielmehr transpersonale Illustrationen archetypischer Bilder, die jede Tänzerin einladen, in sie hineinzugehen, sie zu verkörpern, sie auszudrücken. Den kunstvollsten Kopfschmuck tragen die Bräute und jungen Mädchen an der Schwelle der Pubertät wie die bulgarischen Lazarki. Frauen in diesen Grenzbereichen wurden als heilig angesehen und konnten dem Dorf, den Tieren und dem Korn Segen bringen. Identisch gekleidet und gekrönt mit

strahlendem Kopfschmuck, nehmen sie für kurze Zeit das Aussehen der Göttin und ihre Kräfte an.

Die Energielinien in Archäologie und Volkskunst mögen Hitze oder Heilung darstellen, Ton oder Lied, oder das freudvolle Lächeln, das von den Gesichtern der Tänzerinnen ausgeht. Sie mögen Wind oder Wasser gleichen, Blättern und Wurzeln, Früchten und Samen. Diese und andere Naturbilder zeigen sich im traditionellen Tanz, so im lyrischen Tanzstil armenischer Frauen mit seinem präzisen und hochentwickelten Repertoire an Gesten für Tiere, Pflanzen und die Elemente. Solche Bewegungen, gemeinsam mit Rhythmus und Melodie, dienen auch dazu, den Segen der Naturwelt in die menschliche Gemeinschaft zu bringen. Genau dies war die Aufgabe der Schamanen alter Zeit, und tatsächlich glaube ich, dass diese Tänze ihre Wurzeln in den viele tausend Jahre alten schamanistischen Traditionen Zentralasiens haben.

In heutiger Zeit sind diese Traditionen verändert, verblasst und verschwunden an vielen der Orte, wo die Tanzkreise einst blühten. Während jedoch die Tänze in ihren Ursprungsländern abnehmen, wachsen sie in den zahllosen Kreisen zeitgenössischer Frauen in der ganzen Welt, die Frauenritualtänze als ihre eigene verkörperte spirituelle Praxis wählen. Wer auch immer wir sind und wie wir uns kleiden, können uns die alten Muster der Schritte und Bewegungen mit der Quelle der kosmischen Energie verbinden. Es ist nur nötig, sie getreu zu tanzen, genau, respektvoll, mit offenem Geist und offenem Herzen. Das Mass unserer Bewusstheit beim Tanzen bestimmt das Mass und die Intensität unseres Ausdrucks – des “heraus drückens” - der Lebenskraft, die in ihrer Essenz die Natur der Göttin ist. Auch wir haben die Möglichkeit, die Begrenzungen unserer Individualidentität zu transzendieren, diese heilige Energie in uns selbst und unseren Kreis zu bringen, und mit Bewusstheit unseren Platz in der Ahnenreihe tanzender Frauen einzunehmen.

“Ausdrücken” ist auch “Saft auspressen”: wenn wir unsere Körper mit der freudvollen Quelle allen Lebens verbinden und unsere Teilhabe an dieser kosmischen Energie als unser Geburtsrecht einfordern, können wir endlich unser saftiges, lebendiges und vitales Selbst befreien, unsere Magie, Kreativität, Begeisterung und Freude. Wenn wir diese Energie im Tanz erfahren und ausdrücken, fühlen wir das Licht in alle Richtungen strahlen, genau wie Zuleikha beschreibt. Strahlend schön und von vibrierender Lebendigkeit sind wir die lebenden Priesterinnen der alten tanzenden Göttin, fähig sowohl die Erinnerung an die Vorangegangenen zu ehren als auch den Weg für die zu erleuchten, die hoffentlich folgen werden.

Illustrationen:

[Razgrad apron.jpg] Gestickte strahlenköpfige tanzende Göttinnen auf Schürze, Razgrad, Bulgarien, 19. Jhdt. Im bulgarischen Nationalmuseum für Ethnographie, Sofia. Photo: Laura Shannon.

[Pernik saja.jpg] Sonnenköpfige geflügelte Göttin auf einem Saja (Überkleid) aus Pernik, Bulgarien, 20. Jhdt. Photo: Mary Kelly

[Vase Goddess scarf.jpg]. Abstrakte Göttin mit strahlender Blume / Kopf, Ende eines Schals, Kleinasien, 19. Jhdt. Photo: Laura Shannon

[‘Ukrainian girls.jpg’] Girls wearing radiant headdresses, Kosmach, Ukraine. Photo: Mary Kelly

Literaturhinweise:

Armenien: 5000 Jahre Kunst und Kultur. Wasmuth 1995.

Forsyth, Martha and Linka Gekova Gergova (1996) Listen, Daughter, and Remember Well. St Kliment Ohridski University Press, Sofia.

Forty Greek Costumes. Athens: Dora Stratou Theatre.

Gimbutas, Marija (1989) The Language of the Goddess. San Francisco: HarperSanFrancisco.

Kelly, Mary B. (1989) Goddess Embroideries of Eastern Europe. Winona, MN, USA: StudioBooks.

Kelly, Mary B. (1999) Goddess Embroideries of the Balkan Lands and the Greek Islands. Mclean, New York, USA: Studiobooks.

Kovacheva-Kostadinova, V. & associates, eds. (1994) Traditional Bulgarian Costumes and Folk Arts. Sofia: National Museum of Ethnography.

MacDermott, Mercia (1988) Bulgarian Folk Customs. London: Jessica Kingsley Publishers.

Paine, Sheila (1990) Embroidered Textiles. London: Rizzoli International Publications.

Paine, Sheila (2003) The Linen Goddess. London: Pallas Athene Arts.

Shannon, Laura (1996) “Armenian Dance”.

Shannon, Laura (1996) “Simple Dances: Where do they come from, where do they lead?”

Shannon, Laura (1999) “Dances of the Great Mother: Three-measure Dances and the Tree of Life”.

Shannon, Laura (2003) “Meine Initiation in die Welt der Frauent\*nze”, Kreise Ziehen Heft 4/03.

Welters, Linda (1999) Folk Dress in Europe and Anatolia: Beliefs About Protection and Fertility. Oxford: Berg.

Lauras Aufsätze sind zu finden unter [www.laurashannon.net](http://www.laurashannon.net)