

Ästhetik, Kunst und Gymnastik Teil 3

von Dr. med. Bruno Baviera, Chefarzt, ärztlicher Leiter der Schule für Physiotherapie Aargau, Schinznach

Zum 3. Teil

Wenn es stimmt, dass die Verbindung zu Höherem durch Schauen oder Erleben ermöglicht wird, kommt die Gymnastik nicht darum herum, auch ihr Schauen zu reflektieren.

Sicher sind Ziele der Gymnastik die Förderung und Erhaltung der Leistungsfähigkeit, der Wahrnehmungsfähigkeit und der Ausdrucksfähigkeit (s. B. Baviera: *26 Beiträge zur Gymnastik und Bewegungslehre*). Aber die Gymnastik ist auch ein Weg der Nachdenklichkeit über Lebensentwürfe und deren Werte. Dazu soll dieser 3. Teil meiner Serie über *Ästhetik, Kunst und Gymnastik* beitragen. Gymnastik ist ein Weg zum Schauen und Erkennen des Möglichen. Es geht um das Sehen der Möglichkeiten im Rahmen der vermeintlich begrenzenden Grenzen.

Schönheit der Frau

Da sich vor allem Frauen von der Gymnastik angesprochen fühlen, will ich bei der Diskussion über Ästhetik die Problematik der ästhetischen Anforderungen an die Frauen nicht unterschlagen. Treffender als Irmgard Vogt kann ich das nicht. So nervt sie sich in ihrem Beitrag *Frauensyndrom, kranke Frau* in Franz Wagners Buch *Medizin, Momente der Veränderung* über die mediale Dauerberieselung der Frauen. «Kein Körperteil, an dem nicht ein Makel zu finden wäre, kein Glied, das nicht zu verschönern wäre. Die Frau als Reduktion auf Brust, Bauch und Po, dagegen gilt es anzutreten.» Dagegen antreten wollen wir in einer nachdenklicheren Gymnastik. Diese Nachdenklichkeit muss aber mühsam erarbeitet werden. Weiter führt Irmgard Vogt aus: «Historische Quellen ebenso wie vor allem die triviale Gegenwartsliteratur spiegeln wieder, wie wichtig der Körper für Mädchen und Frauen ist. Das liegt auch daran, dass der Frauenkörper neben anderem eine Ware ist, die am Markt feilgeboten wird. Für den Körper kann sich ein Mädchen einen Ehekontrakt einhandeln, der ihr noch vor 100 Jahren ein standesgemässes Leben überhaupt erst ermöglicht hat. Wenngleich der Wert der Ehe heute geringer eingeschätzt wird, so bringt die Verheiratung den Frauen noch immer gesellschaftliche Vorteile sowohl ideeller wie materieller Art. Dabei steigt der Wert des Körpers im selben Ausmass, in dem er für schön befunden wird, und die Chancen der Frau, einen Ehepartner zu finden. Die Herstellung des schönen Frauenkörpers hat also auch eine ganz handfeste materielle Bedeutung.

Aber der Körper der Frau soll nicht nur schön sein, er soll auch unversehrt sein, wenn er in den Besitz des Mannes übergeht. Über Jahrhunderte hin reduzierte sich dabei die Vorstellung vom unversehrten Frauenkörper auf die Unberührtheit des Jungfernhäutchens. An dessen Zustand meinte man ablesen zu können, ob der Körper insgesamt intakt und folglich unversehrt war. Ein solcher Körper galt zugleich als gesund, denn von ihm konnte man erwarten, dass er in der Lage war, gesunde Kinder zu gebären. Solche Denkmuster sind um die Jahrhundertwende noch alltäglich. Sie haben in den 30er-Jahren noch einmal eine Hochblüte erlebt und sich gleichzeitig in gewissem Umfang auch abgewertet. Insbesondere die Bedeutung, die der Unversehrtheit des Frauenkörpers zugemessen wird, hat in den letzten Jahrzehnten abge-

nommen. Etwa im gleichen Masse hat der Schönheitskult zugenommen, der aus dem täglichen Leben gar nicht mehr wegzudenken ist. Frauen sollen eben immer attraktiv und begehrenswert sein, nicht nur für den Einen und Einzigen, den Ehepartner. Und sie sollen möglichst in jedem Lebensalter körperlich anziehend für Männer sein, nicht nur als junge Frauen. Zur Aufrüstung der Frau als allzeit attraktive Partnerin ihrer männlichen Partner in Beruf und Freizeit trägt die Kosmetikbranche ebenso viel bei wie die kosmetische Chirurgie, die beide den Frauen vorgaukeln, sie hätten die Mittel und Methoden gefunden, mit denen der Frauenkörper auf ewig jugendlich-schön zu erhalten sei. Die Herrichtung des schönen Körpers ist also zur lebenslangen Aufgabe für alle Frauen geworden.» Gabriele Riedle beschreibt in ihrer Arbeit *Die neue Bedeutung des Körpers* eindrücklich die Szene der plastischen Chirurgie. «Und vielleicht hört gerade dann, wenn wir akzeptieren, dass die Wirkung des Körpers künstlich verändert werden kann, unsere Neugier nicht auf, weil wir schliesslich wissen, dass sich auch unter der betörenden neuen Oberfläche etwas verbirgt, das wir nicht sehen.»

Frau-Sein führt so zum blossen Körper-Sein. Abmagerungskuren, Essstörungen, teure Bekleidung und Schmuck zur Verdeckung von Mängeln: All dies führt zur zunehmenden Zerstörung des Selbstwertgefühls. Die Körperdysmorphie-Störung, die Angst, hässlich zu sein, wird zur Krankheit und zieht die Depression nach sich. Irritierend ist die Tatsache, dass davon viele ausnehmend schöne Menschen betroffen sind. Angeblich sind Frauen kränker als Männer und besuchen häufiger den Arzt, nur sterben sie später als die Männer. Männer stehen für Stärke, Festigkeit und Härte. Der Körper des Mannes ist zum Panzer geworden, an dem alles abprallt. Nicht zuletzt zur Aufrechterhaltung der Fiktion vom gesunden Mann bedarf es des Mythos von der kranken Frau. Von der Geburt bis zum Tod werden wir medizinisiert.

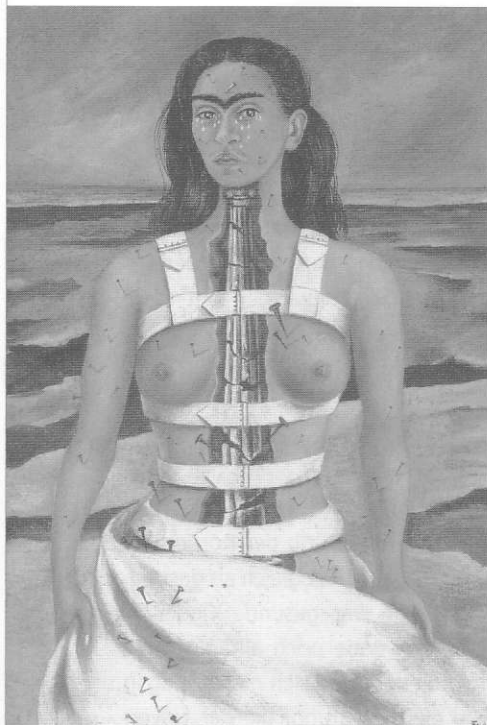


Abb. 1: F. Kahlo: *The broken column*

Die Historikerin Barbara Duden beschreibt in ihrer Studie *Die Gene im Kopf, der Fötus im Bauch* die Entfremdung der Frauen von ihrem Körper und auch durch eine zunehmende Medizinalisierung. *Vom Schwund der Sinne, Von der Lähmung der Wahrnehmung, Der verwaltete Körper* sind Überschriften, die nachdenklich stimmen. Normalität wird pathologisiert, mit statistischen Risiken verbunden und endet in der Verunsicherung und Abhängigkeit. Das wohl Wunderbarste und Schönste

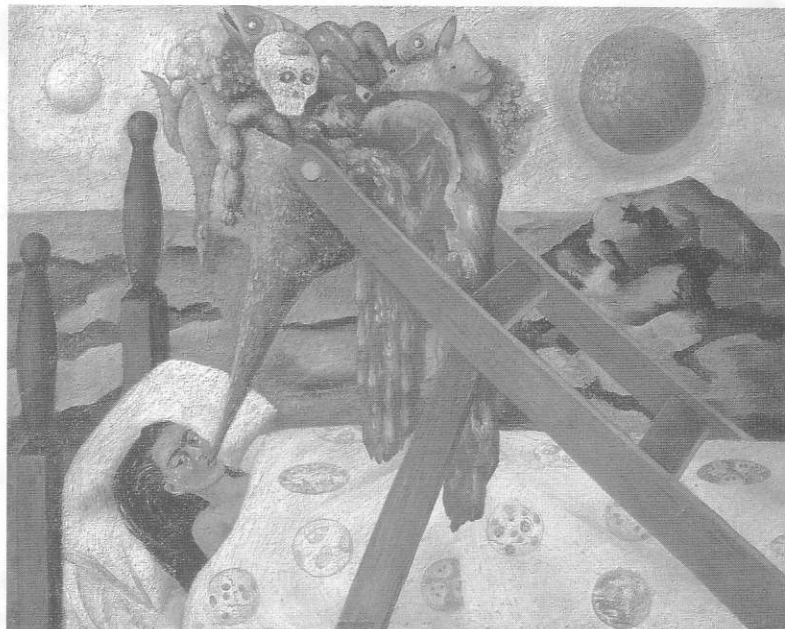


Abb. 2: F. Kahlo: *Without hope*

im Leben, das Entstehen von Leben, droht zur Krankheit zu verkommen.

Der salutogene Ansatz der Gymnastik versucht hier Widerstand zu leisten. Alle meine Kurse betrachte ich diesbezüglich als einen emanzipatorischen Beitrag. Wann endlich lassen wir uns nicht mehr durch die Werbung verunsichern? Wenn die Gymnastik nicht der Förderung des Selbstbewusstseins dient, hat sie versagt. Dann bleibt sie eine leere Hülse, wie jedes andere heils- und heilversprechende Angebot.

Es spricht dennoch einiges dafür, dass die intensive Beschäftigung mit dem Körper sich insgesamt genommen für Frauen auch auszahlt. Frauen lassen sich beraten, Frauen nutzen auch ihr soziales Netzwerk besser, um sich auszusprechen und Lösungen in Konfliktsituationen zu finden. Dazu kann die Gymnastik ein Gefäss anbieten, was nicht heissen muss, dass nur noch klagend im Kreis herum am Boden gesessen werden muss.

Nicht nur Ästhetik der Gymnastik

Gymnastik bemüht sich auch um Ästhetik. Dies zeigen die Gütekriterien, die ich bereits beschrieben habe. Doch Gymnastik wendet sich an alle:

- Kinder – Erwachsene
- Frauen – Männer
- Gesunde – Kranke
- Dicke – Dünne
- Geschickte – Ungeschickte
- Lustige – Traurige
- Kreative – Nichtkreative

Gymnastik wendet sich an alle. Doch es kommen meistens nur Frauen. Bewegungseingeschränkte Kinder werden psychomotorisch gefördert. Wo aber keine Psychomotorikerin zur Verfügung steht, wird die Bewegungsförderung des Kindes zur

Sache der Bewegungspädagogin. Hier geht es um die Förderung von Alltagsfunktionen und nicht um in die Irre leitende Schönheitsideale. Gymnastik als Anschlussprogramm nach einer pathogenetisch ausgerichteten Physiotherapie war der Ausgangspunkt meiner eigenen, wenn auch nur theoretischen Auseinandersetzung mit ihr.

Gymnastik ist nicht Leibeserziehung zur äusserlichen Ästhetik. Gymnastik sollte uns alle bewegen und das in Richtung kritischer Erhabenheit. Ist der frustrane Wellness- und Fitnessrummel später verblasst, folgt die Besinnung. Über die Sinnlichkeit wird die Sinngebung gefunden. Angestrebt wird die innere Ästhetik, die durchaus über die Anästhetik gefunden werden kann.

In diesem Zusammenhang plädiere ich im Rahmen einer so genannt höheren Gymnastik für eine Gymnastik, die auch Nichtästhetisches zulässt:

- Üppigkeit – Kargheit
- Harmonie – Disharmonie
- Freude – Trauer
- Lust – Unlust
- Dynamik – Statik



Abb. 3: N. de Saint Phalle: Die Waldfrau

- Rhythmik – Arrhythmik
- Leichtigkeit – Schwere

In diesem Sinn interpretiere ich Wolfgang Welschs *Ästhetisches Denken*. Ute Erhardt hinterfragt das ästhetische Verhalten von Frauen wohlwollend in ihrem Buch *Gute Mädchen kommen in den Himmel, böse überall hin*. Warum bringt uns brav sein nicht weiter? Solchen Fragen begegnen wir in einer höheren Gymnastik. In diesem Sinne weiss die Gymnastik um all die ästhetischen Gütekriterien, die sie im Rahmen der Sinnfindung aktiv durchbricht um vor allem, und das scheint mir wichtig zu sein, einen Denkprozess anzuregen.

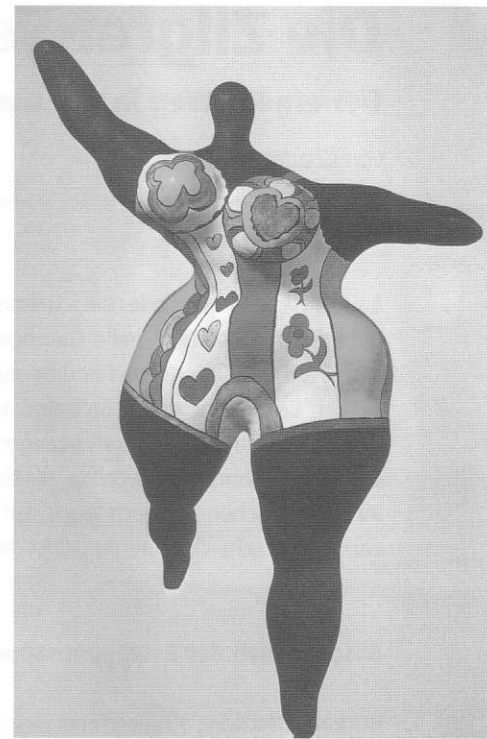


Abb. 4: N. de Saint Phalle: Tanzende Negermana

Rückblick

Wenn Gymnastik nicht hilft zum Wesen des Seins und das in seiner leiblichen Form zu führen, wollen wir sie besser lassen. Andere Anbieter sind lokal leistungsfördernder. Gymnastik ist die Kunst des Zusammenführens der vielfältigen Komponenten. Sie stärkt die Kraft und Beharrlichkeit, den nachhaltigen Sinn unseres Seins zu suchen und gelegentlich im Moment auch zu finden. Deshalb reflektieren wir über Sinnes- und Sinnwahrnehmung.

Bildnachweis

Abbildung 1: F. Kahlo. *The broken column*, 1944. *The blue house. The world of Frida Kahlo*, Ed. E. Billeter. Museum of fine arts, Houston (1993)

Abbildung 2: F. Kahlo. *Without hope*, 1945. *The blue house. The world of Frida Kahlo*, Ed. E. Billeter. Museum of fine arts, Houston (1993)

Abbildung 3: N. de Saint Phalle. *Die Waldfrau*, 1965. N. de Saint Phalle. *Bilder – Figuren – Fantastische Gärten*. Ed. C. Schulz-Hoffmann. Prestel-Verlag (1987)

Abbildung 4: N. de Saint Phalle. *Tanzende Negermana*, 1965-66. N. de Saint Phalle. *Bilder – Figuren – Fantastische Gärten*. Ed. C. Schulz-Hoffmann. Prestel-Verlag (1987)