

**MARION SCHMIDT**

## **Kreistänze - von meditativ bis exzessiv**

*„Den Alltag hinter sich lassen – loslassen – sich abgeben  
an Musik und Rhythmus – getragen von der gemeinsamen Kreisenergie.*

*Ich möchte mit Euch „Kreise ziehen“  
mit Tänzen aus verschiedenen Ländern  
im Wechsel von meditativer Ruhe und lebhafter Bewegung.*

*- Kreistänze mit und ohne Partnerinnenwechsel  
- Reihentänze ... in Spiralen ... Schlangenlinien ...  
- schwungvolle, kommunikative Paar-Kreistänze ... quer durch den Raum ...*

*Tanzerfahrung ist nicht erforderlich, aber Lust auf  
Spaß, Leichtigkeit und spielerisches Miteinander.“*

So kündige ich die Kreistanztermine an, die in der Schoko-Fabrik, dem Frauenstadtteilzentrum Berlin-Kreuzberg, stattfinden. Seit ca. sechs Jahren biete ich ein- bis zweimal monatlich Termine an, die offen sind für jede, die kommen möchte. Ich zeige Kreistänze, die leicht zu lernen sind, wo Freude miteinander und am Tanzen vor exakter Bewegungs- und Schrittausführung steht. Ich verstehe Tanz als Kommunikation und wünsche mir, die Lust an der Bewegung, mit sich, mit der Gruppe, mit der Musik, weiterzugeben. Mir gefällt am Kreistänzen die Leichtigkeit im Miteinander, sich aufgehoben, zugehörig zu fühlen im gemeinsamen Tun, Nähe und Körperkontakt zu spüren, ohne sich zu nah zu kommen, und in einer Zeit gesellschaftlicher Vereinzelung bzw. Paarfixierung selbstverständliche Gruppenbezogenheit zu erleben. An den Kreistänzen fasziniert mich immer wieder, wie jede einzelne zur Kreisenergie beiträgt und gleichzeitig von der Gruppenenergie getragen wird.

Ich tanze seit ich laufen kann, habe aber eine sehr schwierige Körper-, Bewegungs- und Sportgeschichte. Bis Anfang 20 war ich „zu dick“, „zu unbeweglich“, habe meinen Körper abgelehnt, Sport gehasst. Tanzen zieht sich als „roter Faden“ durch die Kindheit und Pubertät. Die einzige positive Schulsport-Erinnerung war eine Folkloretanz-AG, die für mich nichts mit Sport zu tun hatte. Wenn eine Bewegungsform „Sport“ hieß, erstarrte ich in Unsicherheit zu Unbeweglichkeit und Schwere. Sobald mir Bewegungen als „Tanz“ angeboten wurden, erlebte ich Beweglichkeit und Leichtigkeit, die ich mir vorher nicht hätte vorstellen können.

Ende der 70er Jahre gab es in Berlin eine deutsch-französische Folkmusikgruppe „Hampelmuse“, die auf Straßenfesten Livemusik machte und mit Tanzanimation viele Leute in kurzer Zeit zum Tanzen brachte. Das faszinierte mich sehr, so dass ich kaum eine Gelegenheit ausließ, dort mitzutanzten. Wie mir ging es auch einigen anderen TänzerInnen und glücklicherweise auch MusikerInnen, und so fand sich eine lose Gruppe zusammen, die sich regelmäßig traf, miteinander musizierte, tanzte und je nach Zusammensetzung sich neue Tänze zeigte. Es war eine sehr lebendige Zeit. Außer Kreisen, Spiralen, Reihen, Schlangen, Quadraten und vielen Paarkreistänzen mit PartnerInnenwechsel tanzten wir auch Paartänze wie Polka, Rheinländer, Mazurka u. a. Meist tanzte ich in der führenden Rolle, da Frauen in der Mehrzahl waren und führende Frauen in der Minderheit. In dieser Zeit entwickelte ich ein positiveres Körper- und Bewegungsgefühl, mein Selbstbewusstsein als Tänzerin stieg. Mein Interesse an anderen Tänzen nahm zu. Das Tanzschultrauma

meiner Pubertät („Mauerblümchen“ „Wenn mich schon mal einer auffordert, dann kann er nicht tanzen!) war mit meiner Fähigkeit, selbst die Führung zu übernehmen, verschwunden.

Meine Entwicklung zum „Standardtanz“ lief parallel zu meinem lesbischen Coming-Out. Ich fand „zufällig“ eine Frauenstandardtanzgruppe, die sich als Lesbentanzgruppe herausstellte und mir zu einer neuen „Heimat“ wurde. Es gab damals in Berlin noch keine Paartanz-Frauen-Szene, geschweige denn feministische Tanzlehrerinnen. In dieser Zeit wurde in Kreuzberg eine Schokoladenfabrik von Frauen besetzt. Dort entstand unter anderem eine Sport-Etage, in der wir 1986 begannen, für Frauen Paar-Tanzkurse anzubieten. Endlich gab es einen Raum, in dem Frauen miteinander Tanzen lernen konnten! In den Kursen gaben wir nicht die festen Abläufe unserer Tanzlehrerinnen weiter, sondern ließen auf Grundsritten aufbauend Platz für Individuelles und Improvisation. Vor allem der Rollenwechsel war/ist uns ein Anliegen. Jede Rolle (Führen oder sich führen lassen) hat besondere Qualitäten. Wir fanden es immer wichtig, dass Frauen sich nicht auf eine Rolle festlegen. Wir haben zu allen Tänzen Figurenvarianten entwickelt, die auch einen „fliegenden Rollenwechsel“ während des Tanzens ermöglichen (vgl. Claudia NEIDIG und Anette MEEUW in diesem Buch). Im Vordergrund steht nicht die exakte Form, sondern das Miteinander, das Gefühl zu sich, zur Partnerin und zur Gruppe. Die Betonung liegt auf Freude und Spaß, mehr als auf Perfektion. Aber nicht umsonst heißen diese Tänze „Standardtänze“. Wir haben viele Bilder in uns, mit denen wir vergleichen. Es sind Bilder von schönen, schlanken, sportlichen, ewig strahlenden Frau-Mann-Paaren, die Perfektion verkörpern.

Ich tanze nach wie vor gerne Paartänze und genieße es, auch komplizierte Figuren zu tanzen. Ich beobachte jedoch mit Skepsis, dass mit zunehmender Ausweitung der Paartanzkurse die Schere zwischen den Frauen, die mehr können und den Anfängerinnen immer größer wird. Wenn wir diese Unterschiede ohne Bewertung nebeneinander stehen lassen könnten und Leistung als individuelle Größe betrachten würden (vgl. WINDHOFF 1993, 194), fände ich es unproblematisch, aber leider ist das oft nicht der Fall. Mit Erschrecken habe ich festgestellt, dass sich Anfängerinnen auf Bällen nicht auf die Tanzfläche trauen, auf der zunehmend immer mehr fortgeschrittene Paare tanzen. Wie können wir anders mit Konkurrenz und bewertendem Vergleichen umgehen?

Während des Paartanzunterrichts versuchen wir, meine langjährige Mittanzlehrerin und Freundin, Brigitte Garten, und ich schon lange, Paarkonstellationen spielerisch aufzulösen, um das Gruppen- und Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln, zu stärken. Wir unterrichten alle Grundsritte und viele Figuren im Kreis. So tanzen wir z.B. einen Foxtrott-Kreistanz. Ebenso beziehen wir den einen oder anderen Kreistanz (z.B. Rosenwalzer) in den Unterricht mit ein. Bei manchen Tänze, z.B. Samba, regen wir an, zu dritt oder zu mehreren zu tanzen.

Mit meinem Coming-Out hatte ich mich von der heterosexuellen Folkloreszene verabschiedet. Ich war glücklich, nur mit Frauen tanzen zu können, und, wenn ich in der führenden Rolle tanzte, keine Sonderrolle mehr zu haben. 1991 besuchte ich in der Frauenbildungsstätte Anraff ein Lesbensommercamp und habe mit vielen Lesben, von Birgit Wehnert angeleitet, nach vielen langen Jahren wieder Kreistänze getanzt. Die Tänze auf der Wiese haben mich sehr berührt, alte Erinnerungen und Gefühle kamen hoch, und ich war entschlossen, mir in Berlin eine Möglichkeit zu schaffen, mit Frauen Kreistänze zu tanzen. Ich bot in der Schoko-Fabrik einen Wochenendkurs an und war überrascht und erfreut, dass in dieser hektischen Stadt viele Frauen durch ihr Kommen und begeistertes Tanzen mein Konzept unterstütz-

ten. Es entstand die Idee, regelmäßig einen zweistündigen offenen Termin, d.h. ohne vorherige Anmeldung anzubieten.

Ich biete bewusst Tänze an, die ohne tänzerische Vorbildung zu erlernen sind. Der Kreistanz bietet die Möglichkeit, sich in sicherem Rahmen in Bewegung zu erleben, alle machen die gleiche Bewegung zur gleichen Zeit. Mir geht es darum, Bewegungslust zu wecken und zu erhalten und nicht, exakte Bewegungsformen zu reproduzieren. „Der Tanz ist zum Tanzen da – nicht zum Üben.“ (SCHMOLKE 1979, 130) Ich möchte keine fortlaufende, feste Gruppe, die immer „besser“ wird. Ich möchte vermitteln, dass es nicht darum geht, immer kompliziertere Tänze zu lernen, sondern zu tanzen. Ich wünsche mir das gemeinsame Tun, Erfahrung des Miteinander, der Gemeinschaft. In den Kreis kann sich jede leicht einreihen. Da Rollen auch bei Paarkreistänzen nicht benannt werden, gibt es kein: „Ich kann nicht führen“ bzw. „kann mich nicht führen lassen“. Die Tänze leben von der Wiederholung, vom Wiedererkennen und von der Lust, eine bestimmte Energie zu erleben. Je leichter die Schritte sind, desto mehr Aufmerksamkeit kann die Einzelne auf sich richten – nach innen – bzw. auf den Kreis, die anderen, den Raum, die Bewegung im Raum wahrnehmen. Die individuelle Bewegungserfahrung bekommt eine andere, neue Qualität in der Verbindung, sich mit anderen zu erleben. Mein Anliegen ist es, Tänze so auszuwählen und zu vermitteln, dass immer wieder neue Frauen dazu kommen können und alle im Kreis Spaß und Freude behalten, d.h. Tänze so anzuleiten, dass die einen nicht unter-, die anderen nicht überfordert sind. Viele Tänze „vertragen“ es, wenn einzelne Schrittkombinationen nicht ganz richtig getanzt werden, so dass auch Frauen, die einzelne Passagen nicht schnell und sicher tanzen, bei anderen Teilen doch wieder mit allen anderen zusammen sind. Beispiel: Im Tanz „Die Weise und die Närrin“ tanzen wir die Wege, die die Weise und die Närrin von Palme zu Palme zurücklegen. Auch wenn wir auf dem Weg der Närrin einen falschen Schritt machen, treffen wie uns alle an der „Palme“ wieder.

Mich fasziniert am Kreistanz das Kommunikative, die Erfahrung von Miteinander, sich eingebunden zu fühlen, sich tragen zu lassen, sich mitreißen zu lassen und Kraft zu schöpfen aus der gemeinsamen Energie. Mir gefällt die Gleichzeitigkeit von „aktiven“ Tun und sich „passiv“ einem Gruppengeschehen hinzugeben, das mehr ist als das Tun der einzelnen: sowohl Lernen, Arbeit leisten, Bewegung ausführen, entscheiden, den Tanz gestalten als auch vergessen, sich selbst vergessen, etwas geschehen lassen, sich hingeben, ergreifen lassen, getragen werden. „Wenn ich es zulasse, geschieht durch die Bewegung, den Tanz etwas, was nicht machbar ist. Durch das Ergreifen und das Ergreifenlassen entsteht das Begreifen.“ (LANDER/ZOHNER 1987 , 20)

Kreistänze bedeuten Erfahrung von zyklischer Zeit. In unserer hektischen Welt mit ihrer linearen zielgerichteten Zeiterfahrung bedeutet Kreistänzen, bestimmte Energien in der Wiederholen entstehen zu lassen. Der Kreis ist eine unendliche Linie, ein Raumweg, der sich immer wiederholt. Weder im Raum gibt es ein Ziel noch im Tun. Die Tanzenden wollen nicht „mehr“ erleben, sondern immer wieder das Gleiche, die gleichen Bewegungen, die gleiche Energie.

Bei der Weiterentwicklung einer feministischen Tanz- und Bewegungskultur geht es mir nicht darum, fertiges Wissen weiterzugeben, sondern dem Leitsatz „Der Weg ist das Ziel“ zu folgen, d.h. immer wieder die eigene Position als Anleitende zu hinterfragen, im Kontakt, im Austausch mit Teilnehmerinnen und anderen Anleitenden. Ich habe in meinen Kreistanz-Kursen einen Wissensvorsprung, den ich weitergeben möchte, ich biete einen Raum an, damit Frauen Erfahrungen miteinander machen können, ich strukturiere vor, will aber Platz lassen für konstruktive Kritik, wünsche mir Gegenseitigkeit und gemeinsame Verantwortlichkeit. Ich möchte flexibel sein,

auf Wünsche reagieren, offen sein für Ideen, Tänze zu verändern und sie den aktuellen Bedürfnissen der Gruppe anzupassen. Ich befinde mich auf der Gratwanderung, Vorgaben machen zu wollen/zu müssen und gleichzeitig offen zu sein dafür, diese zu verändern.

Wichtig finde ich es als Tanzlehrerin für Frauen, mir über die Lebensrealität, insbesondere Unterdrückungserfahrungen, von Frauen bewusst zu sein, vor allem, welche Auswirkungen z.B. sexuelle Gewalterfahrungen, Schönheitsnormen und die Konkurrenz unter Frauen das Körper-, Bewegungs- und Tanzverhalten haben können (vgl. BISCHOFF 1993; PALZKILL/SCHIEFFEL/SOBIECH 1991). Ebenso wichtig ist es als Tanzlehrerin, die eigene Tanz- und Bewegungsgeschichte hinsichtlich dieser Punkte zu hinterfragen, sich der eigenen Wertmaßstäbe bewusst zu sein und diese nicht unkritisch auf Tanzschülerinnen zu übertragen. Beispielweise gehört zu meiner Tanz- und Bewegungsgeschichte die Leistungsverweigerung, die Unsportlichkeit, die Verweigerung für andere schön (schlank) zu sein. Ich verstehe Tanz mehr als Kommunikation und gesellschaftliches Ereignis denn als „Sport“.

Wichtig für eine feministische Tanzpädagogik ist die Auseinandersetzung mit der Sprache. Ich möchte, dass sich die Teilnehmerinnen in meinen Kursen als Frauen explizit angesprochen fühlen können. Es ist mir ein Anliegen, Frauenbezogenheit und –parteilichkeit zu vermitteln und eine wertschätzende Atmosphäre zu fördern. Manche Kreistänze lassen sich leicht umbenennen, z.B. von „Der Weise und der Narr“ zu „Die Weise und die Närrin“. Auch versuche ich darauf zu achten, frauenverachtende, abwertende Bilder und Inhalte von Kreistänzen nicht zu reproduzieren. Paarkreistänze zeige ich so, dass in einer führenden Rolle gar nicht erst ein „Mann“ assoziiert wird, z.B. beim Rosenwalzer die Rollen als „die Andere, die Eine“ zu benennen, oder „die Rechte, die Linke“ oder „die Sonne und die Mondin“ etc.

Es ist mir ein Anliegen, individuelle Raum- und Distanzbedürfnisse ernst zu nehmen. Kreistänze ermöglichen Nähe und Körperkontakt, der bezogen ist, aber nicht so eng wie beim Paartanz wird. Das Kreistänzen ist eine Möglichkeit, gleichzeitig die eigenen Grenzen zu wahren und Kontakt und Berührung einzugehen. Beispielsweise wollte ich bei einem Paarkreistanz eine Alternative zur rollenspezifischen Paartanzhaltung anbieten. Bei der von mir vorgeschlagenen Lösung rief eine sonst eher stille Frau: „Das ist mir zu nah!“. Ich war froh, dass sie sich so spontan äußerte, weil dies ausdrückt, dass es in meinem Kurs Raum für diese Kritik gibt. Ziemlich leicht fiel uns allen eine Lösung ein: eine Tanzhaltung, die genügend Platz lässt und gleichzeitig meinem Wunsch nach „Gleichberechtigung“ gerecht wurde.

Ich beginne die Tanztermine meist mit einem Tanz, bei dem alle „eingesammelt“ werden. Diejenigen, die schon da sind, können tanzen, die anderen können sich mit dem Ankommen und dem Umziehen Zeit lassen und sich dann einfach einreihen. Hand in Hand erkunden wir – Kreise, Schlangenlinien, Spiralen tanzend – den Raum und nehmen Kontakt zu den anderen Frauen auf. Hierbei sind schon viele Kreistanzelemente vorhanden.

Meine wichtigsten methodischen Grundsätze sind:

- Vormachen – Nachmachen
- So wenig Worte wie möglich verwenden (bei Schritterklärungen)
- Möglichst viel mit Musik unterrichten (ggf. singen)
- Kleine Sequenzen üben (nicht gleich die gesamte Schrittabfolge)
- Sprache als rhythmische Begleitung (nicht zählen!)

Die wichtigste Methode, die leider nicht auf alle Tänze anzuwenden ist, ist „Vormachen – Nachmachen“. Am liebsten sind mir Tänze, bei denen ich ohne Worte auskomme, deren Bewegungen so leicht nachvollziehbar sind, dass ich sie nur vorzumachen brauche und alle gleich mittanzen können. Ich versuche, nur soviel zu erklären, wie irgend nötig. Je deutlicher ich selbst tanze und je vertrauter mir der Tanz ist, desto besser weiß ich, wo „Stolperstellen“ sind. Und brauche die Bewegung nur dort mit wenigen Worten zu begleiten.

Sehr wichtig ist mir, soviel wie möglich mit Musik zu unterrichten, weil ich davon ausgehe, dass Musik das Lernen erleichtert, die Bewegung trägt. Wenn die Originalmusik zu schnell ist, zeige ich Bewegungen erst im halben Tempo oder begleite die Schritte mit Gesang, der im gewünschten Tempo gesteigert werden kann. Das Singen wird von vielen Frauen begeistert mitgetragen. Es geht nicht darum, besonders schön zu singen, auch unfreiwillige „Mehrstimmigkeit“ ist erlaubt. Wichtig ist, dass wir unsere Bewegungen rhythmisch begleiten, den Zusammenhang von Musik und Bewegung erfahren. Ich „zerlege“ die Kreistänze in einzelne Sequenzen, die ohne viel Erklärung gleich zur Originalmusik getanzt werden können, so dass einzelne Teile einen ständigen Kreistanz ergeben. Dann folgt die Zusammensetzung der Sequenzen, die vorher getanzt wurden; so ergibt sich der vollständige Tanz.

Ich nehme gerne rhythmische Sprechbegleitung zur Hilfe, z.B. wenn Bewegungen unübersichtlich werden, wie es bei Paarkreistänzen häufiger der Fall ist, da die Anordnung der Tänzerinnen im Raum ständig wechselt. Mir ist es sehr wichtig, nie Schritte zu zählen, weil ich finde, dass das Zählen den Tanzfluss behindert. Ich versuche, mir für die Tänze rhythmische Verse auszudenken, die die Bewegungen unterstützen und illustrieren.

Beispiel:

Zu-ein-an-der-/Von-ein-an-der-/Und-die-Sei-te-/wech--- seln---/  
Zu-ein-an-der-/Von-ein-an-der-/Und-die-Ei-ne-/dreht- - - - - /

Als Abschluss eines Kreistanztermins wähle ich nie einen komplizierten, sondern einen leichten Tanz, am besten einen „Hit“, den alle lieben.

Es macht mich unzufrieden, dass ich über viele Tänze und ihre Hintergründe nicht genug weiß. Tänzerinnen, von denen ich gelernt habe, konnten über die meisten Tänze wenig sagen. In Tanzbeschreibungen findet sich oft nur ein Hinweis auf das Land, aus dem die Tänze kommen. Selten gibt es Übersetzungen der Titel oder der Liedinhalte, noch seltener eine Aussprachehilfe, geschweige denn eine Erwähnung des sozialen Umfeldes bzw. zu welchem Anlaß die Tänze getanzt wurden. Ich denke, es ist kein Zufall, dass Wissen über diese „internationalen Folkloretänze“ so schwer zu finden ist, vielmehr gehe ich davon aus, dass es ein Ausdruck der dominanten westlichen rassistischen Gesellschaft ist, in der wir leben. Es ist das gleiche Phänomen wie bei deren „Kulturgütern“ (z.B. Weltmusik). Wir eignen uns an, was uns interessant erscheint, und damit verschwindet der Kontext.

Ich lebe mit dem Widerspruch, diese Vereinnahmung von Kreistänzen weiterzutragen und möchte gleichzeitig nicht aufs Tanzen verzichten. Ich versuche damit umzugehen, indem ich auf der Suche bin nach Informationen, offen bin für Anregungen, Kritik und Austausch.

## **Literatur**

- DOORN-LAST, Femke van: Volkstanz lehren und lernen. Wolfenbüttel 1985.
- BISCHOFF, Susanne (Hgin): ... auf Bäume klettern ist politisch. Hamburg 1993.
- LANDER, Hilda Maria / ZOHNER, Maria-Regina: Meditatives Tanzen. Stuttgart 1987.
- PALZKILL, Birgit / SCHEFFEL, Heidi / SOBIECH, Gabriele (Hginnen): Bewegungs(t)räume. München 1991.
- SCHMOLKE, Anneliese: Volkstanz – ein Mittel tänzerischer Erziehung. In: Bünner, Gertrud / Röthig, Peter (Hginnen): Grundlagen und Methoden rhythmischer Erziehung 1979, 123 – 139.
- WINDHOFF, Eva: Über Grenzen hinausgehen. Fragen an Lesben zum Thema Leistung in der feministischen Bewegungskultur. In: Bischoff, Susanne (Hgin) 1993, 192 – 198.

## **Danksagung**

Ich danke meiner Freundin Katharina Eberstein für ihre liebevolle Unterstützung sowohl beim Kreis-Tanzen als auch beim Schreiben dieses Artikels. Die vielen Gespräche mit ihr, halfen mir sehr, meine Ansätze im Kreistanz zu erkennen und zu formulieren.