

Begegnung mit Hand und Herz

Grietje Grünberg gibt einen Biodanza-Kurs für behinderte Menschen

HUSUM Jemand tickt mich von der Seite an. „Hallo, ich bin Renate. Ich hatte gestern Geburtstag und bin 71 geworden. Hab' mich aber gut gehalten oder? Kannst Du meine Uhr enger machen?“, fragt mich eine rothaarige ältere Dame. Ein wenig überrascht nehme ich das faltige und weiche Handgelenk der Senioren und verkürze mit zitternden Händen das Armband. Sie lächelt und bedankt sich. Wie ungezwungen sie im Vergleich zu mir ist, denke ich. Es ist eigentlich gar nichts dabei, aber wann wird man schon von einem fremden Menschen so unvermittelt gefragt?

Renate ist behindert und tanzt genau wie ihre Freunde einmal die Woche in den Räumlichkeiten der Husumer Werkstätten Biodanza. Hätte mir vor ein paar Monaten jemand gesagt, dass ich auch einmal in meinem Leben Biodanza tanzen würde, wäre mir ein lautes Lachen rausgerutscht.

Wenigen Menschen hierzulande ist diese besondere Tanzart ein Begriff: Sie hat ihre Wurzeln in Südamerika,

„Beim Biodanza steht die Lebensfreude im Vordergrund.“

Grietje Grünberg
Biodanza-Leiterin

beim Begründer Rolando Toro. Es gibt keine Choreographie. Stattdessen darf jeder so gelaunt sein und sich so zur Musik bewegen, wie er möchte, solange er dabei niemanden einschränkt. Im Zentrum des Tanzes steht die Lebensfreude und die Begegnung mit anderen Menschen.

Ich verbinde mit Biodanza Tanzen mit Anfassen und so, jedenfalls etwas, das mir noch sehr suspekt ist. Jetzt sitze ich hier mit schwitzigen Händen im Stuhlkreis zwischen den



Die Tanzfreunde der Lebenshilfe Husum zeigten Annika Kühl (mi.), was Lebensfreude bedeutet.

VOLKERT BANDIXEN

„Tanzfreunden der Lebenshilfe Husum“ und frage mich im Stillen, warum ich das tue. Ausgerechnet ich, die mit den gebügelten Schnürsenkeln, die zur Begrüßung höchstens die Hand gibt und die sich in der typisch deutschen Reserviertheit am wohlsten fühlt.

Plötzlich fliegt die Eingangstür der Husumer Werkstätten auf, sie knallt gegen die Wand und weitere Menschen kommen herein geeilt. Eine Frau mit kurzen Haaren und wackeligem Gang kommt auf mich zugestürzt: „Peace!“ ruft sie, formt mit Zeige- und Mittelfinger das Victory-Zeichen. Dann umarmt sie mich und setzt sich zu den anderen.

„Die anderen“ sind 23 körperlich und geistig behinderte Menschen zwischen 20 und 74 Jahren, die wie Renate jeden Donnerstag im Foyer der Werkstätten tanzen. Marlene und Susanne sind nicht behindert und kommen einfach aus Freude trotzdem jede Woche dazu.

Neben mir sitzt Grietje. Sie ist Biodanza-Leiterin und hat mich in einem Telefonat über

ihre Tanzgruppe eingeladen, „einfach mal mitzumachen“. Die 55-Jährige hat ihr Leben lang im sozialtherapeutischen Bereich gearbeitet und über eine Freundin schließlich vor zehn Jahren ihre Bestimmung gefunden. Seitdem



Grietje Grünberg KÜHL

hat sie bei der deutsch-venezuanischen Tanzlehrerin Hildegard Penaloza – „Hilde“ – an der Biodanza-Schule Freiburg eine Ausbildung gemacht und tanzt seit gut anderthalb Jahren mit der Tanzgruppe der Lebenshilfe.

Mein Blick streift durch die Runde. Ich bin froh, dass ich erst einmal sitzen und die Si-

tuation überblicken kann. Schräg gegenüber von mir sitzt Wiebke, sie kratzt sich am Hintern. Simon klatscht hektisch mit den Händen, die taube Christa ruft mir Laute entgegen, die ich nicht verstehe. „Ich verstehe gar nicht, was du sagst, aber du siehst aus, als wärest du gut gelaunt“, ruft Grietje ihr mit einem Lächeln zu. Christa strahlt über beide Ohren zurück.

Bisher hat es mich häufig verunsichert, mit behinderten Menschen in Kontakt zu treten. Hier spüre ich auf einmal, wie leicht das sein kann.

Bevor getanzt wird, gibt es immer eine Fragerunde – heute zum allgemeinen Befinden, aber auch zu Gewalterfahrungen. Erst spricht niemand, dann regt sich Herbert, ein älterer Herr. Er sei als Kind immer geschlagen worden. Plötzlich reden auch die anderen, berichten von ihren Erfahrungen. Schließlich bin ich dran: Ich denke an meine friedliche Kindheit und kriege beim Gedanken an die schrecklichen Erlebnisse der

Menschen um mich herum einen Kloß im Hals. Mehr als ein „Mir geht es gut“ bringe ich nicht hervor.

Auf Anweisung von Grietje werden die Stühle beiseite geschoben, wir stellen uns in einen Kreis und sollen die Hand des Nachbarn nehmen. Als ich nach Renates Hand greife, schaut sie mich mit einem warmen Lächeln an und drückt sie ganz fest.

Die Musik dudelt los und wir wedeln die Arme, bewegen den Oberkörper von links nach rechts, von vorne nach hinten. Einige lassen Jubelschreie raus. Es scheinen sich alle wohl in ihrer Haut zu fühlen: Die Gesichter im Kreis strahlen mir entgegen, ich merke wie ich lockerer werde und wie mich die Freude im Raum ansteckt. Der zweite Tanz beginnt, nun schreiten wir durch den Raum. Zunächst alleine, dann auch gemeinsam. Ich habe Renate wieder untergehakt und zusammen schwingen wir langsam im Takt.

Spätestens beim dritten Tanz ist das Eis gebrochen und nach einer Polonaise durch den Raum fühlt es sich so an, als würde ich schon ewig mit den Menschen hier tanzen. Ich verschwende keinen Gedanken mehr daran, wie ich sie ansprechen, oder anfassen kann, geschweige denn daran, wie ich aussehe oder auf andere wirke.

Mit diesem schönen Körpergefühl ist es für mich leider schon Zeit zu gehen und als ich den Raum verlasse, blicken mir 23 strahlende Gesichter hinterher. „Tschüss Annika, bis zum nächsten Mal!“ ruft Maike. Während ich ins Auto steige, muss ich immer noch lächeln.

Annika Kühl

➤ Wer mittanzen möchte, kann donnerstags ab 17.15 Uhr in die Husumer Werkstätten kommen. Weitere Tanzkurse, Angebote und Informationen unter www.wattenmeertanz.de