

## I. Körperbezogene Einflüsse in der Musiktherapie

### 1. Ursprünge. Reform- und Rhythmusbewegung. François Delsarte

Historisch betrachtet liegen die genealogischen Wurzeln der Musiktherapie, insbesondere in Bezug auf den Körper, in den Reformbewegungen des ausgehenden 19. und des beginnenden 20. Jahrhunderts.

Die Reformbewegungen entwickelten sich in Mitteleuropa und Amerika als Protest gegen die fortschreitende Industrialisierung und die Entfremdung des Menschen und umfassten Landwirtschaft, Naturheilkunde, Ernährung, Lebenskultur und Kunst. Im Zentrum dieser Erneuerungsbewegung standen die Rückkehr zu naturnahen Lebensweisen und infolgedessen ein natürlicher und bewusster Umgang mit dem Körper. Der befreite Zugang zu ihm sollte dazu führen, dass sich ein neues Körperbewusstsein entwickelt und somit ein neues Lebensgefühl einstellt (Günther 1971, S. 34 ff.; Frohne 1981, S. 12 ff.; Fitzthum 2003, S. 19 ff.; 2008, S. 132 ff.; Hegi-Portmann et al. 2006, S. 11 ff.).

All diese lebensreformerischen Bestrebungen und Bemühungen erstreckten sich und wirkten auf alle menschlichen Lebensbereiche der damaligen Generation. Die reformerischen Tendenzen gingen mit dem Entstehen von entsprechenden Lebensphilosophien einher (v. Steineacker 2004, S. 184).

Der Philosoph Wilhelm Dilthey (1833–1911) gilt als Begründer dieser Lebensphilosophie (Fitzthum 2008, S. 132 ff.; Poller 2009, S. 332). Er bemühte sich, die historischen, systematischen und philosophischen Grundlagen der Geisteswissenschaften zu untersuchen, um einen Nutzen für das Leben zu entwickeln. Seine Philosophie ist eine Theorie der Selbsterfahrung und des Selbsterlebens.

Von Diltheys Arbeiten gingen vielfältige Wirkungen aus, die von der hermeneutischen Philosophie über die moderne philosophische Anthropologie bis zur gegenwärtigen Psychologie und Pädagogik reichen (Poller 2009, S. 333).

„Zurück zur Natur“ lautete das Motto dieser Generation, welche angesichts eines tiefgreifenden wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Wandels nach einer neuen Lebensorientierung suchte.

Das Grunderlebnis dieser Zeit war rhythmisch-dynamischer Art. Raum und Rhythmus, Welle, Schwung und Bewegung, Körperkultur und Leibgefühl wurden als Schlüsselwörter für den Zeitgeist und seine Philosophie auserkoren (Günther 1971, S. 38 ff.). Die Sehnsucht, Entfremdung und Vereinzelung im leibfeindlichen industriellen und intellektualisierten Zeitalter in einer neuen Einheit von Mensch und Natur zu überwinden, führte zu einer Revolutionierung in verschiedenen Kunstsparten wie Theater, Musik und Tanz, Gymnastik, Sport, Pädagogik, Philosophie, Wissenschaft und zur Entstehung von neuen Therapieformen, die sich mit der Seele des Menschen beschäftigten, wie die Psychoanalyse und die Tiefenpsychologie. All diese Ereignisse bewirkten Veränderungen im gesellschaftlichen Leben (Günther 1971; S. 33 ff.; Fitzthum 2003, 2008; Timmermann 1994, S. 175; 2008b, 90 ff.; Hegi-Portmann et al. 2006).

Die Hinwendung zum Körper gründete in sozialen Bewegungen, welche Ideen einer Geist und Leib verbindenden Lebensweise propagierten. Verfolgt man die Entwicklung der verschiedenen Richtungen der Körpertherapie und Körperpsychotherapie wie Tanztherapie, Funktionelle Entspannung, Konzentrierte Bewegungstherapie und die neoreichianischen Therapien, so gelangt man, egal wo man mit der Untersuchung beginnt, immer zurück zur Jugendbewegung und zu den Bewegungen der Lebensreform und der Körperkultur des beginnenden 20. Jahrhunderts (Geuter 2005, S. 6).

Der menschliche Körper sollte von allen Einflüssen der Technisierung, Industrialisierung und Rationalisierung wieder zu seinen „natürlichen“ Bewegungsmöglichkeiten zurückgeführt werden. Hier kam dem Rhythmus eine zentrale Bedeutung zu: durch ihn sollte eine vertiefte Wahrnehmung von „Körperrhythmen“ und „Naturrhythmen“ geschult werden, wie zum Beispiel in der Atemarbeit von Leo Kofler oder in der rhythmischen Gymnastik nach Émile Jaques-Dalcroze (Fiedler 2004, S. 210).

Die Protagonisten dieser Reformbewegung waren unter vielen anderen Isadora Duncan und ihre Tänze, die Maler der „Brücke“, Pablo Picasso, Oskar Kokoschka, Wassily Kandinskys Schriften über Kunst, die Atonalität und Zwölftontechnik in der Musik Arnold Schönbergs, Friedrich Nietzsches Philosophie, Ludwig Klages Ausdruckswissenschaft und Rhythmus- sowie Lebensphilosophie, Edmund Husserls Phänomenologie, Sigmund Freuds und Carl Gustav Jungs Psychologie, Albert Einsteins und Max Plancks wissenschaftliche Theorien, Gustav Eiffels Architektur (Preston-Dunlop 1992, S. 96 f.; Poller 2009, S. 366 ff.).

Der Ruf nach Licht, Luft, Sonne, Natur und Bewegung wurde mit ideologischen Inhalten verbunden. Die Wandervogelbewegung und die Freikörperkultur wurden zur Volksbewegung, soziale Utopien des Lebens in Gemeinschaften wurden ausprobiert, anarchistische und sozialistische Gemeinschaften entstanden, mit dem Ziel einen neuen Menschen zu erschaffen.

Eine der einflussreichsten Bewegungen innerhalb von Reformbewegungen – die Jugendbewegung – strebte an, in einer Gemeinschaft, im gemeinsamen Wandern, in naturnahen Lebensweisen, die Natur wieder zu entdecken, um dadurch zu freien, eigenen Normen, Wertvorstellungen und Lebensformen zu gelangen, unbeeinflusst von Schule, Staat, Kirche oder dem Elternhaus (vgl. Ring, Vogel-Steinmann 1997, S. 222 ff.).

Die Umbruchsatmosphäre und die Aufbruchsstimmung waren überall spürbar, aber sie sind nur vor dem Hintergrund eines allgemeinen Strebens nach kultureller Erneuerung zu verstehen. Die aus der Reformbewegung entstandenen Bedürfnisse erfassten den Menschen in seiner Ganzheit und in konsequenter Weise in seinem leiblichen Sein (vgl. Erdmann 1982, S. 42).

Der Körper und seine Funktionen und Betrachtungsweisen wurden vielfältig genutzt:

*„Dem einen diene der Körper zur Leistung, dem anderen zur Rhythmuserziehung, dem nächsten zur Freizeitkörperkultur und wieder anderen zum künstlerischen Schönheitsbewußtsein“ (Peters 1992, S. 10).*

Der Körper wurde als *„Offenbarer der Seele“* (Günther 1971, S. 36) betrachtet, die Erneuerung des Daseins und die veränderte Grundauffassung des Menschen sowie die Veränderung der Sichtweise auf den Menschen führten dazu, den Menschen als eine Leib-Seele-Einheit zu begreifen (Röthig 1971).

*„Das zwanzigste Jahrhundert hat den Körper wiederentdeckt – seit der Antike ist er nicht mehr in dieser Weise geliebt, gefühlt und verehrt worden“ (Sachs 2007, 300).*

Die menschliche Leiblichkeit wurde empor gehoben wie noch nie in der Geschichte der Anthropologie (Röthig 1971, Kugler 2000, Fitzthum 2003, Hegi-Portmann et al. 2006, Timmermann 2008b).

Die Exponenten dieser Bewegung gründeten Lebenskolonien, die sich – dem Zeitgeist entsprechend – vornahmen, die Ideen und Leitgedanken der Reformbewegung umzusetzen. Einige davon entstanden in Hellerau bei Dresden in Deutschland, auf dem Monte Verità am Lago Maggiore bei Ascona in der Schweiz und auf Kopanos bei Athen in Griechenland. Die Suche nach einem neuen Ort für ein Reformprojekt war ihren Begründern, wie – unter vielen anderen – Isadora Duncan, Rudolf von Laban und Émile Jaques-Dalcroze gemeinsam und erfüllte sich jeweils nach deren Suche nach einer unkonventionellen Lebensform auf charakteristische Weise (Kugler 2000). Verschiedene Reformbestrebungen, insbesondere in Bezug auf Tanz, Bewegung und die neue Körperkultur, konnten dort ausgelebt werden, ebenso auch die Idee der Gemeinschaft wie gemeinsame Arbeits- und Lebensführung. Als Inspiration und Vorbilder für ihre Lebens- und Kunstgestaltung galten die Natur- und die alten Kulturvölker, insbesondere die alten Griechen (Günther 1971, Fitzthum 2003).

Duncans Experiment in Griechenland scheiterte bereits im Anfangsstadium; nichts desto trotz initiierte sie den Aufbruch in die neue Auffassung des modernen Tanzes.

Die von v. Laban gegründete internationale Künstlerkolonie wurde zu einem Kultort der anarchistischen Bohème: sie suchte die Nähe zur kulturellen und lebensreformerischen Avantgarde und zog daraus Vorteile für die Entwicklung des Ausdruckstanzes. Hier trafen sich viele Reformer der Bühnenkunst.

Dalcroze gründete in der Reform-Siedlung und Gartenstadt Hellerau eine Schule für rhythmische Gymnastik und zusammen mit den Gebrüdern Dohrn ein Festspielhaus, in welchem seine Projekte vor einem begeisterten Publikum aufgeführt wurden (Kugler 2000, S. 67 f.).

Bei den Festspielen in Hellerau gastierten u. a. Stanislawski, Werfel, Rilke und Paul Claudel (Fritsch-Vivié 1999, S. 23).

Alle diese neuen Gemeinschaften schufen eine länderübergreifende Vernetzung, die eine Vermischung aller Berufsgruppen ermöglichte.

Eine weitere Bewegung, die sich aus den reformerischen Bewegungen herauskristallisierte, ist die künstlerische und pädagogische Strömung der Rhythmusbewegung. Die Suche nach dem neuen, befreiten Körpergefühl spielte dabei eine wichtige Rolle mit seiner elementaren und lebendigen Kraft. Der Rhythmus wurde als ein lebendiges menschliches Phänomen erachtet, als Grundlage des Seins wurde er zu einem lebensbestimmenden Prinzip.

Auch der menschlichen Bewegung kam eine Sonderstellung zu, was in die Gleichung „Bewegung ist gleich Leben“ mündete (Röthig 1971, S. 16 ff.).

In Deutschland entwickelten sich grundsätzlich zwei Hauptrichtungen der Rhythmusbewegung:

- Eine Richtung wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts im Zusammenhang mit der Musikerziehung von dem Genfer Musikprofessor Émile Jaques-Dalcroze gegründet. Dalcroze ging von Musik aus und erkannte, dass der musikalische Rhythmus seinen Ursprung in der ganzkörperlichen Bewegung hat.
- Die andere, in Opposition zu Dalcroze und seinen Anhängern stehende Richtung, ging davon aus, dass der Körper, um sich rhythmisch zu spüren und um rhythmisch zu handeln, keinerlei Musik brauche. Der Rhythmus sei sowieso körperimmanent in jedem lebenden Wesen vorhanden (vgl. Günther 1971, 48 ff.). Seine Vertreter wollten keine Erziehung zum Rhythmischen anstreben, sondern gingen davon aus, dass der Rhythmus auf den Menschen eine übergreifende Kraft und Macht ausübe und der Mensch sich lediglich dieser Kraft hingeben solle. Diese Richtung wurde 1913 von den „Münchener Rhythmusrebell“ ins Leben gerufen. Zu ihren Hauptvertretern gehörten der Rhythmusphilosoph Ludwig Klages, der Gymnastiklehrer Rudolf Bode, der Tänzer Rudolf von Laban und die deutsche Ausdruckstänzerin Mary Wigman (Günther 1971, S. 49; Frohne 1981, S. 12). Rhythmus wurde zum Mythos. Die Münchener Rebellen haben Rhythmus zum Hauptbegriff der damaligen Zeit auserkoren. Der Rhythmus sollte die Pole Geist und Körper, Innen und Außen miteinander verbinden (Günther 1971, S. 34).

Der erste Höhepunkt der Entwicklung der deutschen Rhythmusbewegung, die von etwa 1890 bis 1930 reicht, lässt sich in die Zeit vor dem Ausbruch des Ersten Weltkrieges zurückverfolgen, der zweite fand sein Ende durch die missbräuchliche Ideologie der Nationalsozialisten.

So gingen von der Neudefinition von Körper und Kultur, Tanz und Musik im Jahrzehnt vor Beginn des Ersten Weltkrieges die entscheidenden Impulse für die Herausbildung einer ungeahnten Vielfalt von Formen, Stilen, Persönlichkeiten des modernen Tanzes, Theaters, der Bewegungsbildung, der Musikpädagogik, Körper- und Körperpsychotherapie, verschiedenen Psychotherapieformen sowie Philosophie aus, welche die Einheit von Körper-Geist-Seele postulierten.

Eine zentrale Rolle für die Entstehung und Weiterentwicklung der reformerischen Ideen nahm François Delsarte (1811–1871) ein, obwohl er vor der Entstehung dieser Bewegungen lebte und wirkte. Delsarte wird als „der geistige Vater“ der Rhythusbewegung bezeichnet (Fitzthum 2003, S. 30 ff.; Hegi-Portmann et al. 2006, S. 11). Delsartes Ideen flossen in viele künstlerische Bereiche des ausgehenden 19. und beginnenden 20. Jahrhunderts, sowohl in Europa als auch in Amerika.

Delsarte, ein französischer Bohémien, hatte am Konservatorium in Paris eine Ausbildung zum Sänger und Schauspieler absolviert, bevor er sich auf Grund eines Stimmfehlers zum Tanzpädagogen ausbilden ließ.

Delsarte war mit seiner Ausbildung nicht zufrieden. Intuitiv erspürte er, dass der Unterricht nicht auf die individuellen körperlichen, seelischen und intellektuellen Veranlagungen und Möglichkeiten der Studenten ausgerichtet war, sondern routinemäßig abgehalten wurde.

Er erkannte früh die Wechselwirkung von Musik und Tanz, Musik und Bewegung, Stimme und Gestik. Durch diese Entdeckung wurde er auf die Bedeutung der Bewegung und den Zusammenhang von Körperausdruck und Emotion aufmerksam (Jeschke, Vettermann 1992, S. 15; Fitzthum 2008, S. 132).

Aus seinem Interesse an der Verbindung zwischen Musik und Bewegung sowie zwischen Empfindung und körperlichem Ausdruck heraus, richtete er den Fokus seiner Beobachtungen auf das alltägliche Verhalten seiner Schüler und später auch seelisch Erkrankter. Er beobachtete, sammelte, klassifizierte und katalogisierte menschliche Haltungen in unterschiedlichen Situationen und legte als Ergebnis eine Sammlung von Haltungen verschiedener seelischer Zustände vor.

Delsarte unterteilte den menschlichen Körper in drei Bereiche, die nach seiner Meinung das Zentrum aller geistigen, seelischen und körperlichen Eigenschaften sein sollten.

Er ging davon aus, dass Empfindungen bestimmten Körperteilen zugeordnet werden – auf dieser Grundlage lehrte er die Bühnendarsteller, durch bestimmte Körperhaltungen zu einem authentischeren Gefühl und ihren Rollen entsprechenden adäquaten Ausdruck zu finden.

Delsarte legte besonderen Wert auf Mimik und Gebärden und auf die gesamte Körperhaltung in Verbindung mit der seelischen Verfassung.

Den Mittelpunkt seiner Beobachtungen und Reflexionen bildete stets der Mensch. Der Mensch war für Delsarte wie ein Abbild Gottes, ebenso dreifaltig in seiner Natur.

Auf der Grundlage dieser Beobachtungen und Überlegungen, stark beeinflusst durch den französischen Katholizismus, mystischen Okkultismus, die Antike, das Christentum und die Esoterik entstand „ein Gesetz der Trinität“ (Kugler 2000, S. 331). Dieses beinhaltet die universelle Formel für seine Vorstellung von der Welt als eine Einheit von Leben, Geist, Seele (Jeschke, Vettermann 1992, S. 16 ff.).

Seine Schülerinnen und Anhänger verbreiteten das Konzept psychophysischer Zusammenhänge zwischen Gefühl und Körperausdruck und schufen die Basis für weitere Methoden.

Seine Forderung nach authentisch-emotionalen Zuständen auf der Bühne verbindet bis heute die unterschiedlichen Theater- und Tanztheorien. Die Konzepte der Ganzheit und Delsartes Lehre wurden in die Ausdrucksgymnastik und Bewegungsbildung aufgenommen (Jeschke, Vettermann 1992, S. 16 ff., Wobbe 1992, S. 28).

Dalcroze lernte Delsartes Ausdrucksübungen höchstwahrscheinlich in Paris kennen, wo diese in Schauspielkreisen weitergegeben wurden.

Durch seinen Schüler und Nachfolger, den amerikanischen Schauspieler, Dramatiker und Theaterdirektor James Steele MacKaye, gelangte Delsartes Lehre nach Amerika.

Die Delsartik beeinflusste die Schwestern Elisabeth und Isadora Duncan, Genevieve Stebbins, Bess Mensendieck, Émile Jaques-Dalcroze, Rudolf von Laban und die Theorien von Konstantin Stanislawski und Jacob Levy. Auch Hilarion Petzold erwähnt die von Delsarte ausgehenden Impulse in seinen Schriften zur Integrativen Leib- und Bewegungstherapie (Günther 1971; Petzold 1988a, S. 22; Jeschke, Vettermann 1992, S. 20; Fitzthum 2003, S. 3; Moscovici 2005).

## 2. Bewegungsbildung und Gymnastik

*„Bewegung ist Ausdruck.“* (Dore Jacobs 1985, S. 13)

Vier Amerikanerinnen beeinflussten die Entwicklung der neuen Ansätze in Bewegungsbildung und Gymnastik: die Schwestern Isadora und Elisabeth Duncan, Genevieve Stebbins und Bess Mensendieck.

Sie brachten die – durch MacKaye, den Schüler und Nachfolger von Delsarte – in Amerika verbreitete Methode nach Deutschland und beeinflussten damit eine Reihe von deutschen Gymnastiklehrerinnen.

Auf diesem Wege gingen Impulse von Genevieve Stebbins zu Bess Mensendieck, Mensendieck reichte Delsartes Methode an Hedwig Kallmeyer und Dorothee Günther weiter. Hedwig Kallmeyer übergab sie Elsa Gindler (Günther 1971; Ludwig 2002).

Die neue Methode trug den Begriff der „Rhythmischen“ oder „Modernen Gymnastik“. Sie entwickelte sich als eine Bewegung gegen das Turnen, das sich an mechanisierten, vorgegebenen Übungen orientierte.

In dieser neuen Art von Gymnastik flossen verschiedene Ansätze zusammen: Die Bewegungslehre, die Atemtherapie, Entspannungsverfahren, bewegungsorientierte Konzeptionen der Musikerziehung, Elemente des Tanzes, Physiologie und Anatomie (Geuter 2004, S. 167 f.).

Es entstand eine Vielfalt von Schulen, die – je nach Herkunft, Erfahrung und Eigenheit ihrer Begründerinnen – unter dem Oberbegriff „Schule für Gymnastik und Tanz“ verschiedene Schwerpunkte vertraten. Manche von ihnen grenzten sich gegenseitig ab. Dementsprechend gab es Ausbildungen in rhythmischer, tänzeri-

scher, künstlerischer Gymnastik oder in Körperbildung, Sport-, Atem- und Heilgymnastik (Peters 1992, S. 4).

Auch hier spielte der Begriff Rhythmus, der sich im Wechsel von Spannung und Entspannung oder Atmung äußerte, eine übergreifende Rolle (vgl. Fitzthum 2003, S. 37).

Aus den verschiedenen gymnastischen und bewegungsbildnerischen Ansätzen und auch in Verbindung und Auseinandersetzung mit Musik und ihren Elementen, insbesondere dem Rhythmus, entstanden Formen von Körperarbeit und Körperwahrnehmung wie Eutonie und Funktionelle Entspannung sowie verschiedene Schulen für Atemlehre und -therapie.

### 2.1 Genevieve Stebbins

Genevieve Stebbins (\*1857<sup>2</sup>) führte Delsartes Arbeit fort und weitete sie zu einem allgemeinen Bewegungs- und Bildungssystem aus.

Zusätzlich beschäftigte sie sich mit den Religionen der alten Völker, mit den indischen Lehren, mit Theosophie und Geisteswissenschaften. Auch ihr Ziel war es, über die Arbeit am Körper die Seele zu erlösen und zu befreien (Günther 1971, S. 35). Ihre Methode erhielt den Namen „Harmonische Gymnastik“. In die Arbeit mit der Bewegung bezog sie auch die Stimme mit ein (vgl. Ludwig 2002, S. 194).

Ihre Methode gab sie an Bess Mensendieck und Hedwig Kallmeyer weiter.

Petzold erwähnt Stebbins in Bezug auf die historischen Grundlagen der Integrativen Leib- und Bewegungstherapie (Petzold 1988a, S. 22).

### 2.2 Bess Mensendieck

Die niederländisch-amerikanische Ärztin und Gymnastiklehrerin Bess Mensendieck (1864–1957 oder 1958) zählt zu den wichtigsten Begründerinnen der frühen Atem- und Leibpädagogik. Sie bezeichnete sich als geistige Schülerin von Delsarte. Ihre Lehre, auf anatomische Gesetze aufgebaut und speziell für Frauen gedacht, trug den Namen „System Mensendieck“. Ihr Ziel war es, nicht nur den Körper der Frau zu formen, sondern durch die Vermittlung von Wissen über den Körper zur Entstehung eines gesunden Selbstbewusstseins der Frau beizutragen (Kugler 2000, S. 333, Moscovici 2005, S. 17; Fitzthum 2008, S. 133).

Mensendieck legte Wert auf die „psychische Korrelation der Atmung“ (Mensendieck 1912, in: Fitzthum 2003, S. 49). In Bezug auf die Atemarbeit wurde sie von Leo Kofler beeinflusst. Musik spielte in ihrer Methode keine Rolle (Kugler 2000, S. 166).

Aus ihrer Lehre schöpften Marianne Fuchs (Fuchs 1984), Dorothee Günther (Ndugu 1976), Dore Jacobs (Jacobs 1985, 1990), Hedwig Kallmeyer (Moscovici 2005) und Hilarion Petzold (1988a).

2 Stebbins legte testamentarisch fest, dass ihr Sterbedatum nicht veröffentlicht werden soll.