

Theorie und Poesie

Biodanza zu verstehen braucht beides: Erleben und Verständnis.

Nur wenn ich Zucker geschmeckt habe weiß ich was *süß* bedeutet und der Koch kann das Essen schon schmecken, sobald er das Rezept liest.

Ein schönes Beispiel für diese Integration von Berührt-Sein und Verstehen findet sich in den "Ausbildungsmaterialien Definition von Biodanza und theoretisches Modell" der Biodanzschulen von Cristina Arrieta:

"Die erste Kenntnis der Welt – noch vor der Sprache – ist die Erfahrung durch die Bewegung. Demzufolge ist Tanz eine Art in „der Welt zu sein“ [...]. Der Dichter Jalal-od-din Rumi (13. Jh.) hat ausgerufen:

„Erhebe dich, oh Tag! ... Es tanzen die Atome, die Seelen verzückt in Ekstase tanzen, das Himmelsgewölbe, aufgrund dieses Wesens, tanzt: Ich sage es dir ins Ohr, bis wohin sein Tanz führt: alle Atome, die es im Himmel und in der Wüste gibt – das musst du verstehen – sind verliebt wie wir, und jedes einzelne von ihnen, glücklich oder unglücklich, sieht sich geblendet von dem Licht der bedingungslosen Seele.“

Eine Biodanza-Session ist eine Einladung zur Teilnahme an diesem Kosmischen Tanz, von dem der Sufi-Dichter spricht. Vielleicht klingt diese Behauptung seltsam in dem melancholischen sozio-politischen Panorama unserer Zeit."

Biodanza ist die Integration der drei Künste Poesie, Musik und Tanz zu einem "[...] System affektiver Integration, organischer Erneuerung und Neuerlernen der ursprünglichen Lebensfunktionen, basierend auf Erlebnissen, hervorgerufen durch Tanz, Gesang und Situationen der Begegnung in der Gruppe." (ebenda).

Die Sprache wird in Biodanza verwendet um Erleben anzuregen. Sie ist daher eine poetische Sprache, die offene Sprachbilder benutzt, um dieses Ziel zu erreichen. Im Gegensatz dazu ist die technisch-wissenschaftliche Sprache, die normalerweise in den Wissenschaften wie Psychologie und Medizin verwendet wird, möglichst eng und präzise.

Die Präzision erleichtert das logische Verstehen und fördert die Nachvollziehbarkeit. Die bildhafte Sprache erleichtert das emotionale Begreifen und fördert die Veränderung emotionaler Prozesse.

Auch wenn Biodanza letztendlich eine Integration dieser beiden Aspekte anstrebt, wird unter den weiteren Punkten des Bereiches "Über Biodanza" der präzise Aspekt seinen Platz haben.

An dieser Stelle soll die Poesie das letzte Wort haben:

Mögen deine Füße mit Tanz,
deine Arme mit Kraft,
deine Hände mit Zärtlichkeit,
deine Augen mit Lachen,
deine Ohren mit Musik,
deine Nase mit Wohlgeruch,
und dein Herz
mit Freude erfüllt sein.

(nach einem altirischen Segen)