

## **A** Yu und die Faszination des Butoh

Als ich den Butoh kennenlernte, fühlte ich mich, als würde ich nach Hause kommen.

Ich tauchte ein in eine Welt, die mir so vertraut war, als hätte es nie etwas anderes gegeben. Hier fand ich sämtliche gelebte und ungelebte Facetten meines Lebens und darüber hinaus Berührung mit Dimensionen, die weit über mein bisheriges Spektrum hinausgingen.

Ich tanzte und tanzte, ohne viele Fragen über den Butoh selbst zu stellen. Ich hatte nichts darüber recherchiert. Dieser Tanz hatte bereit gestanden und auf mich gewartet. Er breitete seine grossen Gewänder aus und nahm mich mit einer unendlichen Bedingungslosigkeit in seine Universen auf. Ich musste nichts erreichen, ich war schon alles. Ich war Menschenskind, Natur und Wunder des Lebens selbst, ich war Tod und Geburt und alles, was sich dem sehenden Auge verbirgt, ich war Emotion und grosse Dimension, war Enge, war Weite, war jede Form des Ausdrucks. Ich wurde erlöst.

Ja, ich wurde erlöst – aus der Begrenztheit meiner Herkunft und Erziehung, aus der Trance meiner Verstrickungen und der Härte meiner Verurteilungen, aus so vielen zahlreichen Täuschungen meines Geistes. Ich fand die Freiheit, über unser gesellschaftliches Denken hinaus zu gehen und zu erfahren, wie tief geprägt wir sind und wie sehr unsere Kultur den Kern des Lebens abzulehnen gelernt hat.

### **Was ist Freiheit?**

Was ist Freiheit? Diese Frage beschäftigte mich über so viele Jahre und ich wollte sie erforschen so gut ich konnte.

Dieser Tanz hat mir zu einem grossen und durchscheinenden Geist verholfen. Er hat mich Vertrauen gelehrt und Gespür. Er hat mir geholfen, eine Ordnung zu erkennen in all unserer Viel-Dimensionalität, in der wir als Menschen hier sind. Er hat mir Wege gezeigt, mich besser zu recht zu finden.

Es war meine Form der Meditation, meine Gelegenheit, das Leben vollkommen neu zu begreifen, mein Lebensmeister.

Und mit der Zeit erfuhr ich dann mehr über die Pioniere dieser expressiven Ausdrucksform.

Der Butoh ist ein Lebenstanz. Ursprünglich war er Antwort war auf den Verlust einer Kultur, auf ein tot gemachtes Prinzip des Lebens, welches nur ein Krieg in der Lage ist zu überschütten und zu zerstören.



So hatten japanische Künstler in den 1960ern den Mut bewiesen, sich der zertrümmerten, überrollten und erstickten Lebendigkeit einer ganzen Kultur zuzuwenden und dabei keinen Schritt auszulassen. Diese Künstler, allen voran Tatzumi Hijikata, drangen mit Radikalität direkt in die Tiefe vor und zeigten den Zuschauern statt schöner annehmlicher Konsumkunst, den schreienden Abgrund des Verdrängten und Unterdrückten. Es war ein Befreiungsschlag, ein Aufbruch und Umbruch, der ein polarisiertes Publikum begeistert oder entsetzt aushalten – oder nicht aushalten liess.

Dieser Butoh in seiner Ursprungsform ist jenseits aller Normen, er bellt, er schreit, er blutet und kotzt, ja, er ist eindringlich, schrecklich und

furchteinflössend. Man will nicht hinsehen. Und genau darum geht es.

Ich war froh, dass ich im Vorfeld davon nichts gewusst hatte. Ich war offen und wach da hinein gesprungen und irgendetwas hatte mich genau in dieser Radikalität berührt und abgeholt. Heute verstehe ich besser, warum er in meinem Leben zum erlösenden Element wurde. Die meiste Zeit meines Lebens hatte auch ich auf einem Fass von Repression gesessen. Ich hatte nicht verstanden, welches gute Kind aus mir gemacht worden war. Und je länger die Angepasstheit zum Paradigma wurde, desto grösser das Bedürfnis, die Mauern einzureissen und ein wahrhafteres Angebot des Lebens zu entdecken.

Nicht zuletzt bin ich die zweite Generation eines Landes, dem es ähnlich ergangen war wie Japan – auch meine Vorfahren hatten die Erfah-

rung gemacht, wie es ist, wenn alles Leben am Boden zerschlagen wurde. Vom Überleben ins Leben – dieses Unternehmen war die Aufgabe meiner Eltern. Meine Elterngeneration wurden zu Wunderzauberern des wirtschaftlichen Aufbaus – keine Zeit für Aufarbeitung, so nah das Geschehen, dass es in die unerreichbarsten Winkel des Verdrängens verbannt wurde.

Und so staunte ich mehr und mehr, in welcher Weise sich die Erfahrungen über die Generationen hinaus fortsetzen – von meinen Grosseltern und deren Eltern hinein in mein modernes Leben. Und so hatten mich all die ungesehenen Schatten zum Sklaven meiner selbst gemacht. Wievielt Kraft es kostet, das Unerwünschte unten zu halten, das wahre Gesicht hinter einer einseitigen und bewegungslosen Maske verborgen zu halten! Oft war mir das Leben nicht lebenswert erschienen. Ich hatte nicht nur einmal aufgegeben – um wenig später eine Chance von Veränderung anzustossen, indem ich radikale Lebensbrüche inszenierte. Diese Massnahmen hatten mich vieles gelehrt, aber ich konnte diese Ausbrüche selbst nicht verstehen.

In der Zeitlupe, der Langsamkeit des Butoh, begann ich endlich zu begreifen.

## Der Saft des Lebens

Ich hatte immer geahnt, dass der Saft des Lebens zu fließen beginnt, wenn wir als Menschen Bedingungslosigkeit erfahren, wenn wir grösser sein dürfen als unsere Person und Funktion, wenn wir im Leben ein Resonanz-Gefäss erhalten, was uns nicht auf ein minimales Mass unserer Selbst einschränkt. Wenn wir darüber hinaus nicht mehr dem Abbild einer furchtvollen Umwelt entsprechen wollen – um unbedingt geliebt zu werden, dann beginnen wir endlich uns selbst zu lieben.

Die Furchtlosigkeit des Butoh ist mir Wegweiser geworden und Grundlage meiner Sicht auf das Leben.

Über einige Jahre hinweg habe zahlreiche Gelegenheiten erhalten, verschiedensten Menschen diese Meditation anzubieten.



## Mehr als ein Konzept

Die unvoreingenommene und undogmatische Herangehensweise des Butoh eröffnet jeweils einen Raum der Selbstermächtigung, in dem es um mehr geht als um ein Konzept.

Ich selbst bin stets staunender Begleiter, bin Zeuge, wenn sich sofortiger Zugang zu den eigenen Ressourcen und Weisheiten eröffnet. Wenngleich im therapeutischen Kontext erprobt, entzieht sich diese Bewegungsmeditation für mich einem jedem Konzept von Therapie. Der Körper in seiner unbestreitbaren Natur und der grossen Genialität des Lebens selbst, gibt uns Antwort auf die Fragen, die wir stellen. Mir ist bewusst, dass wir in der Tiefe Ungesehenes berühren und wach rufen können. Sind wir bereit, uns dem zu stellen? Achtsamkeit, Verantwortungsbewusstsein und gute Beobachtung sind für mich unverzichtbare Begleiter. Ein therapeutisches Netzwerk im Hintergrund mache ich dann geltend, wenn sich etwas auftut, was weitere fachkundige Begleitung erfordert.

In der Regel zeigt sich nur, wofür der Raum in diesem Moment tatsächlich offen ist.

Ich habe den Butoh-Tanz in zweiter Generation von meiner Lehrerin Susanne Daepfen vermittelt bekommen, die ihrerseits von den Tänzern Kazuo Ohno und Eiko & Koma initiiert und inspiriert worden war. Susanne widmete diese Ausdrucksform allen Aspekten des Seins, nicht nur dem Dunklen.

Für mich ist Butoh zu einem Lebens- und Forschungsinstrument geworden.

Mit den zahlreichen Erfahrungen eines bewegten Lebensweges, Erfahrung in der Anwendung im therapeutischen Kontext, mit freiem Tanz und Ausdruck und ausgiebiger Auseinandersetzung



mit Leben und Sterben und mit dem regelmässigen Vermitteln von Meditation, ist der Butoh zu einer eigenen Kreation geworden, der ich den Namen „Yu“ gegeben habe.

## Yu

Yu ist Körpermeditation und umfasst ein weitreichendes Angebot an Lebensforschung- und Reflexion, Bewusstseinsarbeit, Heil- und Transformationspotential. Ein vorbereitendes Gespräch kann die Richtung vorgeben und Voraussetzungen klären.

Yu widmet sich dem Leben selbst und ist offen für alle Arten von Menschen, genauso wie für verschiedene Formen, Inhalte und Herangehensweisen. Klar ist – wir gehen immer genau von dort los, wo wir gerade im Leben stehen.

Wir fühlen, lachen, weinen, staunen und lernen. Und egal, wo es uns hinführt, immer führt es uns in die wache Präsenz.

