

Detaillierter Überblick des Workshops "Tanzendes Wesen"

Das Training ist anspruchsvoll, aber sanft. Es sind keine tänzerischen Vorkenntnisse erforderlich. Der WS besteht aus zwei Hauptteilen. Dauer 4 bis 5 Stunden pro Tag, 3 oder 4 Tage.

1. Teil: ENTERING THE BODY (2,5 Stunden)

Wir beginnen mit einem Körpertraining, bei dem wir Elemente aus dem Yoga, Dehnungsübungen und grundlegende Tanzübungen verwenden, um Rumpfkraft, Flexibilität und Bewegungsfreiheit aufzubauen. Weiter geht es mit Übungen zur Schärfung der Sinne, der Orientierung im Raum und der Koordination. Während des gesamten Trainings arbeiten wir auch mit unserer Achtsamkeit, um Geist, Körper und Raum zu vereinen, wobei wir Elemente aus der Alexander-Technik und anderen Achtsamkeitstechniken verwenden.

(30 Minuten Pause)

2. Teil: APPROACHING DANCE (2 Stunden)

Im 2. Teil steht die kreative Arbeit im Mittelpunkt. Durch vorgegebene Themen wie Blüten, Nebel, Duft..., sowie eigen Wunschthemen, nähern wir uns unserem eigenen Tanz, indem wir unsere inneren Landschaften erforschen.

Über Butoh

Die Bedeutung von Butoh liegt in der Opposition zu bestehenden strengen Formen des Tanzes und der Kultur, die den Körper als funktionales Objekt (wie von der Gesellschaft gefordert) behandeln, und nicht als lebendigen und sich verändernden Körper, als eine vom Leben selbst geformte Skulptur, die den Wunsch nach individuellem Leben widerspiegelt und die individuelle Geschichte und Erfahrung in sich trägt.

Die Kunstform des Butoh wurde in den späten 1950er Jahren in der japanischen Avantgarde-Szene von mehreren Tänzern entwickelt, allen voran Tatsumi Hjikata mit seinem "Ankoku Butoh", was übersetzt "Tanz der Dunkelheit" bedeutet. Hjikata versuchte, eine neue Ästhetik zu schaffen, die den "gehockten, erdverbundenen Körperbau und die natürlichen Bewegungen des einfachen Volkes" umarmte und Themen wie Armut, Homosexualität und Krankheit ans Tageslicht brachte, die bisher fern gehalten wurden. In diesem Zusammenhang muss ein Butoh-Tänzer "die Dunkelheit seiner eigenen Existenz" vollständig entlarven. Innerhalb der nächsten Jahrzehnte verbreitete sich Butoh über die ganze Welt.

(Quellen: Die Rebellion des Körpers und White Butoh von Masaki Iwana)