

Gymnastik und Tanz durch die Jahrtausende (1)

von Cornelius und Christin Grämiger, dipl. Bewegungspädagogen BGB

Im Verlauf der letzten 25 Jahre führten uns viele Kunst- und Kulturreisen nach Ägypten, Griechenland, in die Türkei, nach Italien, Kroatien, Tunesien und in den Fernen Osten. Auch Besuche der grossen archäologischen Museen in Rom, Berlin, Paris und London durften nicht fehlen. Cornelius Grämiger legte dabei Wert auf eine fotografische Betrachtungsweise der Kunstdenkmäler, welche die Darstellungen von Körperkultur, Gymnastik und Tanz ins Zentrum rückt. So entstand das Buch *Gymnastik und Tanz durch die Jahrtausende*. Zurzeit liegt der Druck des ersten Teils *Von der Urzeit bis zur Renaissance* vor. Er kann ab sofort im Sekretariat der Gymnastikberufsschule, Zürich, bezogen werden.

Um die Menschen der jeweiligen Zeitepoche bei der Ausführung von Gymnastik, Tanz oder Sport beobachten zu können, sind wir mehrheitlich auf Darstellungen der Kunst angewiesen. Bis zur Erfindung der Fotografie Ende des 19. Jahrhunderts finden wir vor allem über Höhlenmalereien, Skulpturen, Vasenmalereien und Gemälde bildhafte Aussagen zur Körperkultur. Im Verlauf der nächsten vier GymNess-Nummern reisen wir durch die ägyptische, griechische und römische Epoche. Wir lernen das Leben der Frühchristen kennen und versuchen uns in Farbe, Form und Aussage der romanischen und gotischen Kunst einzuleben. Wir betrachten die Bewegung und den Fluss in den langobardischen Flechtmustern und staunen über die Wiederbelebung einer bewegten Körperkultur in den Kunstdarstellungen der Renaissance.

Am Anfang der Betrachtung über die Geschichte der Gymnastik und des Tanzes wollen wir uns die Bedeutung dieser beiden Worte etwas genauer ansehen. Der Ausdruck Gymnastik entstammt dem griechischen ‚gymnos‘ und bedeutet ‚nackt‘. Knauers Lexikon sagt dazu:

1. Bei den alten Griechen Sammelbegriff für alle Leibesübungen.
2. Dient heute als Grundgymnastik bzw. Körperschule einer vielseitigen körperlichen Ausbildung, als Konditionsgymnastik, Grundlage und Bestandteil des Trainings aller Sportarten. Sie beruht auf anatomisch-physikalischen Erkenntnissen und fördert durch die Entwicklung der natürlichen, organischen Bewegung die körperliche Leistungsfähigkeit.
3. Als Krankengymnastik soll sie körperliche Mängel korrigieren oder verhüten.
4. Rhythmische Gymnastik gilt als Leibesübung zur harmonischen Körperbildung. Begründet wurde sie von Delsarte, Bode und Dalcroze. Nach dem 1. Weltkrieg entstanden zahlreiche Schulen, in denen verschiedene Richtungen gepflegt wurden, u. a. Isadora Duncan und Rudolf von Laban (ästhetische und tänzerische Bewegung in Verbindung mit Musik), Mary Wigman (Ausdruckstanz), Bode/Kallmeyer/Loheland (Ausdrucksgymnastik).

Zum Wort Tanz berichtet Knauers Lexikon folgendes: «Mit Gestik und Mimik verbundene rhythmische Körperbewegung,

durch die seelisch-geistige Vorgänge oder äusseres Erleben bildhaft ausgedrückt werden sollen, meist in Verbindung mit Musik.»

Mit dieser Zusammenstellung befinden wir uns mitten im Jonglieren mit Worten und Ausdrücken, die sich alle bemühen, das Wort Gymnastik in seiner Vielfalt zu umschreiben. Auch wird klar, dass der Begriff Gymnastik nicht vom Tanz abzutrennen ist; die Übergänge sind fließend.

Die Entwicklungen in Gymnastik und Tanz waren und sind geprägt worden durch Religion, Politik, Lebenseinstellungen, Ideen, Moralvorstellungen und vor allem im Westen auch durch Modeströmungen. Bewegungsstile befinden sich immer in einer Entwicklung und bleiben nie stehen, auch wenn sie sich manchmal in einer Richtung fortbewegen, die nicht neu ist.

Körperkultur und Tanz in der Urzeit

Eine gesicherte, schriftliche Überlieferung der Urgeschichte der Menschheit existiert nicht. Der prähistorischen Archäologie ist es jedoch gelungen, das Dunkel der frühen Zeitalter etwas aufzuhellen. Belegt durch Ausgrabungen und Höhlenfunde, konnten die Grundzüge der Menschheitsgeschichte herausgearbeitet werden. Gefunden wurden nebst Werkzeugen und Alltagsgegenständen auch Versteinerungen in Tier- und Pflanzenwelt sowie Kritzelungen und skizzenhafte Darstellungen an Höhlenwänden.

Die urgeschichtlichen Epochen:

- Paläolithikum (Altsteinzeit) 600 000 bis 10 000 v. Chr.
- Mesolithikum (mittlere Steinzeit) 10 000 bis 4 000 v. Chr.
- Neolithikum (Jungsteinzeit) 4 000 bis 500 v. Chr.

Der Mensch der Urzeit war der Wildrigkeit der ihm so feindlich erscheinenden Natur ausgesetzt. Um sich davor zu schützen und um seine Bedürfnisse zu decken, war er nebst dem Sammeln von Früchten und Wurzeln auch auf Fischfang und Jagd angewiesen. Bei der Jagd wird der Mensch festgestellt haben, dass seine Kräfte, seine Schnelligkeit und Gewandtheit oft nicht ausreichten, um dieses oder jenes begehrte Tier zu erlegen. Er machte die Erfahrung, dass er beim Nachsetzen schneller, beim Anpirschen gewandter, beim Kampf mit gefährlichem Jagdwild stärker sein musste. Das lässt die Schlüsse zu, dass er damit begann, seine körperlichen Fähigkeiten ausserhalb der Ernstsituation zu üben.



Bogenschütze im Laufsprung



Höhlenritzungen, Palermo, Italien (cg)

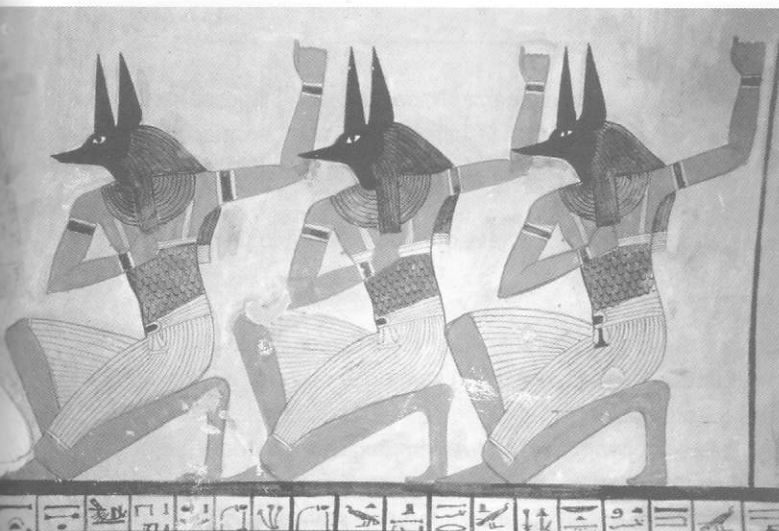
Auch der Tanz ist so alt wie die Menschheit selbst. In Tanzritualen wurden Geburt, Vermählung und Tod dargestellt. Durch Tänze wurden die Götter beruhigt und friedlich gestimmt. Der Tanz war Ausdruck dramatischen Geschehens, so etwa, wenn man die Götter um Jagdglück anflehte: Ein Tänzer stellte das Beutetier dar, die anderen mimten die Jäger, die die Beute erlegten

und im Tanz einen glücklichen Ausgang der Jagd zeigten. In steinzeitlichen Höhlen fand man bewegte Gestalten in die Höhlenwände eingeritzt. Tanzbilder von Bauernvölkern, zeitlich liegt dies etwa 8000 bis 5000 v. Chr., unterscheiden bereits Solo- und Gruppentänze. Beispiele davon finden sich in Frankreich, Spanien, im Vorderen Orient, in der Türkei sowie in Afrika.

Gymnastik und Tanz im alten Ägypten

In Ägypten ist das erste Volk des Altertums zu finden, das seine deutlichen Spuren hinterlassen hat. Die Kunst Altägyptens zieht sich über zweitausend Jahre hinweg (etwa 3000–1000 v. Chr.) und liefert uns im Raum um Kairo und in der ganzen Nilgendung eine Fülle von Informationen über die damalige Zeit in Form von Tempeln, Statuen, Grabstätten und Malereien.

Die ägyptischen Dynastien waren geprägt vom Glauben an die Götter. In den Überlieferungen zeigen sich die ägyptischen Gottheiten in statischer, bewegter bis sogar akrobatischer Haltung. Im ägyptischen Götterkult finden wir viele tänzerische Momente.



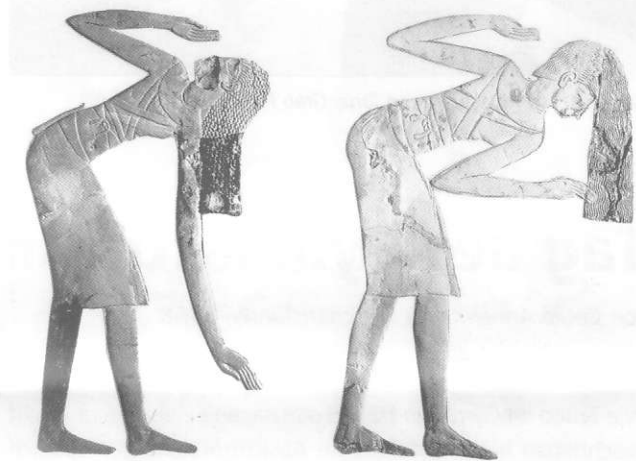
Tanzende Götter in einer Pose, welche Jubel und Freude ausdrückt, Handwerkergrab in Theben (cg)

Innerhalb des Totenkultes gab es die Totentänze. Man nimmt an, dass eine Gruppe von Tänzerinnen ruhig, würdevoll schreitend dem Toten das Geleit gab, um ihm den Übergang ins Jenseits zu erleichtern. Charakteristisch ist dabei die rautenförmige Armhaltung über dem Kopf.



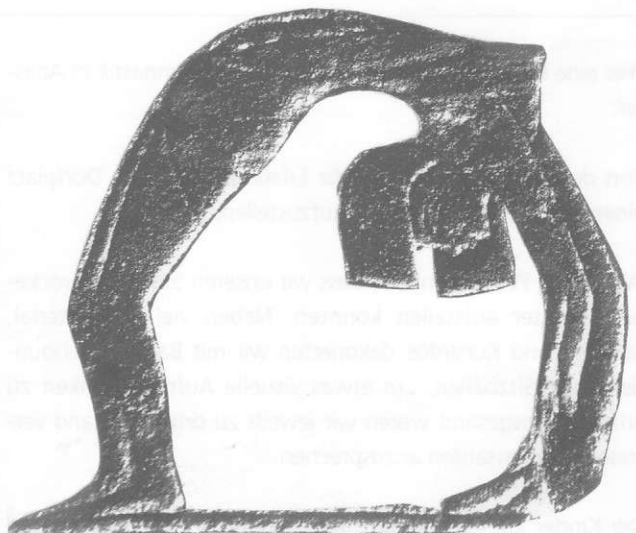
Ausschnitte aus dem Leichenzug im Grab des Ramose (cg)

Bewegungs- und Tanzinteressierte finden in altägyptischen Gräbern eine Fülle von tänzerischen Posen bis hin zu vollständig aufgezeichneten Tänzen, in denen die Bewegungen aufeinander folgend dargestellt sind. So kann der ganze tänzerische Ablauf erahnt und nachvollzogen werden.



Relief an einer Grabwand in Theben (cg)

Im Neuen Reich finden wir Darstellungen von Akrobatik, Wurf- und Fangspielen sowie Nahkampfszenen. Die Prinzenschulen des ägyptischen Reiches verfügten über eine Sportabteilung. Nebst allgemeinem körperlichem Training wurde auch der Nahkampf geübt.



Akrobatische Figur in Stein gemeißelt, Tempel von Karnak (cg)

Viele tänzerische Darstellungen werden auch in Verbindung mit Musik gezeigt. Weltberühmt geworden sind die tanzenden und spielenden Figuren aus dem Grab des Prinzen der Nacht.



Bankettszene mit Musik und Tanz, Grab Prinz der Nacht (cg)

Quellennachweis:

Lukas G., die Körperkultur in frühen Epochen der Menschheitsentwicklung (1)
Liechtenhan R., vom Tanz zum Ballett (2)
Weege F., der Tanz in der Antike (3)
Sorell W., Knaurs Buch vom Tanz
Lange K., Hirmer M., Ägypten
Fotos cg: Cornelius Grämiger

Folgendes Buch ist ab sofort erhältlich:

C. und Ch. Grämiger, Gymnastik und Tanz durch die Jahrtausende Teil 1, von der Urzeit bis zur Renaissance, Gymnos-Verlag Zürich, 64 Seiten, mit 80 Fotos
Fr. 45.– (Euro 30.–), zuzüglich Porto und Verpackung. Ergänzend dazu: CD-Rom für PC, Dauer: 82 Minuten mit total 935 Fotos, aufgeteilt in 16 Shows zu den einzelnen Kulturen Fr. 25.– (Euro 17.–), zuzüglich Porto und Verpackung.
Bestellung bei: Gymnastikberufsschule, Zürich
Tel. 044 252 53 30 Fax 01 252 53 31,
gymnos@bgb-schweiz.ch