

Rolf Elberfeld¹

Ästhetik des Atmens

Abstract

While in the Western culture many contemporary philosophers focused their attention on perception, the experience of breathing has been developed in various traditions of Asia. The importance of these cultures of breathing has not been sufficiently studied, even if many practices such as judo, taijiquan, or yoga are quite popular. In this essay some aspects of traditional and contemporary arts are analyzed in order to shape an aesthetics of breathing in China and Japan.

Keywords

Breathing, Painting, Theatre

1. Einleitung

Atmen ist einerseits eine unwillkürliche und zumeist unbewusste Handlung, die notwendig ist, um unser körperliches Überleben zu sichern. Andererseits kann Atmen aber auch in extrem vielfältiger Weise bewusst gesteuert und kultiviert werden. Atmen ist somit ein Vollzug, der zwischen Natur und Kultur angesiedelt ist. Zwei der wichtigsten Kultivierungsformen des Atmens für den Menschen sind das Sprechen und das Singen. Beide Tätigkeiten würden ohne das Atmen nicht möglich sein. Obwohl dies so ist, wurde in der philosophischen Ästhetik in Europa das Atmen bisher so gut wie nicht beachtet. Anders ist dies in den alten Ansätzen der Ästhetik in Ostasien. Nicht nur in der Schreibkunst und Tuschmalerei, sondern auch im Theater und in der Musik gilt hier das Atmen als eine zentrale ästhetische Kategorie, die häufig den Sinn der jeweiligen Kunst erst erschließt. Es gilt somit eine Ästhetik des Atmens zu entwerfen, die es ermöglicht, auch

¹ elberfeld@uni-hildesheim.de. Aufgrund seiner auf internationaler Ebene wichtigen Arbeiten der Autor dieses Artikels war eingeladen, einen Beitrag über das Thema dieses Heftes zu schreiben.

die ästhetischen Praktiken in den Kunsttraditionen Europas neu zu beschreiben.

Durch das Atmen stehen wir alle *immer* in Beziehung zu unserer Umwelt. Wir atmen das, was uns umgibt in uns ein. Das, was wir einatmen ist nicht nur die Luft. Wir atmen auch Staub, Flüssigkeit, Bakterien und vieles mehr in uns ein. Das, was wir ausatmen ist vermischt mit dem, was sich in unserem Körper befindet. Vor allem in Räumen mit vielen Menschen stehen wir über das Atmen in intimem Austausch. In diesen Situationen kann uns die Luft fehlen, sodass wir ins Freie drängen. In jeder Situation reagieren wir durch die Weise, wie wir atmen. Das Atmen ist ein Spiegel der Situation, in der wir uns befinden.

Das Atmen spiegelt aber nicht nur die Beziehung zu allem, was uns umgibt. Es spiegelt auch unser sinnliches Wahrnehmen, unsere Körperprozesse, unsere Gefühle und auch unsere Gedanken. Hören wir eine Musik, die uns tief berührt, so verändert sich unser Atmen. Ist unser Blutkreislauf gestört, so verändert sich unser Atmen. Fühlen wir tiefe Trauer oder große Freude, so verändert sich unser Atmen. Denken wir intensiv nach, so verändert sich auch dabei unser Atmen. Unser Atmen – genauer betrachtet – unterläuft die Unterscheidung von Physiologie und Psychologie, von Leib und Seele. Im Atmen schlägt Bedeutung in einen körperlichen Vollzug um und ein körperlicher Vollzug in Bedeutung. Dies wird auch von neueren medizinischen Untersuchungen bestätigt: "Die Atmung erwies sich als hoch sensitiver physiologischer Parameter, der sowohl mit objektiven Anforderungen (Motorik) wie auch mit subjektiven Befindlichkeitseinschätzungen in Beziehung stand" (Danusa-Nideröst 2001: 9).

Atmen steht aber nicht nur in dauernder Resonanz zu allen gerade benannten Prozessen. Durch das Atmen können all diese Prozesse auch intensiv verändert oder beeinflusst werden. Bereite ich mich auf einen Konzertabend durch eine längere Atemmeditation vor, so werde ich die Musik anders hören. Habe ich über längere Zeit mein Atmen geübt und beruhigt, so wird sich mein Blutkreislauf anders verhalten. Habe ich gelernt, meinen Atem bewusst zu führen, so können intensive Gefühle anders erlebt werden. Selbst mein Denken wird sich durch die Kultivierung des Atmens verändern. Mein Atmen steht somit in ständiger Wechselbeziehung zu allen Situationen, in denen ich mich befinde. Ob ich dabei diese Situationen durch mein geübtes Atmen gestalten kann oder nicht, ist eine Frage der Kultivierung des Atmens. Habe ich mein Leben verbunden mit einer *Kultur des At-*

mens, so ist es möglich, das Atmen aktiv in alle Handlungen einzubeziehen. Wenn dies nicht der Fall ist, so bin ich mehr oder weniger den Reaktionen meines Atems ausgeliefert. Dies wird z.B. deutlich, wenn ich in mündlichen Prüfungen oder Vorstellungsgesprächen weder mein Atmen noch meine Nervosität in irgendeiner Weise beeinflussen kann. Wurde das Atmen über längere Zeit geübt, so ist man in vielen Fällen nicht so leicht aus der Fassung zu bringen. Dies hängt damit zusammen, dass ein ruhig geführtes Atmen eine andere Art von Aufmerksamkeit erzeugt. Ein ruhig geführtes Atmen bringt eine Fokussierung des Körpers hervor, so dass beispielsweise Gefühle aufmerksamer in ihrer Entstehung und Wirkung erfahren werden können. Diese Wirkung des Atmens kann einerseits für ethische Fragen wichtig werden (vgl. Škof 2012), sie kann aber auch im Rahmen der Ästhetik eine zentrale Rolle spielen.

Wie allgemein bekannt, haben sich in verschiedenen Traditionen Asiens *Kulturen des Atmens* entwickelt, von denen beispielsweise Yoga, Taiji oder Judō auch im Westen inzwischen große Verbreitung gefunden haben. Die Bedeutung dieser *Kulturen des Atmens* für die Religionen, das Zusammenleben der Menschen und die Entwicklung der Künste in Asien ist noch lange nicht ausreichend untersucht worden. Ich werde mich im Folgenden nur darauf beschränken, Aspekte für eine *Ästhetik des Atmens* in China und Japan zu benennen.

2. Das Wortfeld 氣 (qi/ki) im Chinesischen und Japanischen

In der alten chinesischen Sprache hat sich ein Wort bzw. ein Zeichen entwickelt, das ursprünglich auch das Wort Atmen bezeichnet hat. Viele sind heute auch im Rahmen der westlichen Sprachen mit Ausdrücken wie dem chinesischen *Qigong* oder dem japanischen *Aikidō* vertraut. In dem chinesischen Ausdruck *Qigong* 氣功 ist das erste Zeichen *qi*, das in japanischer Lesung *ki* (*Aikidō* 合氣道) lautet. Dieses Schriftzeichen ist eines der beziehungs- und bedeutungsreichsten der chinesischen und japanischen Sprache überhaupt. Die Verwendungsgeschichte reicht über drei Jahrtausende zurück.

Das Konzept *qi* [...] gehört neben *dao*, *yin* und *yang* zweifellos zu den grundlegendsten Begriffen des chinesischen Denkens. Die vielfältigen Übersetzungsvorschläge reichen von Atem, Hauch, Dampf über Pneuma, Äther, Flui-

dum, Einflüsse, Kraft und konstellierte Energie bis hin zu Weltstoff, Substanz und Materie-Energie (*matter-energy*). (Linck 2000-2001: 200)

Eine Grundbedeutung des Zeichens ist Atmen. Alle weiteren Bedeutungen sind eng mit dieser Grundbedeutung verknüpft. Im Laufe der Jahrhunderte hat sich das Zeichen nicht nur im Sprachgebrauch der chinesischen Medizin, sondern auch in Bezug auf das Wetter, Atmosphären und andere feinstoffliche Phänomene entwickelt. Hinzu kommt ein ausführlicher Gebrauch in der chinesischen Philosophie und Ästhetik.

Das chinesische Wortzeichen *qi* 氣 zeigt einen vielschichtigen Zusammenhang von Phänomenen innerhalb chinesischer Welterfahrung und Weltauslegung an. Wir sollten *qi* daher als ein zentrales Paradigma in der philosophischen Bestimmung der Welt und des Menschseins verstehen. Anhand der vielfältigen Redeweisen, welche sich im Gefolge diesbezüglicher Beobachtungen auf verschiedenen Gebieten herausgebildet haben, läßt sich aus dieser Perspektive aufweisen, dass der in der chinesischen Geistesgeschichte mit *qi* umrissene phänomenale Bestand in Denkmuster einfließt, die der gedanklichen Durchdringung von *Bewegtheit*, *Verhältnissen* und *Bezügen* dienen. Der *Qi*-Gedanke steht für ein grundsätzliches Bemühen, das der parmenideisch-platonisch-aristotelischen Erarbeitung einer Wesensontologie für das Abendland diametral entgegengesetzt ist. (Obert 2007a: 167)

Qi verstanden als Atmen ist eine Grundbewegung des Lebens, durch die Beziehungen vielfältiger Art gestiftet und gestalten werden. Im Atmen wird Leben erfahrbar als abhängiges Entstehen in Bewegungen und Beziehungen. Dies manifestiert sich bis heute vor allem in der japanischen Sprache, wo es zahlreiche Ausdrücke gibt, die im Zusammenhang mit dem Zeichen *ki* gebildet werden. Im Japanischen sagt man, dass ein "dünnres Atmen" bedeute, jemand sei nervös, ein "langes Atmen" hingegen, jemand sei geduldig. Ein "großes Atmen" besagt, jemand sei großzügig und ein "kleines Atmen", jemand sei ängstlich. Es heißt zudem, dass, wenn sich das Atmen von zwei Menschen trifft, dann seien diese Menschen gut aufeinander eingespielt und wenn das Atmen kreisend sich wendet, dann sei jemand besonders aufmerksam auch auf kleinste Schwingungen (vgl. hierzu Elberfeld 2012).

Diese Erfahrungen sind in Ostasien zu einem zentralen Ausgangspunkt für die Entwicklung verschiedener Künste geworden.

3. Qi/Ki (氣/氣) als ästhetisches Phänomen in China und Japan

Das chinesische Schriftzeichen *qi* wird bereits ausführlich in den Klassikern der chinesischen Philosophie seit dem 5. Jahrhundert v. u. Z. verwendet. Die Verwendung im Bereich der Ästhetik im engeren Sinne beginnt jedoch erst mit den einschlägigen Traktaten zur Berg-Wasser-Malerei (*shan shui hua* 山水畫). Um das Jahr 500 verfasste Xie He 謝赫 in China ein Vorwort zu einem Text über alte Malerei, in dem er "sechs Verfahrensweisen der Malerei" (*hua liu fa* 畫六法) unterschied. Der erste Punkt dieser Liste enthält eine Maxime, die über lange Jahrhunderte bis in unsere Zeit für die chinesische Tuschemalerei von überragender Bedeutung gewesen ist: 氣韻生動 (*qi yun sheng dong*). Mathias Obert übersetzt: "Gestimmtheit im Atmen, das bedeutet eine lebendige Selbstbewegung" (Obert 2007b: 182). Eine andere Übersetzung dieser Wendung könnte lauten: "Atmendes Resonieren [in] lebendiger Bewegung". Obert deutet die Wendung in Bezug auf den ersten Bedeutungsteil wie folgt:

Das Wort *yun* 韻 bezeichnet ursprünglich das akustische Phänomen des Nachhalls, daher auch den Gleichklang einzelner Töne und den Wortreim. Gemeint ist zunächst das oben ausführlicher beschriebene, früh reflektierte Korrespondenzphänomen einzelner Klänge, die aufeinander ansprechen. Schon im musikalischen und dichterischen Klingen wird aber das Gegebenensein solcher Phänomene insgesamt als eine "Gestimmtheit" vernehmbar. Zugleich wird der Umstand, daß bestimmte Verhältnisse einen solchen Nachhall oder Gleichklang in besonderer Weise befördern, als die eigentümliche "Gestimmtheit" einer Situation oder einer dichterischen Gestaltung unmittelbar atmosphärisch wahrnehmbar. Übertragen auf die individuellen Verhältnisse, die eine menschliche Existenz durchwalten, mithin auf das Gebiet der Menschenkunde, wird *yun* 韻 schließlich als eine "Grundstimmung" von leiblich-geistiger Bedeutsamkeit empfunden, die zugleich als eine "Gestimmtheit" des individuellen Aussehens und Auftretens und als persönlicher Stil sinnlich aufzufassen ist. Wenn die Grundausrichtung eines menschlichen Lebens ästhetisch als Schwingungskorrespondenz aller seiner Momente bestimmt wird, besagt dies freilich, daß es zu deren Wahrnehmung gleichsam eines "Nachhalls" oder einer "Resonanz" bedarf, die die betreffende Person in einem Gegenüber hervorruft. (Obert 2007b: 183 f.)

Das sinnliche Stimmungs- und Schwingungsgeschehen, das hier in die Aufmerksamkeit tritt, ist grundsätzlich im Medium des Atmens (*qi*) nachzuvollziehen und zu realisieren. Diese Bezeichnung ist jedoch nur verständlich vor dem Hintergrund der langen Wort- und Bedeutungsgeschichte, die dieses chinesische Zeichen im Chinesischen und Japa-

nischen gehabt hat. In der Beschreibung bezieht Obert sich auf sinnliche, stimmungs- und gefühlshafte sowie individuelle und zwischenmenschliche Ebenen. In einem solchen Geflecht ist das Phänomen des Atmens zu situieren. Es umfasst, durchbricht und durchdringt Ebenen, die in herkömmlichen Beschreibungen im schlechtesten Falle wie substantiell getrennte Entitäten nebeneinanderstehen. Das Ineinanderdringen der verschiedenen Ebenen durch das Beschreibungswort *qi* hat weitreichende Konsequenzen beispielsweise für das, was es bedeutet, ein chinesisches Berg-Wasser-Bild anzuschauen. Obert zeigt, wie sich z. B. Kriterien für eine lebendige Begegnung mit Berg-Wasser-Bildern entwickeln, die darin kulminieren, dass die atmende Gestimmtheit von Bild und Betrachtenden in eine gemeinsame Bewegung kommen, die so ausgelegt wird, dass die Betrachtenden selbst *im Bild* in Muße umherwandeln. Die Beschreibungsebenen des *qi* durchbrechen somit auch die Unterscheidung von Werk- und Rezeptionsästhetik, da weder das Werk einfach vollendet vor einem steht, noch das "interesselose Wohlgefallen" (Kant) die Wirksamkeit des Werkes angemessen charakterisiert. Es wird mit *qi* auf eine dichte Verwobenheit von sinnlichen Ebenen, Gefühlen, leiblichen Empfindungen und Stimmungen verwiesen, die sich in verschiedener Weise in der Praxis der Künste in Ostasien zeigt.

Wie wenig diese Zusammenhänge in Europa bekannt sind, zeigt auch ein Beispiel aus dem Bereich des japanischen Nō-Theaters. Im Folgenden möchte ich zwei Stellen zitieren aus einem alten japanischen Text zur Nō-Ästhetik. Es handelt sich bei dem Text um ein sehr berühmtes Ästhetik-Traktat von Zeami 世阿弥 (1363-1443) zum Nō-Theater. Diese Theaterform, die auch im gegenwärtigen Japan noch auf großen Nō-Theaterbühnen gezeigt und tradiert wird, hat vor allem ausgehend von Zeami eine Ausdrucksform entwickelt, die in tiefer Verbindung steht mit dem Atmen. In dem folgenden Zitat beschreibt Zeami ganz zu Anfang des Textes die Situation, in der der Schauspieler erstmalig seine Stimme verwendet, die durch das Atmen in genau Übereinstimmung mit dem Klang der Musiker gebracht werden muss:

It is the breathing (*ki*) that sustains the pitch. If you focus on the pitch of the flute first and use this occasion to match the breathing (*ki*) with it, then close your eyes, draw in a breath, and only after that produce the voice, your voice will come forth from within the pitch from the start. When you focus exclusively on the pitch and let your voice loose without having first matched it to the breathing (*ki*), it is difficult at first for the voice to come forth from within

the pitch. Since we best produce our voice only after having established the pitch within the *ki*, we say, as a rule, “First pitch, second breathing (*ki*), third voice”. (Zeami 2008: 97. Übersetzung leicht verändert)

調子をは機が持つなり。吹物の調子を音取りて、機に合はせずまして、目をふさぎて、息を内へ引きて、さて声を出だせば、声先調子の中より出づるなり。調子ばかりを音取りて、機にも合はせずして声を出だせば、声先調子に合ふ事、左右なく無し。調子をは機に籠めて声を出だすがゆゑに、一調・二機・三声とは定むるなり。

In dem Zitat wird vor allem das Atmen des Schauspielers im Zusammenhang mit der Musik thematisiert. Das Atmen spielt die entscheidende Rolle für die gegenseitige Resonanz von Schauspieler und Musiker. In dem folgenden Zitat wird dann eine weitere Wechselwirkung thematisiert, die sich im Atmen zeigt:

When you appear in a *sarugaku* performance, you will have an opportunity to begin singing the *sashigoto* and *issei*. It isn't good to begin too soon. Nor should you be too late. You should, I'd say, emerge from the green room, take a few steps onto the *hashigakari*, direct your attention all about, and begin to sing at that very moment when the audience waits in anticipation, all as one, with the thought, “Look, he's just about to begin singing”. This way of responding to the feeling of the audience and singing right then is how you fit the moment to the excitement. Once this moment has passed by, even by a little bit, the feeling of the audience slackens, and if you begin then, belatedly, it will not match their excitement. This moment lies in the breathing of the spectators. What I mean in saying that the moment lies in the breathing of the people is that this is an opportunity the actor should use his excitement to watch for. [...] It is the most opportune moment in the entire day. (Zeami 2008: 103 f.)

まづ、楽屋より出でて、橋がかりに歩み止まりて、諸万をうかがひて、「すは声を出だすよ」と、諸人一同に待ち受けて声をなはちに、声を出だすべし。これ、諸人の心を受けて声を出だす、時節感当なり。この時節少しも過ぐれば、また諸人の心緩くなりて、後に物を言ひ出だせば、万人の感に当たらず。この時節は、ただ見物の人の機にあり。人の機にある時節といつば、為手の感より見する際なり。これ、万人の見心を為手ひとりの眼精へ引き入るる際なり。

Die Situation, die hier beschrieben wird, ist grundsätzlich dadurch gekennzeichnet, dass Schauspieler und Zuschauer ein dichtes Feld des Zusammenstimmens im Atmen bilden, so wie Obert es für das Anschauen eines Berg-Wasser-Bildes beschrieben hat. Sowohl Schauspieler wie auch Zuschauer sind in jeder Hinsicht dafür mitverantwortlich, ob das zeitliche Zusammenstimmen und das zeitliche Ein-

schwingen von Anfang an gelingen, oder nicht. Die beiden zentralen Ausdrücke – *excitement and breathing* – zeichnen sich dadurch aus, dass sie sowohl Individuelles wie auch Gemeinsames umfassen. Wenn der Schauspieler die Herzen aller in sich aufnimmt, ist es ihm möglich, den richtigen Augenblick für den Anfang des Gesangs aus seinem *excitement* heraus zu treffen. Dieses *excitement* zeigt sich in seinem ganzen Körper in individueller Weise als die Stimmung aller. Auf der anderen Seite hängt der Anfang aber auch vom Atmen der Zuschauer ab. Dieses feine Ineinanderdringen der Stimmungen und Schwingungen ist es, worum es im Nō-Theater geht. Dies hat zur Folge, dass alle Ausdrucksbewegungen in relativer Langsamkeit ausgeführt werden, um überhaupt die Möglichkeit zu geben, den feinen Resonanzen im gesamten Spektrum der Empfindungen entsprechen zu können. In der Aufführungssituation geht es nicht darum, ein neues Stück in seiner dramatischen Entwicklung zu verfolgen, sondern darum, ein bereits lange bekanntes Stück in der individuellen, niemals wiederkehrenden, einmaligen Situation der gegenwärtigen Aufführung in seiner sinnlichen, gefühlhaften und gelebten Bedeutung zu erfahren als existentielle Übung, deren letzter Horizont Leben und Tod ist (für eine Interpretation dieser Erweiterung der ästhetischen Praxis in Ostasien, vgl. Elberfeld 2003).

Im Hintergrund beider Beispiele stehen Atempraktiken, die in Indien, China, Japan und anderen asiatischen Längern seit alters geübt werden. Eine übergreifende Sichtung dieser Atempraktiken steht noch aus und bildet ein großes Desiderat der Forschung. In beiden Beispielen wird deutlich, dass sowohl die ästhetische Erfahrung der Künstler wie auch die der Zuschauer sich im Zusammenhang mit dem Atmen bilden. Diese Beobachtung gibt Anlass, nach den Möglichkeiten einer Ästhetik des Atmens auch für die Gegenwart der Kunst zu fragen.

4. Breathing as aesthetical practice

Sowohl in der Berg-Wasser-Malerei in China wie auch im japanischen No-Theater spielt das Atmen als ästhetische Kategorie eine entscheidende Rolle. Dies zeigt sich nicht nur in der Praxis, sondern auch in theoretischen Traktaten über die jeweilige Kunst. Hier drängen sich verschiedene Fragen auf: Inwiefern können diese ästhetischen Ansätze und ästhetischen Beschreibungen aus dem alten China bzw. Japan

für aktuelle ästhetische Praktiken erhellend sein? Wäre es denkbar, das Atmen selbst ins Zentrum von ästhetischen Beschreibungen zu stellen, in denen es vor allem um die energetischen Zustände in den Kunstformen geht? Welche Qualitäten des Atmens lassen sich bei Künstlern und Zuschauern unterscheiden? Kann man beispielsweise sagen, dass ein Theaterstück erst dann im Zuschauer eine energetische Wirkung zeigt, wenn es in der Atmung des Zuschauers ankommt? Könnte man annehmen, dass es die Übertragung des Atems ist, durch die ein künstlerisches Geschehen wirksam wird und leiblich in Erscheinung tritt? Was geschieht genau, wenn ein Tänzer auf einer Bühne sich so lange verausgabt, dass er kaum noch aufstehen kann mit der Atmung der Zuschauer? Wie verändert sich die Atmung von Zuschauern, wenn sich ein Mensch vor ihnen die Haut aufschneidet? Vielleicht – so könnte man an dieser Stelle vermuten –, sind im 20. Jahrhundert auch in Europa und Nordamerika mehr und mehr künstlerische Gestaltungen entwickelt worden, die immer weniger nur sprachliche Bedeutungen transportieren wollen, als vielmehr versuchen, in die Atmung und das Atmen der Menschen vorzudringen, um dieses von innen her zu formen und zu transformieren.

Lauschen wir einem lyrischen Gesang, so atmet nicht nur die Sängerin. Verfolgen wir ein Theaterstück, so atmen nicht nur die Schauspieler. Von der Ausbildung der Sängerin und der Schauspieler wissen wir, dass sie eine beträchtliche Zeit damit verbringen, Atmen zu üben, wohingegen die Zuhörer und Zuschauer auch ohne jede Atemübung ins Konzert oder ins Theater gehen. Würde man das Atmen als ästhetische Grundkategorie ernst nehmen, so könnte man sich fragen, ob bei einem besonders intensiven Theaterabend Schauspieler *und* Zuschauer in ein verdichtendes Atmen geführt wurden. Weiter könnte man fragen, wie ein auf das Atmen vorbereitetes Publikum das Stück in seiner Wirkintensität verändert.

Anhand der Fragen öffnet sich ein Feld der theoretischen Aufmerksamkeit, das bisher in der westlichen Ästhetik noch nicht durchgespielt worden ist. Denn erst nachdem man seine Aufmerksamkeit klar auf das Atmen in ästhetischen Prozessen ausrichtet, wird die Reichweite der Fragestellung deutlich. Sensibilisiert durch die asiatischen *Kulturen des Atmens* eröffnet sich für die Reflexion ästhetischer Praktiken somit ein neues Feld der Forschung. Ausgestattet mit dieser Aufmerksamkeit kann dann beobachtet werden, dass die alten *Kulturen des Atmens* auch in zeitgenössischen Produktion in Ostasien noch lebendig sind. Am Ende meines Textes möchte ich zwei Beispiele –

eines aus Taiwan und eines aus Japan – beschreiben, in denen Atmen eine entscheidende Rolle für die ästhetische Praxis besitzt.

Das *Cloud Gate Dance Theatre* (雲門舞集 *Yunmen wuji*), das von Lin Hwai-min (林懷民) 1973 gegründet wurde, ist die erste eigenständige Tanzkompanie Taiwans. Um einen ersten Zugang zu ihrer Bewegungswelt zu ermöglichen, ist es vor allem wichtig sich vor Augen zu führen, von welcher täglichen Übungspraxis der Tanz getragen wird. Im Falle der Tänzer des *Yunmen wuji* handelt es sich um eine Mischung, die einen Schwerpunkt auf ostasiatische Bewegungskünste legt. Die Tänzer üben vor allem *Taiji* und bestimmte Formen des *Qi-gong* und zudem Bewegungsformen aus der chinesischen Oper, des *modern dance* und des Balletts. Darüber hinaus üben sie Sitzmeditation, um spezielle Formen der Bewusstheit und der Aufmerksamkeit zu entwickeln. Auf der Ebene der Übungspraxis zeichnet sich somit eine von der europäischen Praxis grundlegend verschiedene Entfaltungsform der körperlichen Bewegungen ab, die allerdings erst nach einem jahrelangen Prozess der Übung wirklich im Tanz sichtbar und erfahrbar wird. Denn es handelt sich bei den geübten Bewegungen nicht einfach um "Techniken", sondern um Übungswege, die den Menschen nicht nur mit sich selbst, sondern letztlich sogar mit dem gesamten Kosmos verbinden sollen. Vor allem in den ostasiatischen Bewegungskünsten und Mediationspraktiken, die den Übungen zugrunde liegen, spielt das Atmen eine zentrale Rolle. Denn sowohl im *Taiji* wie auch im *Qigong* wird jede einzelne Bewegung immer in direkter Abstimmung mit dem Atem durchgeführt. So entsteht eine gleitende und mit ganzkörperlicher Aufmerksamkeit durchgeführte Bewegungsform. Die Bewegungen der Tänzerinnen und Tänzer des *Yunmen Wuji* erscheinen vor allem in den Stücken seit 1998 (*Moon Water, Cursive I, Cursive II, Smoke, White*) ohne Anfang und ohne Ende zu sein². Denn alles ist immer in Bewegung. Hier wird ein Umgang mit dem beständigen Wandel präsent, der insbesondere auch durch die philosophische und ästhetische Erschließung im alten China motiviert ist. Nicht ein Ich setzt die Bewegung in Gang, sondern alles ist durchströmt von Bewegungen des *Qi*, d.h. synchronisiert durch die Bewegungen des Atmens. *Qi* bzw. das Atmen hält sich weder an ein Innen noch an ein Außen. Man könnte es das Medium nennen, in dem sich eine Form erst findet. Die Tänzer gehen hervor im ständigen

² Ausschnitte aus den Stücken sind leicht über *Youtube* zugänglich. Es seien vor allem die Stücke *Cursive II* und *Wild Cursive* empfohlen.

Wandel, so dass ein Transformationsprozess sichtbar wird, in dem die Bewegungen der einzelnen zur atmenden Resonanz der jeweils gemeinsamen Bewegung werden. Ohne die besondere Aufmerksamkeit auf das Atmen und die langjährige Übung des Atmens wäre die bei den Tänzerinnen und Tänzern zu sehende Qualität der Bewegung nicht möglich.

Eine ganz andere Weise der mit dem Atmen verbundenen Bewegung ist bei dem Butoh-Tänzer Tanaka Min (田中泯) zu erleben. Ähnlich wie Lin fing Tanaka zu Beginn der 1970er an, einen eigenen Weg im Tanz zu suchen. Er begann Orte in der Natur oder im öffentlichen Raum aufzusuchen, um dort weitgehend nackt – nur sein Penis war mit einer Bandage umhüllt – zu tanzen. In den nächsten Jahrzehnten entwickelt er seinen Tanz und seine Übungsformen weiter. Dabei lag ein besonderer Fokus auf naturnahen Bewegungen, so dass er sich für einige Stunden in einen Fluss legte, um durch die Resonanzen mit den Fließbewegungen des Flusses seinen Körper tänzerisch zu üben. Im Laufe der Zeit entwickelte er eine eigene Trainingsmethode, die er *Body Weather* nannte. Die Bewegungen, die durch diese Methode in den Tänzerkörpern entstehen, sind weder als harmonisch noch im klassischen Sinne als schön zu bezeichnen. Die Bewegungen zeigen viele Brüche und es kommen Zuckungen vor, die eher an jene körperlichen Blockaden erinnern, die jeder in sich trägt. 2006 beendete Tanaka Min seine Karriere als Bühnentänzer mit einem Stück, das den Titel *Transparent body falling off* (tōtai datsuraku 透体脱落) trägt³. Insbesondere eine längere Szene in diesem Stück wird durch die Atembewegung des Tänzers bestimmt. Tanaka legt in dieser Szene langsam seine Kleider ab und steht dann fast nackt da, nur mit einer Bandage um seinen Penis. Während der Tänzer dasteht und unzählige Mikrobewegungen durch seinen Körper zucken, werden die Atembewegungen immer auffälliger und deutlicher. Er bewegt dann sehr langsam seinen Kopf nach hinten und die Hände folgen vor dem Bauch nach oben. Nachdem die Hände auf Schulterhöhe angekommen sind, breitet er sie zur Seite hin aus. Der Kopf ist weiterhin in den Nacken gelegt. Je weiter die Hände und Arme ausgebreitet werden, umso stärker wird die Atembewegung des gesamten Brustkorbs

³ Dieses Stück ist in einer Aufzeichnung auf Youtube abrufbar. Den Teil, den ich im Folgenden vor allem fokussiere, ist unter folgender Adresse zu finden: *music (live electronics): Noguchi / dance: in Tanaka '06 Tokyo (6/6)*, abgerufen am 5. Juni 2016.

wahrnehmbar. Dabei wird sichtbar, wie die Atembewegung die Bewegungen des gesamten Körpers lenken und durchdringen. Der gesamte Tänzerkörper wird zur Atembewegung. Nach dieser Sequenz bringt Tanaka die Arme wieder vor dem Körper zusammen. Langsam fällt er zu Boden und kriecht wie in Zeitlupe auf dem Sandboden ins Dunkle nach hinten.

Sowohl Lin Hwai-min wie auch Tanaka Min nutzen das Atmen und die Bewegungen des Atmens für die Gestaltung ihres Tanzes in expliziter Weise. Dies ist sicher nicht in allen ästhetischen Praktiken in gleicher Weise möglich. Wenn aber einmal die Aufmerksamkeit auf das Atmen gelenkt worden ist, so wird deutlich, dass das Atmen in jeder ästhetischen Praxis – expliziter oder impliziter – immer eine Rolle spielt. So kann das Malen von Bildern sehr explizit durch das Atmen begleitet werden. Das Schreiben und Lesen von Texten kann mit dem Atmen verbunden werden, wie dies z.B. bei Samuel Beckett zu beobachten ist. Eine Ästhetik des Atmens könnte in diesem Sinne Aufmerksamkeiten ausbilden für die Atemprozesse in ästhetischen Prozessen. Hier ginge es darum, die jeweilige Funktion des Atmens in der jeweiligen ästhetischen Praxis zu beschreiben. Da das Atmen allen Tätigkeiten des Menschen begleitet, bleibt das Atmen häufig unauffällig. Vielleicht stellt sich aber bei genauer Beobachtung heraus, dass das Atmen auch in der europäischen Tradition der Künste und ästhetischen Praktiken von zentraler Bedeutung war und ist. Dies genauer zu erforschen, wäre ein wichtiger Beitrag, um die Kulturen des Atmens auch in Europa genauer zu verstehen.

Literaturverzeichnis

Elberfeld, R., *Einteilung der Künste in interkultureller Perspektive*, "Polylog. Zeitschrift für interkulturelles Philosophieren", n. 9 (2003), SS. 57-64.

Elberfeld, R., *Sprache und Sprachen. Eine philosophische Grundorientierung*, Freiburg i.B., Alber, 2012.

Linck, G., *Qi. Zur Geschichte eines Begriffs – von numinöser Atmosphäre zu Materie / Energie*, "Studia Religiosa Helvetica", n. 6/7 (2000-2001), SS. 191-212.

Obert, M., *Das Phänomen qi 氣 und die Grundlegung der Ästhetik im vormodernen China*, "Zeitschrift der Deutschen Morgenländischen Gesellschaft", n. 1, 157 (2007a), SS. 125-167.

Obert, M., *Welt als Bild. Die theoretische Grundlegung der chinesischen Berg-Wasser-Malerei zwischen dem 5. und dem 12. Jahrhundert*, Freiburg i.B., Alber, 2007b.

Škof, L., *Ethics of Breath. Towards New Ethical Spaces of Intersubjectivity*, in S. Hackenberg, Y. Almansa, L. Škof (eds.), *Bodily Proximity*, "Poligrafi", n. 65-66, 17 (2012), SS. 199-210.

Zeami, *Performance Notes*, New York, Columbia University Press, 2008.

© 2018 The Author. Open Access published under the terms of the CC-BY-4.0.