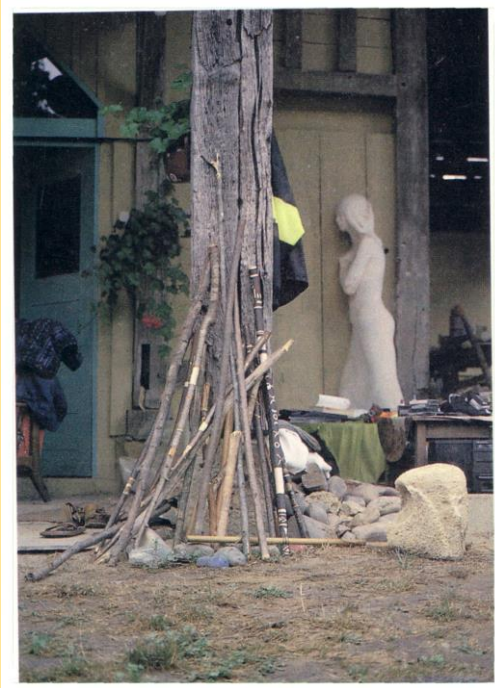


Mit meiner Lust der Partnerin begegnen.

Feministische Bewegungskultur und die 'Macht der Erotik' (1994) (1)



Audre LORDE schrieb:

"Jede Unterdrückung muss zum Zweck ihrer eigenen Aufrechterhaltung die Quellen der Macht in der Kultur der Unterdrückten vergiften oder zuschütten, aus denen Kraft zur Veränderung geschöpft werden könnte. Daraus folgt für Frauen die Unterdrückung der Erotik, da Erotik als Quelle von Macht und Wissen in unserem Leben angesehen wird."

Seit vielen Jahren - eigentlich seit Gründung der ersten LesbenSportgruppe 1982 in West-Berlin - suche ich in Praxis und Forschung immer nach Verbindungen von Bewegung und Lust. (2) In diesen Jahren haben sich allerdings meine eigenen Bewegungen, als auch meine Sichtweisen von der Lust in Bewegung sowie mein Suchen, verschiedene Bewegungsformen als Unterrichtende anzuleiten, stark verändert.

Einführung zur Feministischen Bewegungskultur

Mit einem Selbstverständnis als radikal-feministische Bewegungs- und Sportlehrerin, Selbstbehauptungstrainerin und Lesbenforscherin meine ich mit Lust an der Bewegung nicht nur den viel beschworenen 'Spaß' am Sport als 'schönste Nebensache der Welt', die im traditionellen Sportverein am Schönsten' sei - womit in den letzten Jahren gezielt Mädchen und Frauen angeworben werden. Für viele Mädchen, Lesben und andere Frauen ist der Spaß an Sport nicht ungebrochen. Aus meinen Erfahrungen gehe ich davon aus, dass etwa 30 bis 50% der erwachsenen LesbenFrauen aus dem Gebiet der alten Bundesländer Schulsport als regelten Horror erlebten. Ihnen wird noch als Erwachsene beim Anblick einer Turnhalle mulmig. Ängste vor Bällen, Schmerzen beim Barrenturnen oder ein inneres "Das-kann-ich-nicht" sind für viele das Synonym für Sport. Sport, das moderne Wort für die staatliche 'Körper-' oder 'Leibes-Erziehung' - auch nicht gerade lustvolle Begriffe.

Andererseits ist unter Umständen derselbe Sport für zahlreiche Lesben ein stark stabilisierendes Moment beim Ausbrechen aus der erwünschten weiblich-heterosexuellen Rolle gewesen bzw. hat positiv zum Coming out als Lesbe beigetragen (3). Außerdem kann Sport auch eine Möglichkeit der psychischen und physischen Stärkung nach erlebter sexueller Gewalt für Mädchen sein. Dass andererseits Mädchen im Schul- wie Leistungssport sexuelle Gewalt durch Sportlehrer und / oder Trainer erfahren, wird bislang nur von wenigen engagierten Forscherinnen, Lehrerinnen und Müttern fast folgenlos für die Täter aufgedeckt. Das Hingucken scheint für viele unerträglich - zu radikal müssten wohl die Konsequenzen ausfallen, sollte wirklich das Bildungsministerium und 'der' Deutsche Sportbund (DSB) das Ausmaß der regelgerechten und benoteten Gewalt durch und im Sport ansehen.(4)

Das Wort *Sport* kommt vom lateinischen *'de-sport-are'* und bedeutet *'sich vergnügen'*. Wenn ich im Folgenden von *"Sport"* in Anführungsstrichen schreibe, meine ich hier grundsätzlich keinen männlichen oder gemischt-geschlechtlichen Sport, sondern Bewegungsformen von und mit LesbenMädchen-Frauen, die im Zusammenhang der autonomen Lesben- und Frauenbewegung neu oder weiterentwickelt werden. Nach mehrjähriger Suche eines stimmigen Begriffs schlug Heidi SCHEFFEL 1987 'Feministische Bewegungs- und Sportkultur' vor, den ich seitdem für die Praxis und Theorie feministischer Ansätze und Zusammenhänge von Sport/Bewegung im übergreifenden Sinne verwende.

Gleichwohl ist umgangssprachlich der Begriff *"Sport"* nach wie vor vorhanden. Etliche Lesben-Frauen besetzen *"Sport"* für sich neu und sagen dann für viele Bewegungsrichtungen, -formen: "ich gehe zum Sport". Andere grenzen sich deutlich vom (leistungsorientierten) Sport-Begriff und seinen (vermeintlich) festen Werten (sowie der Anbindung an den DSB) ab. Sie wählen für sich und ihre Zusammenhänge z.B. die Sprachform "ich mache Aikido, Selbstverteidigung, Tanz". Erstaunlich finde ich, dass durch die nicht seltene Selbstbeschreibung 'ich bin unsportlich' die Sehnsucht nach einer gewissen 'Fitness und Sportlichkeit' als subjektiver 'Wert' wiederum durchschimmert.

Das gemischtgeschlechtliche und Frauen-Aikido grenzt sich u.a. wegen der Ablehnung von Wettkampfstrukturen vom Sport ab. Eine Lesbe, die längere Zeit täglich zwei Stunden Aikido trainierte, teilweise Trainings leitete und zu vielen Lehrgängen fuhr, begriff sich trotzdem lange als 'unsportlich' und 'kraftlos'. Dieses Selbstbildnis wirkte sich u.a. auf ihr Bewusstsein in durch Männer verursachten bedrohlichen Situationen deutlich negativ aus, obwohl sie sich technisch zu wehren wusste.

Der Umkehrschluss, dass LesbenFrauen mit einem "sportlichen" Selbstverständnis generell ein positives Verhältnis zu ihrer Selbstverteidigungsfähigkeit haben, wäre jedoch falsch, denn der traditionelle, europäische Sport klammert Gewalt (zumal von Männern gegen MädchenFrauenLesben) und die Alltagsfähigkeiten der jeweiligen Sportart bis auf Männer-Boxen und -Ringen grundsätzlich aus.

Feministische Bewegungskultur bedeutet für mein Selbstverständnis ein Ineinanderfließen von Praxis und Forschung, von Ausprobieren und Reflektieren interdisziplinärer Bewegungsansätze. Es bedeutet auch Nachdenken, Fragen, Beobachten, Austausch und ein radikales Infragestellen des Sports. Und: eine ungebändigte Lust auf freiwilliges Bewegen - jede so wie sie kann und wie sie mag. Leistung und Differenzierung, eigene Wettkämpfe oder auch nicht eingeschlossen. Diese ganz verschieden gelebte Lust auf Bewegung ist für mich auch ein Ausdruck lesbischer Existenz und Handeln im ganzheitlich-politischen Sinn.

Eine Diskussion über Werte und Maßstäbe innerhalb der Feministischen Bewegungskultur ist für mich allerdings ein dringendes Anliegen. Auch wenn "Sport" mittlerweile ein Thema der Frauen-Lesbenbewegung ist, wird öffentlich (auch unter den sogenannten FachLesbenFrauen) wenig reflektiert und gestritten, was denn vergnügliche Bewegung ausmachen könnte. Oder welche Unterschiede oder auch Gemeinsamkeiten es zu traditionellen bis alternativ gemischtgeschlechtlichen Sportkonzepten und -erfahrungen gibt/geben sollte? Welche heimlichen Fitness-Körper-Bilder haben sich beispielsweise eingeschlichen? (5) Letzteres meint auch, mehr Wege zu suchen und zu finden, dass LesbenFrauenMädchen mit körperlichen Einschränkungen, Krankheiten, Verletzungen echte Teilnahmemöglichkeiten bekommen, ohne die Andere, die Außenseiterin, die spastisch Gelähmte, die Rollstuhlfahrerin, die mit dem Knie ... zu sein (und eher gar nicht erst zu

kommen oder allein auf den gemischtgeschlechtlichen Behindertensport angewiesen zu sein). Die "rollenden, hüpfenden, hinkenden Krüppellesben" sind seit Jahren aktiv, doch gibt es nur in wenigen Städten eigene "Sport"-Bewegungs- oder / und Selbstverteidigungsgruppen. Unter anderem im Selbstverteidigungszentrum Bielefeld, dem Reithof Luisenhof und der Frauenbildungsstätte Franzenhof können FrauenLesben mit verschiedenen Handicaps an Kursen / Workshops teilnehmen.

Ein "Sport" von und für MädchenLesbenFrauen, der sich letztlich doch wieder an den aktuellen Fitness-Maßstäben des herkömmlichen Sports orientiert und dies durch heimliche oder offene Ausschlüsse perpetuiert, kann kein Bewegungsansatz im Sinne einer Feministischen Bewegungskultur sein! So erlebe ich es häufig, dass Teilnehmerinnen ihre Einschränkungen (z.B. Rückenbeschwerden) 'privat' verschweigen (sollen) und weiterhin selbst ihre Schmerzen im Sport wie im Alltag als "normal" bezeichnen. Deshalb halte ich es für eine Aufgabe der Kursleiterin bzw. auch der ganzen Gruppe, ein Klima zu schaffen, in dem FrauenLesben sich austauschen (können - nicht müssen!). Weitergehend ist es für mich nicht tragbar, wenn Kursleiterinnen ihr Nichtwissen über Alternativübungen allgemein oder für die einzelne gesundheitsschädlichen Aufgaben / Formen (von gymnastischen Übungen, über Spielen bis zur Einnahme bestimmter Sitzpositionen) durch das bekannte "Dann kannst du nicht teilnehmen" kompensieren.

Mit Erschrecken, Wut und auch Angst habe ich die letzten Jahre nach einer Knie-Operation in nicht von mir geleiteten FrauenLesbenGruppen öfter gehört: "Tja, das geht mit deinem Knie wohl nicht." Zum Beispiel beim Shiatsu: es wurde als unumgänglich hingestellt, dass frau beim Shiatsu-Geben knien muss - was unsinnig ist. Oder es war schwierig Aikido zu beginnen, da ich kaum Schutz und konkrete Bewegungsunterstützung von Trainerinnen bekam - obwohl ich bereits abrollen konnte. Es forderte viel Unsicherheit, viele körperliche Schmerzen, meine ganze Erfahrung als feministische Bewegungslehrerin und die konkrete Unterstützung durch Brigitte BRÜCK, die ersten Schritte ins Aikido zu tun. Wie geht es erst LesbenFrauen mit unveränderlichen körperlichen Einschränkungen und unendlich vielen Ausschlüßerfahrungen?!

Mit meiner Kritik will ich jedoch nicht zur Unkultur des persönlichen Fertigmachens beitragen. Vielmehr möchte ich anregen, uns selber mehr (oder auch: veränderte) Rahmen zur (interdisziplinären) Entwicklung zu geben. Gerade auch fachliche Reflexionen sind nicht ohne politische Fragestellungen nach dem "Wohin" denkbar. So sollten, um ein anderes Beispiel zu nennen, Kursleiterinnen einiger FrauenLesbentanzkurse, in denen feste Rollen von 'Führender' und 'Geführter' standardisiert-paarig-technisch vermittelt werden, auch Fragen nach dem Anteil ihrer Mit-Verantwortung zur Festigung ausschließender, Hierarchien schaffender und stabilisierender Rollen zwischen FrauenLesben zulassen. (6)

Von der Lust, der Erotik und der Partnerin in der Bewegung

Im Folgenden will ich vor allem Spuren der Lust in und durch Körperbewegung nachgehen. Diese Lust kann auch 'Macht der Erotik' genannt werden, die Audre LORDE als politisch-spirituelles Potential so umschreibt:

"Die Wurzel des Wortes "Erotik" ist das griechische Wort EROS, die personifizierte Liebe in all ihren Formen - die aus dem Chaos geborene Verkörperung schöpferischer Macht und Harmonie. Wenn ich daher von Erotik spreche, dann im Sinne einer Bestätigung der weiblichen Lebenskraft - dieser machtvollen schöpferischen Energie, die wir uns nun zu unserer Erkenntnis und zu unserem

Nutzen in unserer Sprache, unserer Geschichte, unseren Tänzen, unserer Liebe, unserer Arbeit und in unserem Leben zurückgewinnen." (7)

Diese abstrakt erscheinenden Sätze werde ich versuchen, mit ausgewählten Bewegungs- und Begegnungsbildern aus dem Arnis, Volleyball und Aikido zu füllen. Ein Erlebnis aus der Selbstverteidigung schließt den gedanklichen Bogen.

Das Beispiel Arnis

Arnis (auch Eskrima genannt) ist eine philippinische Kampfkunst mit Waffen, die in der BRD wesentlich als Stockkampf bekannt ist. In den feministischen Trainingsgruppen steht dabei meist ein variantenreiches Techniktraining im Vordergrund, wobei es, ausgesprochen oder nicht, immer auch um die Abwehr des vorgestellten männlichen Angreifers geht.

Grundsätzlich - auch zur klaren Stellungnahme von Feministinnen zu neofaschistischen Kulturen - sind Geschichten von Waffen (insbesondere von Stock, Bogen, Lanze, Schwert, Messer) in Mythen und auch Märchen interessant. Im heutigen Geschichtsbild asiatischer und europäischer Kampfkünste verhelfen Waffen ihren meist männlichen Trägern durch zahlreiche Übungen und Rituale, eingebunden in die jeweiligen Lebensbedingungen und ethischen Weltgedanken zur (relativen) Unbesiegbarkeit. Bezogen auf die nachfolgenden Ausführungen geht es auch hier vornehmlich um die Bündelung spiritueller Energie, um Zentrierung - allerdings wird sie meistens zur gewalttätigen Zerstörung von Mann gegen Mann und dem scheinbaren Schutz von Frauen, besser: zu ihrer Besitzergreifung, eingesetzt. (8) Die Auseinandersetzung mit der Herkunftsgeschichte von Waffen führt auch zu Fragen nach ihrer Entwicklung aus alltäglichen Verrichtungen und Lebensbedingungen: Werkzeuge zur Ernte, zum Tiere hüten und häuten, zum Wandern etc. Schwerter und Stäbe haben - auch das kann hier nur angedeutet werden - einen je eigenen Platz in den verschiedenen Tarotkarten. Bewegungen des Schneidens sind z.B. mit Ablösung, Entscheidung, Unterscheidung verknüpft. Mit dem Messer ausgeführt können sie zudem Teil der Kontaktaufnahme mit anderen Ebenen von Wirklichkeit sein.

Im Frühsommer 92 lernte ich während eines fünftägigen Kurses in der Frauenbildungsstätte Anraff die Suche nach einem ausschließlich auf Lesbenenergie gründenden Ansatz im Stockkampf durch Ulrike DUSCHA und MARITA aus dem Hunsrück kennen. (9)

In dem Kurs haben wir uns - einige mit, andere ohne Vorkenntnisse - ausschließlich lustvoll mit dem Stock bewegt. Das Thema war die Lust an der Begegnung, hier als die Lust zu Kämpfen. Kampf jedoch verstanden als der zerstörerische von Mann gegen Mann, von Männern gegen Mädchen/Frauen/Lesben, die sich um ihr (Über-)Leben wehren. Hier wurde Kämpfen zur innigen Zuwendung, um mit sich selbst und (einer) anderen in Kontakt zu kommen. (10)

Zunächst: mit Lust, mit Freude bewusst den Stock vom Boden auf und in die Hände nehmen - nicht um eine andere oder mich zu verletzen, sondern zur Bündelung der eigenen Energie. In allen außereuropäischen Kampfkünsten oder auch im Qigong, T'ai-Chi-Ch'uan und anderen asiatischen Bewegungsformen ist "Ki" der Ausdruck für Energie: der Begriff kommt aus dem Japanischen (im Chinesischen heißt es "Chi") und bedeutet etwa: "Strom der geistigen und körperlichen Kraft, Lebensenergie" (11).

Gehen, Atmen, den Stock - mich, meine Lust, meine Kraft, meine Unsicherheit und Angst vor etwas Unbekanntem (bisher war ein Stock lediglich ein Wander- oder Schlagstock) - anzuschauen und dann entschieden aufzunehmen, in beide Hände, - der Wahrnehmung bewusst werden, was

für eine Kraft in einem 'Stück' Holz zentriert ist, sein kann. Ausdruck vom Ich-Jetzt. Dann übergeben wir, jede für sich, den Stock vorsichtig von einer in die andere Hand, bewegen ihn hin und her. Staunen über die Entdeckung einer doch eigentlich so alltäglichen Bewegung, oft unbewusst ausgeführt - nie diese Energie erfahren / zugelassen. Ich fühle tiefe Freude, Lachen, Respekt und Achtsamkeit - Energieströme fließen durch meinen Körper, meinen Arm, meine Hand in den Stock und zurück. Das alles fühlt frau nur, wenn sie langsam ist und alles Wollen loslässt. Momente von Furcht: welche Kräfte spüre ich da eigentlich und: wohin führt das? Auch kommen in uns Fragen nach der Umsetzung dieser Energie gegen angreifende Männer kommen hoch. Diese Kräfte sind stärker als alles, was ich bisher unter dem Aspekt der Selbstverteidigung gelernt und vermittelt habe.

Einen oder zwei Tage später begannen wir - immer wieder mit dem Hinweis auf Langsamkeit - paarweise zu kämpfen. Wir sahen uns deutlicher als sonst im "Sport", der Selbstverteidigung oder den Kampfkünsten zunächst in die Augen, nehmen uns Zeit für wirkliches Entscheiden, ob wir (du und ich) jetzt Lust haben, miteinander zu kämpfen - einander im Inneren zu begegnen. Der Mut zur Zuwendung braucht auch Raum für ein eventuelles "Nein, jetzt will ich nicht mit Dir". Ich werde mich der Partnerin mit meinen Augen, meinem Atmen, meinem ganzen Körper, meinem Ich in Bewegung zumuten. Langsam kreisende Schläge mit aller Kraft durch ihren sichtbaren Körper - ohne sie zu berühren: die Energie fließt von der Erde durch jede Zelle meines Körpers, geht durch den Stock, zu ihr, durch ihren Körper, weiter, sammelt sich neu - findet einen anderen Weg. Und umgekehrt: ihr Stock geht durch mich hindurch, trifft mich. Es ist nicht Zerstörung, nicht ein Zerteilen mit einer Waffe. Nein, ich fühle mich gemeint, alle Körperteile und Organe, die sie in der Aura genau berührt. Ich habe keine Angst vor Gewalt, vor Verletzung. Ich brauche nicht zu blockieren, mich nicht zu schützen. Es ist eher die Tiefe der einfachen, alltäglichen Bewegungen, die mich für Momente Angst spüren lässt. Öffnen lässt mich alles wahrnehmen, jedes Schützen ist ein Verschließen. Und es ist so schwer, mich 'einfach' ganz zu öffnen.

Im Unterschied zum herkömmlichen Arnis geht es dann so weiter: den als tödlich geltenden Schlag von oben auf die Schädeldecke wirklich ganz durchführen - mit aller, zunehmender Energie - „äußerste Zeitlupe, treffen wollen, anfangs weiterhin in der Aura ohne unmittelbare Körpernähe. Einen Augenblick bleibt fast das Herz stehen. Die Angst ihr zu Nahe zu kommen, die Partnerin ganz, in ihrer Aura zu fühlen / zu sehen. Es ist eine Berührung so wirklich wie Berührung nur sein kann. Es gibt den hilfreichen Satz: da wo die Angst sitzt, geht es lang. Also: konzentrieren, anschauen, mich weiter öffnen, zuwenden - wissen: jederzeit kann jede stoppen. Wenn sie und ich ganz da sind, mit unserer Aufmerksamkeit, unserer Lust, in dem Augenblick fühlt jede die 'Macht der Erotik', pure Energie, Liebe. Wir beziehen uns nicht aufeinander, jede sucht immer wieder neu ihren Weg mit dem Stock, und irgendwann kommen wir (vielleicht) in einen „äußeren Kontakt von Berührung: die Stöcke treffen sich exakt dort, wo die energetische Spannung Lösung in dem Punkt und keinem anderen bedarf. Rollen haben sich aufgelöst: Welche war die Angreiferin, welche die Verteidigerin?

Sowie ich Zweifel oder Angst bekomme (z.B. die Partnerin zu verletzen oder verletzt zu werden), sowie sich leiser Ärger einschleicht (vielleicht weil sie nicht ganz in der Mitte durchschlägt und ich dabei spüre, dass sie sich nicht ganz mir zuwendet oder mir, uns nicht ganz vertraut) oder ich nicht mehr ganz eins mit mir im Fühlen, Denken und Handeln bin - und nicht alles andere auf der Welt vergesse - 'klappt' es nicht. Dann unterbrechen wir sofort. Auch ein Teil dieser Art des Miteinander-Kämpfens: Irritationen bewusst wahrzunehmen und mit ihnen offen umzugehen. Zeitlupekämpfen, eine tiefe Berührung mit der anderen in spiritueller Energie. Echtes Spiel. Welch'

Potential! Interessanterweise konnten am Ende des Kurses alle die wesentlichen Grundschnitte aus dem Arnis - ohne dass die Techniken nur einmal thematisiert worden waren.

Für mich am Erstaunlichsten: zwei Monate nach einer Knie-Operation konnte ich mich "sportlich" gar nicht bewegen, oft war auch Gehen und Liegen mit vielen Schmerzen verbunden. Ulli und Marita hatten sich für mich Extraaufgaben und -positionen im Sitzen ausgedacht. Während der Woche konnte ich aber jede Bewegung in jede Richtung im Stehen, Gehen und langsamen Laufen nahezu schmerzfrei und fast geschmeidig machen. Ich brauchte keinen Stuhl und fühlte mich kaum bewegungseingeschränkt. Da der Kontakt von Innen heraus kommt, bin ich überzeugt, dass dieser Weg auch beispielsweise blinden LesbenMädchenFrauen tiefe und geschützte Bewegungserfahrungen ermöglichen kann. Wohl auch deshalb wurde die Erfahrung für mich zu einem Weg und Aufgabe als Bewegungslehrerin.

1993: Ich arbeite weiter mit dem Stock - habe Erfahrung mit dem Schwert (vgl. Aikido), lerne FarbHeilen und Obertöne - begleitet und angeregt von Marianne WEX.

Zum Ankommen einer feministischen-spirituellen Tagung leitet Gabriele FISCHER eine kurze bio-dynamische Bewegungspraxis an: ich bewege mich, meine Füße, meinen Körper, lasse Laute aus meinem Mund kommen. Meine Hände wollen in gerade, fast feste Bewegungen kommen, will es ihnen nicht gestatten, sie 'sollen' fließen, schwingen. Schließlich gebe ich nach, neugierig, wohin diese Hände eigentlich wollen: es entwickelt sich schnell eine eigenartig-geradlinige Bewegung von links-oben nach rechts-unten schräg vor meinem Bauch, ich mache Töne - die Bewegung wiederholt sich, die Handflächen übereinander, etwa 15 cm voneinander entfernt. Auf einmal ist es deutlich: ich spüre den Satz, der sich in meinem Mund formt: ich fühle den "Ton der Aura meines Stockes", klar und sehr genau - mein Stock, die Länge, Dicke, die Dichte und Farbe des Holzes - und dabei habe ich nichts in den Händen. Ich fange an zu kichern.

Das Beispiel Volleyball

Nach Momenten echter Begegnung habe ich oft gesucht und es gab sie auch immer wieder in meinen Sport- und Bewegungskursen - als mich Bewegende wie als Trainerin. Doch durch die Erfahrung in dem Stockkampfkurs öffneten sich für mich neue Wege und ich konnte viel Suchen und manches Irren in Praxis und Theorie feministischen Unterrichts in veränderte Bahnen lenken.

Monate später wurde für mich sichtbar, warum ich mit einer Lesbe, einer langjährigen Freundin, ganz besonders gerne in meinen 25 Volleyballjahren gespielt hatte. Am liebsten sogar zu zweit: wir forderten uns immer bis an die Grenze, doch nie darüber hinaus. Keine hätte absichtlich einen unerreichbar 'fiesen' Ball gespielt. Sehen - oft ein Spüren trotz schneller Bewegungen - auf welchem Fuß die andere gerade steht oder in welchem Tempo sie, vom Boden kommend, einen Schmetterschlag gerade noch erreichen kann. Im Spiel im Lesbenteam spielte ich (als Stellspielerin) ihr (als Angriffsspielerin) den Ball aus dem Gefühl zu und sie wusste - ohne dass wir viel miteinander trainiert hätten, wann sie genau in welchem Tempo zu welchem Schlag wo abspringen musste. Und schon damals war da eine Ahnung, dass sich unsere Energielinien in dem Augenblick trafen, wo sie den Ball exakt zu dem von uns vorher entschiedenen Zeitpunkt berührte. Wenn es geklappt hatte: ein Strahlen, Lachen, uns in die Hände klatschen. Es war uns nie wichtig, ob der Ball zu einem Punkt verwandelt werden konnte. Es kam vor, dass ihr Schmetterschlag vom anderen Team geblockt in unserem Feld zu Boden fiel. Trotzdem, ein Lächeln: "das war's"! Lust - Erotik, Liebe in der Bewegung, Leidenschaft - nichts dafür zu wollen. Auch kein symbiotisches Verharren

im Augenblick, immer wieder loslassen, die Freude der Begegnung nicht festhalten, den Kontakt entstehen lassen - voll Vergnügen und oft traumwandlerischer Sicherheit.

Die Faszination der Sportspiele liegt vermutlich genau in dieser Art Momenten, wobei darüber weder im gemischtgeschlechtlichen noch im FrauenLesbenrahmen geredet wird. Rückblickend sehe ich, dass ich viele Jahre durch recht aggressives Training die Lesben und anderen Frauen 'spielerisch' zu Intensität provozieren wollte. Von Begegnungen im feministischen "Sport" hatte ich zwar schon eine Ahnung, doch noch viel zu wenig Wissen um Energie / Spiritualität, um den genauen Raum für freiwillige Herausforderung und Schutz im Training wie Spiel abzustecken und mit Aufgaben zu füllen.

Vor einiger Zeit hatte ich einen Schlaftraum: wieder als Volleyballtrainerin arbeitend, wollte ich zwei Lesben beim Zustellen und Schmettern es entdecken lassen: der Partnerin genau diesen Ball mit aller Zärtlichkeit und Bedingungslosigkeit zum Schmettern zuzuspielen. Noch nie hatte ich es so genau gesehen, 'wie' es geht - wie ich die Idee von Berührung, Energie im schnellen und komplexen Volleyballspiel vermitteln kann. Vor meinen Schlaflaugen sah ich genau die Trennung zwischen den Ebenen, zwischen "Sport" und 'Energie in Bewegung'. Die eine Lesbe sah neugierig auf das, was da kommt - will lernen, zulassen, was nur am Rande das letztlich sichtbare Sportspiel Volleyball zum Thema hat. Die andere ist in meinem Traum da, um "Sport" zu machen. Sie will jetzt die Zuspieltechnik verbessern. Einen Moment Enttäuschung bei mir, doch dann begreife ich, dass das völlig in Ordnung ist - ihr Weg genauso richtig. Es gibt kein Falsch.

Meine Aufgabe als Trainerin, als Lehrende ist es, nicht zu vermischen und nicht zu versuchen, ihr etwas anderes (heimlich) aufzudrücken. Gegebenenfalls sollten wir aufhören, miteinander zu arbeiten. Ich bin dankbar für einen Traum, der mich achtsamer werden lässt. Achtsamer darin, an und mit dem Berühren von Grenzen zu arbeiten und dabei zu versuchen, niemals (mit missionarischem Eifer) letztlich etwas erzwingen zu wollen. Es bleibt eine Gratwanderung und auch Aufforderung, nicht in jedem Rahmen in jede Tiefe zu gehen!

Das Beispiel Aikido

Seit dem Jahreswechsel 92/93 habe ich angefangen, Aikido in Frauengruppen zu lernen. Eine Kampfkunst, die ganz ohne Wettkampf auskommt, eigentlich ausschließlich aus dem Ki lebt. Genauer: der Weg der harmonischen Energie. Du versuchst, aus der Mitte (dem Zentrum) heraus in Bewegung mit deiner Angreiferin als Partnerin zu gelangen. Nach dem Grundprinzip: Greift sie stürmisch an, nehme ich die Energie auf, um sie in spiralförmigen Bewegungen zu Boden zu führen. Ist sie mit ihrer Konzentration nicht wirklich bei mir, bzw. gibt keine Energie, muss ich von mir Energie dazu tun. Im Idealfall entsteht wirklicher Kontakt zwischen beiden Partnerinnen. Sie kommen miteinander in Fluss. Es wird ein Tanz in Spiralen miteinander. Das System Angriff und Verteidigung löst sich auf, es entsteht etwas gemeinsames Neues: Berührung, beide Geben und Nehmen. Ich erlebe dies als lustvolles Dasein mit meinem ganzen Respekt, meiner Zuneigung, meiner Wachsamkeit und meinem inneren Lachen in diesem Augenblick. Spüre Enttäuschung, Verlust, manchmal Ärger, wenn eine nicht wirklich auf mich zukommt, mir als 'Angreiferin' keine Energie gibt, sondern lediglich einen Haltegriff antäuscht. Oder wenn sie sich schon in der angesagten 'Verteidigungs' technik bewegt, bevor ich als Angreifende überhaupt einen Impuls gegeben habe oder auch unkonzentriert war. Dann wird es - je nach Trainerin (und Partnerin)- ein unendli-

ches üben. Vielleicht hat auch das einen Sinn, doch die tiefere Qualität - um die es im Aikido-Üben immer geht - entsteht nicht.

Eigentlich ist die Möglichkeit eines lustvollen und achtsamen Sich-in-der-Tiefe-Begegnens in keiner anderen Bewegungsrichtung, einerlei ob östlichen oder westlichen Ursprungs, so verwurzelt wie im Aikido. Doch habe ich den Eindruck, wird gerade dies wenig thematisiert und kaum nach Zielen und Vermittlungswegen aus feministischen Positionen heraus gesucht. (12) Hierzu gehört für mich auch ein eigenwilliges Entmüllen patriarchaler Autoritäts- und Demutsstrukturen. Diese mögen für Männer sinnvoll erscheinen. Sie halten LesbenFrauenMädchen allerdings leicht in Ohn-Machts-Strukturen fest. Ich halte Grußrituale an sich für wertvoll, doch sollten Anlässe und Formen selbst bestimmt werden. (13)

Auch ist mir ein eigenständiges Suchen nach Formen der Grenzachtung im Training besonders wichtig. Solange frau nicht die Möglichkeit hat, "Stopp" zu sagen, d.h. jederzeit eine aktive Grenze beim Anfassen und Bewegen setzen zu können und damit auch offen mit momentaner eigener Nähe und Distanz ohne Bewertungsraster(!) umzugehen, wird es FrauenLesben geben, die nach kurzer Zeit lange Pausen einlegen; die eigentlich 'nie richtig da' sind oder andere, die immer zu 'grob', heftig oder ähnlich sind. Letztere möchten sich meist gerne körperlich fordern und erfahren nur selten bewusst etwas vom Miteinander-In-Fluss-Kommen und wie Partnerinnen sich hierin unterstützen können.

Wenn beide Partnerinnen sich entschieden haben, miteinander zu kämpfen, dann verliert auch das (Holz-)Schwert als eine der Waffen, von deren Einsatz viele Aikido-Bewegungen abgeleitet werden, seine an sich tödliche Bedrohlichkeit. Mit dem Schwert bündle und verlängere ich (wie mit dem Stock beim Arnis) zunächst meine Energie. Wenn ich - anfangs immer mit „äußerster Langsamkeit - wirklich durchschlage, kann meine Partnerin diese Energie aufnehmen und im Kontakt weiterleiten. Deute ich den Schlag nur an, bleibe auf Brusthöhe stecken oder schlage vermeidend daneben, können wir zusammen eine Technik üben, doch es entsteht keine gemeinsame Qualität, keine Erotik der Begegnung. Und die ist auch im Aikido nur zu einem Teil vom technischen Können abhängig.

Viele gelehrige Schüler (und Schülerinnen?) des zweifellos verdienstvollen Aikido-Begründers Morihei UESHIBA (1883-1969) scheinen zu glauben, dass es unendlicher Mühe und Anstrengung bedarf, um das EnergieLicht vor einer fliegenden Kugel zu sehen. Da kein Patriarchat sich selber abschaffen wird, braucht es für die Aufrechterhaltung von Hierarchien und Männlichkeitsgehabe wohl auch mühevolleres Üben und eine Quasi-Göttlichkeit als personifiziertes, unerreichbares Ziel: als gehorsam zu grüßendes Foto in fast allen Übungsräumen (Dojos) aufgehängt. Aus einer feministischen Position heraus macht der, aus dem hierarchischen Aufbau folgende langsame Zugang zu spiritueller Energie in Bezug auf die Macht-Missbrauchsgefahren durchaus Sinn. Allerdings werden körperlich-unmittelbare und energetische Grenzüberschreitungen von Seiten der LeiterInnen gegenüber den Teilnehmenden und zwischen ihnen so gerade nicht verhindert.

Ein Beispiel aus der Selbstverteidigung

Alle Trainerinnen, die mit Selbstverteidigung zu tun haben, kennen die Schlaghemmungen, die Mädchen schon früh antrainiert und die zum Beispiel bei der scheinbaren Unfähigkeit vieler erwachsener LesbenFrauen sichtbar werden, einen Ball kraftvoll zu werfen - oder im Volleyball den Ball zu schlagen - oder in der Selbstverteidigung durch- und zuzuschlagen. Immer geht es um Energie, die durch das Ziel hindurchgeht. Ohne sie kann keine Bewegung in Fluss kommen, bleibt auf halber Strecke stocken. Das Brett wird nicht zerschlagen und Selbstverteidigung nur bedingt wirksam. Und genau hierin - im Spüren, Erkennen und Umsetzen ihrer Eigen-Macht, der Macht der Erotik - wurden und werden sehr viele FrauenLesben planvoll früh gestoppt / beraubt.

Als letztes erzähle ich von einem Erlebnis während einer Demonstration in West-Berlin etwa 1983/84: mitten in Kreuzberg SO 36 finden heftige Auseinandersetzungen statt, wobei eine ursprünglich friedliche Versammlung von der Polizei, unter Einsatz von Tränengas und Schlagstöcken, gewaltsam aufgelöst wird. Im Zuge dessen springt in einer ansonsten leeren Straße ein vollgepanzelter Polizist mit gezogenem Demo-Schlagstock aus einer kurz anhaltenden Wanne (Polizeibus). Er stürmt auf eine Vierergruppe von jungen Frauen und Männern zu, die sich ängstlich und ohne Gegenwehr an einen Bauzaun drücken und drischt auf sie ein. Nach einer Weile dreht er sich plötzlich um und läuft mit hoherhobenen Stock auf mich und meine damalige Geliebte zu. Meine Freundin steht in dem Moment etwa 2 Meter hinter mir in einem Hauseingang. Ich stehe zufällig allein auf dem BürgerInnensteig. Beide sind wir noch fassungslos angesichts der staatlichen Gewalt. Obwohl mich ein inneres Zucken durchfährt und ich am liebsten die Arme zum Block über den Kopf kreuzen möchte, bleibe ich „äußerlich ruhig stehen und gucke den schwitzend auf mich zu rennenden Polizisten direkt in die Augen - nicht angreifend, doch mit Entschlossenheit: du schlägst mich nicht! Er bleibt knapp 3 Meter vor mir stehen, den Stock hoherhoben. Ich spüre wie jede leise Bewegung von mir ihn sofort zuschlagen lassen würde. Ich stehe da und schau ihn an, ihm ganz zugewandt, und atme aus. Auf einmal spüre ich meine Macht, meine Kraft - er scheint kleiner, machtlos zu werden. Er lässt den Stock sinken, wendet den Blick ab und geht weiter. Ich blicke ihm nach bis ich sicher bin, dass er sich aus Angst oder Zorn nicht doch wieder umdreht und zuschlägt.

Im nachherin wurde mir (und uns) deutlich: ich bin durch meine Angst durchgegangen, habe sein zerstörerisches Potential aufgenommen, durch mich durchgelassen und bin ihm mit meiner Eigen-Macht begegnet. Und meine Freundin war in meinem Rücken präsent – Energiebündelung. Ist auch dies 'Lust'? Darüber habe ich mit Freundinnen und Lesben, die diesen Beitrag als Vortrag hörten, viel nachgedacht. Wenn ich die Lust, die Erotik nicht auf ihn, sondern auf mich und mein Recht, meinen unbedingten Lebenswillen und der Umwandlung seiner Zerstörungsmacht beziehe, bleibt der Grundgedanke stimmig. Zumal jegliches Begegnen mit der Lust, jegliches Öffnen bei sich selbst beginnt. Ich kann nur mich selber öffnen, niemals eine andere, wenn sie es nicht selber tut / will. Öffnen für die Eigen-Macht, für alle Sinne, ist somit Schutz - psychisch und oft auch körperlich.

Zwar hatte ich in dem Moment der Selbstverteidigung gar keine andere Chance, doch habe ich seitdem etliche gefährliche Situationen mit Männern auf ähnliche Weisen umgelenkt. Warum diese 'Technik' oft funktioniert, ist mir im Inneren eigentlich erst nach der Stockkampfwoche klar geworden. Es wäre jedoch ein Fehler zu glauben, diese Kraft sei ohne Konzentration, ohne Üben, ohne eigenes Ernstnehmen immer verfügbar. Die Energie an sich ist schon vorhanden, nur haben

wir nicht immer die Kraft und den inneren Raum, sie zu öffnen, zu konzentrieren und durch die Angst durchzugehen - zu allgegenwärtig sind die An- und Übergriffe und ihre Spuren.

Abschließende Gedanken

Seit vielen Jahren arbeite ich auch am Thema der psychosomatischen Folgen sexueller Gewalt sowie der möglichen Gewaltwiederholung durch Sport. Und so frage ich (mich) auch, ob der Weg, den ich mit den Beispiele illustrieren wollte, eine Form zum Heilen mit Bewegung sein könnte. Ich denke und fühle ein Ja: dieser Ansatz braucht Aufmerksamkeit und Respekt, hat Platz für Spielen, Lachen und vor allem für aktives Grenzen setzen. Es geht um langsames Begegnen und das heißt, dass jede selber schaut, inwieweit sie sich jetzt mit einer oder mehreren einlassen mag. Sie hat Raum ihre Grenzen auszuprobieren und in Bewegung zu kommen, ohne sich durch feststehende Techniken oft hilflos überfordert zu fühlen. Bewegungserfahrungen sammeln durch Techniklernen kann umgekehrt natürlich auch eine Hilfe, ein wichtiger Rahmen sein. Regine ULMER weist in ihrer 'Zusammenfassung' des Beitrags "Das Lachen im Körper wieder hören" daraufhin wie wichtig es für Überlebende sexueller Gewalt sein kann, überhaupt einen "funktionalen Zugang" zu ihrem Körper haben zu können. (15) Allerdings ist in vielen Trainings wenig bis kein Raum für ihre individuellen Möglichkeiten und Bedürfnisse. Bewegungsangebote mit einem energetisch-spirituellen Ansatz sollen weitergehend ein un - mittelbarer Bewegungsraum sein. Das heißt, Worte können unterstützend gebraucht werden, doch muss keine etwas erklären, sich rechtfertigen - sie kann so sein. Aus diesem Raum heraus - gerade weil Grenzen setzen können ein elementarer Inhalt ist - kann sie vielleicht Begegnungen mit anderen zulassen, die sie sonst auf irgendeine Weise verhindert hätte - und sei es mit einer körperlichen Verletzung ihrer selbst.

Dieser 'Bewegungsansatz' (es ist wohl eher ein Weg) könnte für viele Lesben, Frauen und Mädchen einen tieferen Zugang zu Begegnung aus freiem Willen schaffen. Allerdings braucht es zum Entwickeln auch wirkliche Räume (je eigene für Lesben, für lesbische und heterosexuelle Frauen, für Mädchen) und Zeit. Vertrauen entsteht, es kann niemals gezwungen werden, auch und gerade nicht durch eine (aufgesetzte) Methode - zumal ein Begriff wie 'Lust' oft nur langsam aus dem Kontext (Zwangs-)Heterosexualität und ihrer Unlust daran (vor allem für heterosexuelle Frauen, aber auch für viele Lesben) lösbar ist.

Meine Erfahrungen und Gedanken, in ihren unterschiedlichen Weisen der Puren Lust (Mary DALY), habe ich als Beitrag zum Gespräch und weiteren Entwicklung einer feministisch-spirituellen Bewegungskultur aufgeschrieben. Abschließend gebe ich noch einmal Audre LORDE das Wort:

"Die Berührung mit der Macht der Erotik macht mich weniger Willens, Ohnmacht oder jene anderen demütigenden und für mich unnatürlichen Zustände wie Resignation, Verzweiflung, Selbstrücknahme, Depression und Selbstverleugnung zu akzeptieren." (16)

Anmerkungen

1 Dieser Beitrag ist aus einem Vortrag entstanden, den ich erstmals unmittelbar nach dem Stockkampfkurs während des Lesbenfrühlings 1992 in Bremen gehalten habe. Weitere Stationen, an denen etliche Lesben mitdiskutierten und deren Anregungen einfließen waren: 8. Berliner Lesbenwoche 1992, 2. Hamburger Frauen- und Mädchensportwoche 1992, 2. Lesbenforschungssymposium Boldern, Lesbenfrühlingstreffen

Freiburg 1993. Der Artikel ist bereits erschienen in: Bischoff (Hgin) 1993 und überarbeitet worden. Die Veröffentlichung erfolgte unter dem ursprünglichen Titel des Vortrags während des zweiten Symposiums deutschsprachiger Lesbenforschung in Boldern: „Mit meiner Lust der Partnerin begegnen. Ein Beitrag zum Sport und zur Selbstverteidigung“. In: Marti, Madeleine (Ed.) [weitere], Querfeldein: Beiträge zur Lesbenforschung; Zweites Symposium deutschsprachiger Lesbenforschung; veranstaltet von SAPPHO, Verein zur Förderung von Frauenforschungsprojekten; 16. bis 18. April 1993 in Boldern bei Zürich. Bern, Zürich, Dortmund: eFeF-Verlag; 1994

Das Foto ist von Anka Altenrath in Le Pouy/Südwestfrankreich während eines StockEnergiekurses aufgenommen worden.

2 Lorde 1983, S. 187

3 vgl. hierzu auch Bischoff / Schmidt 1987, S. 58-73

4 siehe v.a. die als Buch erschienene Dissertation von Palzkill 1990

5 vgl. v. Lutzau 1992; Palzkill 1993; Ulmer 1993

6 vgl. Bischoff 1991

7 Die ungenügende Ausbildungs- und Kommunikationssituation, die viele feministische Anleiterinnen noch immer vor das Problem stellt, sich mit Fragen alleine auseinandersetzen zu müssen, will ich keinesfalls verschweigen. Als Beispiele feministischer Ansätze im Tanz s. u.a. Schmies 1988 und 1991; Neidig 1993 a und b

8 Lorde 1983, S. 189

9 s. u.a.: Reid / Croucher 1986

10 Ulrike DUSCHA ist freiberufliche Sportlehrerin und unterrichtet u.a. Stockkampf für Lesben. Marita brachte für einen anderen Weg mit dem Stock vor allem ihr Wissen aus dem schamanischen Trommeln ein.

11 Der Begriff Konkurrenz kommt von *concurrere* (lat.) und bedeutet: zusammen / miteinander laufen. Die negativen Besetzungen von Wettkampf könnten m.E. auch aus diesem sprachlichen Grund hinterfragt werden.

12 Weinmann 1992

13 s. hierzu Brück 1993

14 Als Anregung für Übertragungen verweise ich auf Blättner 1991

15 vgl. Ulmer 1993, S. 61

16 Lorde 1983, S. 192

Literatur

Bischoff, Susanne / Schmidt, Doris: Von der patriarchalen Last zur feministischen Lust. Selbstverständnis, Ziele, Inhalte und Wege von Frauensportpraxis und -theorie. In: Mechthild Buschmann / Sabine Kröner (Hginnen): Frauen in Bewegung. Der feministische Blick auf Sporttheorie, Sportpraxis, Sportpolitik. Ahrensburg: Czwalina 1987, S. 58-73

Bischoff, Susanne: Zwischen pseudoemanzipatorischem Körperkult und feministischer Sport- und Bewe-

gungskultur? Gedanken zum Frauensport heute. In: Karin Hergl/Petra Krömer (Hginen): Dokumentation der 6. Berliner Lesbenwoche 1990, Berlin 1991, S. 105-120

Bischoff, Susanne (Hgin): auf Bäume klettern ist politisch. Texte aus der Feministischen Bewegungs- und Sportkultur. Hamburg: FrühlingsErwachen 1993

Blättner, Beate Ela: Die Kolonialisierung von Heil-Kulturen. Anmerkungen einer Lesbe zu Trends der Frauenbewegung. In: IHRSINN, eine radikalfeministische Lesbenzeitschrift, Bochum Heft 4/91, S. 55-79

Brück, Brigitte : Aikido. Anfänge und Hindernisse eines feministischen Weges. In: Bischoff (Hgin) 1993, S. 174-184

Daly, Mary: Reine Lust. Elemental-feministische Philosophie. München: Frauenoffensive 1986 (dt.)

Giess-Stüber, Petra / Hartmann-Tews, Ilse (Hrsg.): Frauen und Sport in Europa. 1. Tagung der dvs-Komm. "Frauenforschung i.d. Sportwissenschaft", Köln 10/1992. Sankt Augustin: Academia 1993

Lorde, Audre: Vom Nutzen der Erotik: Erotik als Macht. In: Dagmar Schultz (Hg.) 1983, S. 187-194

Lutzu, Mechtild v.: Der Kampf um eine Mädchenbeauftragte an der Gesamtschule. In: Tatort Schule: Sexistischer Alltag. Dokumentation der Berliner Fachtagung 14./15.2.92, Pädagogisches Zentrum Berlin 1992, S. 70-79

Neidig, Claudia: Jenseits von Standard und Latein. Warum wir auch beim Tanzen andere Begriffe benötigen. In: Bischoff (Hgin) 1993, S. 121-123 (a)

Neidig, Claudia; Afro-Lateinamerikanische Paartänze. Eine Einführung in Theorie und Praxis. In Bischoff (Hgin) 1993, S. 124-130 (b)

Palzkill, Birgit: Zwischen Turnschuh und Stöckelschuh. Die Entwicklung lesbischer Identität im Sport. Bielefeld: AJZ 1990

Palzkill, Birgit / Scheffel, Heidi / Sobiech, Gabriele (Hginen): Bewegungs(t)räume. Frauen - Körper - Sport. München: Frauenoffensive 1991

Palzkill, Birgit: Körper- und Bewegungsentwicklung in Gewaltverhältnissen - Was hat Sport mit sexueller Gewalt zu tun? In: Giess-Stüber/ Hartmann-Tews (Hrsg.) 1993, S. 170-181

Reid, Howard / Croucher, Michael: Der Weg des Kriegers. Kampfsportarten. Tradition, Technik, Geist. München: Hugendubel 1986, dt. (London 1983)

Schmies, Gabi: Praxis Führen und Folgen. In: Z. hochschulsport, Darmstadt 1988, Heft 11/12, S.32-33

Schmies, Gabi: Einsprunginsich. Ein möglicher Weg zur Tanzwirklichkeit von Frauen. In: Palzkill u.a. (Hginen) 1991, S. 164-176

Schultz, Dagmar (Hg.): Macht und Sinnlichkeit. Ausgewählte Texte von Adrienne Rich und Audre Lorde. Berlin: sub rosa Frauenverlag 1983 (1. Aufl.), Berlin: Orlanda 1992 (2. Aufl.)

Ulmer, Regine: Das Lachen im Körper wieder hören. Sexuelle Gewalt und Sport / Bewegung. In: Bischoff (Hgin) 1993, S. 52-64

Weinmann, Wolfgang: Das Kampfkunstlexikon von Aikido bis Zen, Berlin: Weinmann 1992, S. 167