

# **Bewegung ist ein Phänomen : Leben ist Bewegung : ist Bewegung das ganze Leben? 2. Teil**

Autor(en): **Schmid, Peter / Ceschi, Silvana / Vonderschmitt, Silvia**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachzeitschrift Heim**

Band (Jahr): **67 (1996)**

Heft 6

PDF erstellt am: **05.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-812456>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Bewegung ist ein Phänomen

# LEBEN IST BEWEGUNG IST BEWEGUNG DAS GANZE LEBEN?\*

Von Dr. phil. Peter Schmid

## Zum Eigenwert gewordene Mobilität

Gerade in diesen unermüdlichen Anstrengungen, körperbehinderten Menschen im erwähnten Sinne weiterzuhelfen, ihnen Beweglichkeit zu verschaffen oder zurückzugeben, stossen wir auf eine dreifache Schwierigkeit:

- die Grenzen der Bewegungsmöglichkeiten bei den behinderten Menschen selbst,
- den Stellenwert, den wir selber der Bewegung innerhalb des Lebens zusprechen,
- die an der Mobilität sich orientierende Gesellschaft.

Mit zunehmendem Schweregrad einer Behinderung wird es immer unwahrscheinlicher, dass die motorischen Fähigkeiten körper- und mehrfachbehinderter Menschen noch eine wesentliche Verbesserung erfahren können. Und damit stellt sich nun die Frage, was von dem Lebensphänomen «Bewegung» bleibt, wenn die äussere Beweglichkeit stark beeinträchtigt ist oder ganz wegfällt. Solange sich nämlich die ganze Aufmerksamkeit immer nur um die Frage dreht, wie weit und mit welchen modernsten Mitteln die fehlende oder eingeschränkte Beweglichkeit doch noch gesteigert werden könnte, lässt man die grössere Möglichkeit ausser acht, Bewegung in einer viel umfassenderen und auch bewegungsbehinderten Menschen zugänglichen Weise erfahrbar zu machen. Die Illusion bewegungsbehinderter Menschen, eines Tages wieder ohne fremde Hilfe gehen zu können, ist das eine. Die Vorstellung jedoch, mit der Wiedererlangung der vollen Beweglichkeit sei dem Bewegtsein im Leben voll Genüge getan, ist die zweite, vielleicht noch grössere Illusion. Und ihr sind wir doch so ziemlich alle aufgefressen.

Schauen Sie sich mal um, welchen Stellenwert die Mobilität, die äussere sichtbare Aktivität in unserem Leben einnimmt. Mobilität gilt als Zeichen der Freiheit, der Unabhängigkeit und der



In der Physiotherapie wird die Bewegungsentwicklung, wenn diese auffällig ist, gefördert.

Foto RGZ-Stiftung, Früheratungs- und Therapiestelle für Kinder, Wetzikon

persönlichen Verfügbarkeit. Eigenaktivität, Leistungsbesessenheit und Rekordsucht scheinen untrüglicher Ausdruck jugendlicher Spannkraft zu sein. Kein Risiko scheint zu gross, um nicht dem Bewegungsrausch zu erliegen: Auto- und Radrennsport, Skiabfahrten, Leichtathletik, Fussball, Tennis. Jede Aktivität scheint sinnvoll zu sein – und jede Immobilität entsprechend ein Unglück, dem abgeholfen werden müsse. In achtzig Tagen um die Welt galt noch vor hundert Jahren als aussergewöhn-

**“ Bewegung, vor allem in Form von Spitzenleistungen, wird zu einer Droge. ”**

lich. Jetzt gibt es Wochenarrangements, die fast für jedermann erschwinglich sind und allgemein als erstrebenswert gelten. Geschwindigkeitsrekorde lösen sich immer rascher ab, Fitnesscenters haben Hochbetrieb, Bewegung, vor allem in Form von Spitzenleistungen, wird zu einer Droge.

*Inmitten des Mobilitätskults fallen natürlich Bewegungsbehinderungen*

besonders auf. Sie entsprechen nicht den gängigen Erwartungen und stehen erst recht in einem Missverhältnis zur allseits gepflegten äusseren Unruhe. Einmal mehr zeigt sich auch an diesem Beispiel, dass Behinderungszustände nicht nur eine Frage der faktischen Behinderung der Person sind, sondern das Ergebnis eines Vergleichs zwischen dem, was allgemein üblich ist und erwartet wird, und dem, was bestimmte behinderte Menschen eben nicht zu erbringen in der Lage sind. Die Lösung wird auch heute noch und sogar wieder vermehrt darin gesehen, die behinderten Menschen eben möglichst an die heute gelebten und üblichen Verhältnisse anzupassen. Nachhilfe, Förderung, Rehabilitation, Integration heissen die Schlagworte, und sie alle gehen ganz selbstverständlich davon aus, dass das, was heute ungefragt erstrebenswert ist, zwingend für alle verbindlich sein soll. Als Norm gilt, was gerade Mode ist, zufällig allgemein akzeptiert wird und im üblichen Lebensstil Nichtbehinderter seinen Ausdruck findet. Deshalb erstaunt es auch nicht, wenn alles daran gesetzt wird, auch den Bewegungsbehinderten ihr Fortkommen möglichst zu verflüssigen, für neue Gebäude die Rollstuhlgängigkeit vorzu-

\* Referat, gehalten an der Fachtagung für das Personal der Stiftung Rodtegg für Körperbehinderte Luzern, am 22. März 1996.

schreiben und im ganzen auf eine möglichst behindertengerechte Umwelt bedacht zu sein, von den Olympiaden ganz zu schweigen.

Man verstehe mich recht: ich bin sehr dafür, dass man bewegungsbehinderten Menschen in ihrer Lebensumwelt nicht zusätzliche Barrieren neben ihrer beeinträchtigten Bewegungsmöglichkeit in den Weg stellt. Aber wenn so leichthin gesagt wird, wir sollten die Umgebung behindertengerecht gestalten, so stimmt das nicht so ganz. *Wir passen die Welt nicht den Behinderten und ihrer speziellen Lebenssituation an, sondern wir sorgen dafür, dass die Behinderten sich möglichst gut an unsere eigene mobile Lebensweise anpassen.* Das ist aber nur die eine Richtung des beiderseits zu vollziehenden Annäherungsprozesses. Die Chance für uns Nichtbehinderte läge nun zusätzlich darin, einmal darüber nachzudenken, ob es nicht auch einen sinnvollen Lebensbezug gibt, wo alle Beweglichkeit nicht nur aus Not, sondern aus einer Tugend oder Grundhaltung heraus zugunsten von mehr Konstanz, Sta-

bilität und Verweilen zurückgenommen werden soll. Bewegungsbehinderung als Anlass zur Besinnung für alle quecksilbrigen Naturen, die rastlos pulsieren und sich in beliebige Formen giessen lassen. Denn dort, wo Mobilität nicht über alles geht, finden wir auch wieder ein neues Verhältnis zu einer Lebenslage, in der die Fähigkeit, sich zu bewegen, sukzessive an Bedeutung verliert.

### **Bewegungsbehinderung – Anlass zum Nachdenken**

Einmal mehr gilt es, sich an den heilpädagogischen Grundsatz zu erinnern, wonach wir immer auch von den Behinderten noch etwas für unser eigenes Leben zu lernen haben. Statt nur zu fragen, wie wir das Leben körperbehinderter Menschen möglichst nahtlos dem unsrigen angleichen können, wäre zu überlegen, was es bedeutet – und zwar durchaus auch in einem positiven Sinne – der Mobilität entbehren zu müssen. Nun ist es eher unwahrscheinlich, darüber in der heilpädagogischen Fachliteratur von heute aufschlussreiche Ab-

handlungen zu finden. Denn da geht im Moment die ganze Anstrengung dahin, Behinderungszustände, wenn nicht aufzulösen, so wenigstens zu verwischen. Und wenn auch das geflügelte Wort: «Es ist normal, verschieden zu sein», die Runde macht, so ist die Folgerung, die zur Zeit daraus abgeleitet wird, eine gänzlich entgegengesetzte: sie lässt diese Verschiedenheit am Schluss dennoch nicht gelten, beklagt sie als Stigmatisierung, um sie am Ende herunterzuspielen. Von da aus ist es dann eben nur ein kleiner Schritt zur Auffassung, es sei normal, das Verschiedene einander anzugleichen.

Demgegenüber möchte ich den Anspruch: «es ist normal, verschieden zu sein» in einem ganz andern Sinne interpretieren. Ich sehe darin eine grundsätzlich bejahende Lebenseinstellung, welche die Vielfalt und Verschiedenartigkeit der menschlichen Individuen als Bereicherung versteht und in jeder Lebensform auch eine Wahrheit begründet sieht. Wenn dem so ist, dann kann plötzlich auch die Immobilität – positiv

## **HERAUSFORDERUNG FÜR SCHWERSTBEHINDERTE**

**In 13 verschiedenen Disziplinen können sich Schwerstbehinderte auf einem von Marlen Lenz initiierten Sportparcours messen. Eine tolle Sache, finden die Teilnehmer. Entsprechend sind die transportablen Anlagen fast immer ausgemietet.**

**M**arlen Lenz gefiel es ausserordentlich gut an jenem Behindertensporttag vor sieben Jahren in Magglingen. Eines aber vermisste sie: die Teilnahme von Schwerstbehinderten. Im recht anspruchsvollen Kernangebot mit den Disziplinen Kraft/Schnelligkeit, Ausdauer, Schwimmen und Koordination/Beweglichkeit gab es für die Schwerstbehinderten keine Möglichkeit, mitzuwirken. Überhaupt hatte Marlen Lenz, selber Leiterin einer Behindertensportgruppe, den Eindruck, in sportlicher Hinsicht werde zu wenig an die Menschen mit einer schweren Behinderung gedacht. Sie beschloss, den Schweizerischen Verband für Behindertensport (SVBS) auf diesen Mangel aufmerksam zu machen. Beim SVBS gab man ihr Recht – und lud sie ein, sich doch gleich selber mit dieser Aufgabe auseinanderzusetzen. Marlen Lenz nahm die Herausforderung an. Da einige Schwerstbehinderte Mitglieder ihrer Sportgruppe waren, wusste sie in etwa, was möglich war und was nicht. In Günter Heil, selbst Ehemann einer körperbehinderten Frau und talentierter Handwerker, fand sie wertvolle Unter-

stützung. Gemeinsam entwickelten die beiden Spiel um Spiel und bauten dann mit einfachsten Hilfsmitteln die nötigen Geräte dazu. Ein Jahr später stand ein ganzer Parcours zur Verfügung, den sie pünktlich zum Behindertensporttag in Magglingen aufrichteten. Jetzt hatten auch Schwerstbehinderte die Möglichkeit, sich am Sporttag spielerisch und körperlich zu betätigen.

Nach sechs Jahren hatte der Parcours eine Revision dringend nötig, und am liebsten hätte Marlen Lenz gleich einen neuen gebaut. Besser gesagt gleich mehrere. In den vergangenen Jahren hatte sie nämlich festgestellt, dass viele Schwerstbehinderte nicht nach Magglingen kommen konnten, und so entstand die Idee, transportable Parcours zu bauen, die zu den Behinderten gebracht werden können.

Ihre Idee stiess allgemein auf Begeisterung, als sich Marlen Lenz aber auf die Suche nach möglichen Sponsoren machte, wurde sie zuerst nur enttäuscht. 40 000 Franken waren für den Bau von zwölf transportablen, sehr robusten Parcours budgetiert. Nach lan-

gem Suchen fand Marlen Lenz in der Schweizerischen Vereinigung zugunsten cerebral Gelähmter (SVCG) schliesslich einen Partner, der bereit war, den Hauptanteil zu finanzieren, der Rest wurde vom Schweizerischen Verband für Behindertensport übernommen.

So stand dem Bau der zwölf Anlagen nichts mehr im Wege. Und seit ein paar Monaten können jetzt Schwerstbehinderte in allen Teilen der Schweiz die 13 Disziplinen des Parcours absolvieren – und gleichzeitig für den «Ernstfall» trainieren: Seit vergangenem Sommer gehört der Schwerstbehindertenparcours nämlich zum offiziellen Angebot des Behindertensporttages.

Die Idee mit dem transportierbaren Parcours hat sich als Renner erwiesen. Die zwölf Anlagen, die beim SVCG und beim SVBS gemietet werden können, waren in den vergangenen Wochen dauernd irgendwo im Einsatz. Wer also auf einen bestimmten Anlass hin einen Parcours mieten will, muss sich rechtzeitig bei den Vermietern melden. Die Vergabe richtet sich nach dem Eingang der Anmeldungen, wobei Vereinsmitglieder Priorität geniessen. Weitere Informationen erhalten Interessierte beim SVCG (Tel. 065/22 22 21) oder beim SBVS (01/946 08 60).

*Silvana Ceschi, insieme, März 1996*



ausgedrückt: die Stabilität – eine Grundform menschlichen Seins bedeuten. Dazu ist, wie schon erwähnt, im pädagogisch-sozialen Umfeld von Menschen, die unfreiwillig immobil sind und mobiler werden möchten, wenig zu erfahren. Deshalb gehe ich vom Erfahrungsschatz einer Lebensgemeinschaft aus, die sich die Stabilität zum Lebensprinzip gemacht hat.

### Stabilität kontra Mobilität

Die Lebensgemeinschaft der Benediktiner bekennt sich in ihrem Gelübde neben den Grundsätzen, die auch in andern Orden üblich sind, zur Beständigkeit, zur «*stabilitas*». Ihr geistiger Vater (nicht aber der Begründer des Benediktinerordens, der erst Ende des letzten Jahrhunderts durch Papst Leo VIII. ins Leben gerufen wurde) ist Benedikt von Nursia. Er lebte von 480 bis etwa 547, zunächst als Einsiedler in Subiaco, östlich von Rom und verwirklichte dort seine Vorstellungen vom Gemeinschaftsleben in kleinen Kommunitäten. Um 529 liess er sich auf dem Montecassino nieder. Es ist wohl nicht zufällig, dass dieses mönchische Prinzip der Beständigkeit in der Zeit der Völkerwanderungen aufkam und dem Bedürfnis entsprang, irgendwo wieder Fuss zu fassen und einer Gemeinschaft anzugehören. Bekanntlich verliessen in der Zeit der Völkerwanderung ganze Völker ihren Lebensraum entweder in der Erwartung, anderswo bessere Lebensbedin-

“ **Das Verweilen ist Ausdruck der selbstgewählten Bindung und keine äussere Fessel.** ”

gungen vorzufinden oder aber schon auf der Flucht vor andern, nachdrängenden Völkern. Auch die Helvetier brachen auf, brannten am alten Standort ihre Hütten nieder, um sich in südlicheren Gefilden niederzulassen. Von den Römern bei Bibracte geschlagen, kehrten sie allerdings zurück in die alte Heimat unseres schweizerischen Mittellandes. Die Überlieferung weiss zu berichten, dass sie durch diesen missglückten Auf- oder Ausbruch ihre alte Heimat erst zu schätzen begannen.

Auch wir leben heute in einer Zeit der Völkerwanderung, wenn auch nicht im Sinne der Historie. Das gegenwärtige Mobilitätsbedürfnis ist individueller Natur und geht einher mit der Auflösung der traditionellen Lebensgemein-

### Nachdenken – Verweilen.

Foto Erika Ritter



schaften, ja von Strukturen überhaupt. Noch ist allerdings keine Wende abzusehen. Aber dass in weiteren Zugeständnissen an die äussere Unruhe und Betriebsamkeit, im rastlosen Unterwegssein nicht die Garantie besteht, am gewünschten Ort anzukommen und das zu finden, wonach eigentlich gesucht wird, das dürfte da und dort inzwischen eingesehen worden sein. Wir nehmen also etwas vorweg, von dem wir annehmen, es werde dereinst wieder zu einer gelebten Tugend.

Was beinhaltet nun diese *Stabilitas* nach benediktinischem Verständnis? Zunächst ist es einmal eine «*stabilitas loci*», eine Ortsbeständigkeit. Die Mönche bleiben ihr Leben lang an demselben Ort. Das bedeutet natürlich, dass die Klostersgemeinschaft möglichst autark sein muss, die Angehörigen des Ordens nebst ihrem geistlichen Anliegen auch für alles zuständig waren, was zum Leben nötig war: Landwirtschaft, Gärtnerei, Werkstätten. Doch über das Lebensnotwendige hinaus entfalten die Mönche ihre persönlichen Fähigkeiten, tragen so das ihre zur klösterlichen Lebensgestaltung bei und machen diese auch zu Zentren der Kultur. Diese lokale Verwurzelung galt als sichtbares Zeichen dafür, dass der christliche Glaube auf dieser Welt eingepflanzt werden müsse. Und so wurden denn auch die Benediktiner eifrige Gründer von Klö-

stern, die ihrerseits und ausserhalb davon bis in die Neuzeit Statthaltereien einsetzten.

Neben der Bindung an einen bestimmten Ort geht es um eine solche an eine Gruppe von Menschen, an eine klösterliche Lebensgemeinschaft mit ihrer vorgeschriebenen Lebensweise, die «*stabilitas in congregatione*». Natürlich ist die Zeit auch in diesen Klöstern nicht stehengeblieben. Immer mehr wuchsen den Angehörigen der Benediktinerkongregationen auch Aufgaben ausserhalb der Klöster zu, was gemäss den gegenwärtigen Satzungen dem Gelübde der Beständigkeit nicht widerspricht. Es führt jedoch dazu, dass die Treue zur Ordensgemeinschaft

“ **Jedoch das Wahre wird im Herzen bewahrt und ruft nicht gleich nach mehr und anderem.** ”

gegenüber der Ortsgebundenheit stärkeres Gewicht bekommt. Dass Beständigkeit keineswegs zur Erstarrung und geistiger Enge führt und führen darf, wird im folgenden noch aufzuzeigen sein.

## Innere Bewegtheit statt äussere Erregtheit

Was soll nun mit dem Prinzip der äusseren Stabilität erreicht werden? Zunächst leuchtet ohne weiteres ein, dass jegliches menschliche Leben und Zusammenleben, wo es bestehen und Gestalt annehmen soll, ein Minimum an Stabilität aufweisen muss. *Durch die äussere Bindung an einen Ort, eine Gruppe und eine bestimmte Lebensweise weiss der Mensch einmal, wo er hingehört.* Das ist kein spezifisch geistliches Anliegen, es wird in der benediktinischen Lebensweise jedoch ganz bewusst gepflegt und Wert darauf gelegt. Die fest vorgeschrie-

«**Bewegung ist mehr als Fortbewegung und Motorik.**»

bene Tagesordnung, der daraus entstehende Lebensrhythmus und die verlässliche Kontinuität stehen in einem wohlthuenden Gegensatz zur üblich gewordenen Hektik des Alltags und lassen auf ihre Art Geborgenheit erleben. Ruhe, Stille, Einsamkeit, also die fehlenden Gelegenheiten, sich von allem und jedem ablenken zu lassen, sind zusätzliche stabilisierende Faktoren, die dem Aussenstehenden ohne weiteres einleuchten und Grund genug sein können, sich wenigstens einmal vorübergehend hinter klösterliche Mauern zu begeben.

Aber damit ist erst ein Anfang gemacht. Die entscheidende Bewährungsprobe auf dem Weg zur inneren Stabilität steht noch aus. Die Erfahrung zeigt, dass die vorerst noch angenehme und ausgleichende Ruhe und die entspannende Regelmässigkeit, wie sie in klösterlicher Einsamkeit empfunden wird, auch hier mit der Zeit zur Routine entartet und in tödliche Leere und Langeweile umschlagen kann. Und sogleich meldet sich dann die Unruhe aus dem eigenen Inneren: Wünsche, Gedanken, Träumereien, Sorgen und Leidenschaften steigen auf. Sie sollen das sich ausbreitende Vakuum füllen, leisten jedoch erneut der Zerstreung und Ablenkung Vorschub. Äussere Erregung kommt auf, aber als Ausdruck eigener innerer Zerrissenheit und als Anzeichen der Flucht vor sich selbst.

Was raten die benediktinischen Lebensregeln in dieser Situation? Die Alternative ist so verblüffend einfach wie unzeitgemäss: *«aushalten, ausharren, nicht ausweichen, stehen bleiben, ertragen, standhalten».* Es geht also darum, dieser persönlichen inneren Krise mit einer Haltung des «Trotzdem»

zu begegnen und damit den momentanen Stimmungen und Launen nicht einfach das Feld zu überlassen. Soll sich jedoch in diesem auszuhaltenden Vakuum nicht einfach ein verhärteter Trotz entwickeln, so muss eben gleichzeitig etwas Einlass finden, das mehr wert ist als all das, was wir noch zu vermissen glauben. Erst so entsteht ein Kristallisationspunkt im eigenen Innern, um den sich das Leben neu ordnet und immer mehr zu innerer Einheit formt. Und wenn aus benediktinischer Sicht diesem bewussten Aushalten die Kraft zugestanden wird, die Beständigkeit gewissermassen von aussen nach innen zu verlegen, so kann dies wohl nur dadurch gelingen, *dass in der Begegnung mit den wesentlichen Dingen aus der Stabilitas des Willens eine Stabilitas des Herzens geworden ist.* Die Beständigkeit, die aus dieser Seinstiefe erwächst, ist nie etwas Abgeschlossenes oder nach aussen sich Abschlüssendes. Es ist ein Beständigwerden, das nur in der Beziehung zum Weltganzen und durch eine entsprechende Offenheit sich bewähren und festigen kann. Die Bewegung darauf hin wird in der Theologie beider Konfessionen als *«Suchen»* bezeichnet. Es geht nicht um ein angestregtes Suchen nach einem vorgefassten Bild, es lässt im Gegenteil alle Wünsche und Vorhaben hinter sich. Es bestimmt und durchdringt selber alles und ist auf das Vernehmen angelegt, darauf ausgerichtet, woher es schon etwas vernommen hat. «Ich suchte Dich nicht, wenn ich Dich nicht schon gefunden hätte» (Pascal). Das Suchen ist nur dort vergeblich, wo die eigene Wunschvorstellung den Blick einengt statt ihn zu weiten, sich dem Leben verschliesst, statt sich ihm zu öffnen. Nur das sich selbst verschliessende Suchen erzeugt die Unruhe, den ständigen Betrieb und Mobilismus, «das Marktgeschrei von der sich wandelnden Welt» (Walter Nigg). Wer sich hingegen innerlich von etwas anrühren lässt, fühlt sich damit verbunden und lässt nicht mehr davon ab. Er bleibt dabei und findet darum leicht eine Bleibe. Das Verweilen ist Ausdruck der selbstgewählten Bindung und keine äussere Fessel. Gehaltvolle innere Bewegtheit bewirkt äussere Stabilität und äussere Ruhe. Innere Leere und Erstarrung dagegen führen in die äussere Unruhe und Betriebsamkeit.

### Folgerungen für den Erziehungs- und Lebensalltag

Die Bemühungen um die Gestaltung des Erziehungs- und Lebensalltags haben aufgrund der dargelegten Erkenntnisse nach zwei Richtungen zu erfolgen:

## ROLLSTUHLTANZ IN DER SCHWEIZ

von Silvia Vonderschmitt\*

Tanzen, mich im Rhythmus der Musik bewegen, ist für mich ein grosser Genuss. Vielleicht geht es Ihnen ebenso. So verschieden die Menschen denken, fühlen und empfinden, so vielfältig sind sie in Temperament und Geschmack. Das drückt sich auch in den verschiedensten Tanzformen aus, die uns heute zur Verfügung stehen. Vom allseits bekannten Gesellschaftstanz bis zum spontanen Ausdruckstanz, vom Solo- über Paar- bis zum Formationstanz ist alles möglich. Ausschlaggebend ist dafür immer die Freude am Tanz.

Natürlich gilt dies alles auch für behinderte Menschen. Aber was mache ich als Rollstuhlfahrerin mit den Beinen? Nichts (ausser evtl. anbinden); ich habe noch Arme, Oberkörper und Kopf zur Verfügung und kann mich rollenderweise fortbewegen.

In der Schweiz sind die für Rollstuhlfahrer/innen und Fussgängerpartner/innen angepassten Formen Gesellschaftstanz, Formationstanz und Freestyle am bekanntesten, weil diese von den zwei Gruppen in Basel und Zürich gelernt und aufgeführt werden. Auch in Minusio, Lausanne und Wil sind ansatzweise Gruppen vorhanden. In Affoltern a.A. können auch schwerer Behinderte und Benutzer/innen von Elektrorollstühlen bei meditativem Tanz oder Volkstanz mitmachen. Ferner besteht eine Zwei-Paar-Formation in Nottwil, die sich dem Rock'n' Roll verschrieben hat. Sicherlich gibt es noch vielerorts nichtbehinderte und behinderte Tanzfreaks.

#### Für Auskünfte:

Silvia Vonderschmitt,  
 Tel. 01/915 38 27; RCZ-Dancers  
 (Tanzgruppe des Rollstuhl Club Zürich),  
 Marc Berger,  
 Spitalweg 5, 8910 Affoltern a.A. ZH,  
 Tel.+ Fax 01/761 57 18.

\* Silvia Vonderschmitt ist ehemaliges Mitglied des ASKIO-Vorstandes. Aus ASKIO-Nachrichten 1/1996.



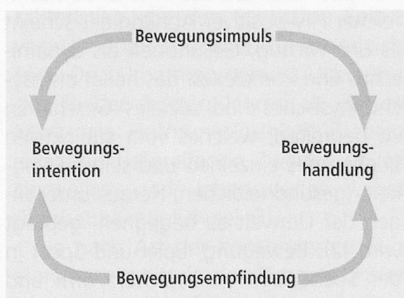
1. in der Pflege von Bewegungserlebnissen und Bewegungshandlungen, um die allgemeine Unruhe aufzufangen,
2. im Hinhorchen auf das innere Bewegtsein, das zum inneren Gleichgewicht und zur äusseren Beruhigung führt.

Beide Aufgaben stellen sich bei Körperbehinderten auf ihre ganz besondere Weise.

### Sich bewegen zur Entspannung und Beruhigung

Wenn wir davon ausgehen, dass Bewegung ein menschliches Urbedürfnis ist, dann gilt dies meines Erachtens nicht nur für Bewegungsfähige oder gar -begabte, sondern auch für Bewegungsbehinderte. Es scheint allerdings fürs erste ungewohnt zu sein, von einem Tetraplegiker zu behaupten, auch er verspüre in sich einen Bewegungsdrang. Aber wer weiss, vielleicht ist dieser Drang besonders intensiv, weil er keine befriedigenden Möglichkeiten hat, ihn über motorische Betätigungen zu entspannen. Auch wenn die Anspannung rein psychischer Natur ist, so ist sie darum nicht weniger wirklich. Sie äussert sich möglicherweise in Aggressivität und Verstimmung. Wir gehen also davon aus, dass auch bei bewegungsbehinderten Menschen die einzelnen Phasen des Bewegungserlebnisses ursprünglich imaginär gegeben, wenn auch vorerst nicht ausführbar sind.

Vergegenwärtigen wir uns noch einmal die einzelnen Phasen des Bewegungserlebnisses:



Am Anfang steht eine spontane Bewegungsintention, die Bewegungsimpulse auslöst. Diese wiederum führen zu mehr oder weniger zweckmässigen Bewegungshandlungen, die durch die Bewegungsempfindungen des Bewegungssinns im Gedächtnis nachgezeichnet werden, was einer späteren gleichen Bewegung zu einem präziseren und ökonomischeren Ablauf verhilft. Für Bewegungsbehinderte können sich nun die Schwierigkeiten an den Übergängen der einzelnen Phasen von Bewegungserlebnissen und Bewegungsausführungen zeigen:

- *Bewegungsintentionen* vermögen keine Bewegungsimpulse und damit auch keine Bewegungen auszulösen,
- *Bewegungsintentionen* lösen zwar Impulse aus, aber die anschliessende Bewegung gehorcht nicht der Absicht, ist diffus, fahrig unkontrolliert,
- *Bewegungshandlungen* können nicht über Tast- und Bewegungssinn gespeichert und daher bei wiederholter gleicher Bewegung nicht abgerufen werden.

Verfügt jedoch ein bewegungsbehinderter Mensch (normalerweise) über einen gut entwickelten kinästhetischen Sinn, dann lässt sich über die gezielte Übung von Bewegungsabläufen und ihrer Kontrolle ein beachtliches Inventar von Bewegungsmustern entwickeln und differenzieren. Anders kann ich es mir nicht erklären, dass auch Spastiker Autofahren lernen. Im Vordergrund steht hier allerdings nicht die Frage, wie Bewegungsbehinderte motorische Fähigkeiten erwerben, sondern wie wir ihnen helfen können, Bewegung, die einem elementaren Bedürfnis entspringt, zum Träger von Erlebnis und Ausdruck werden zu lassen. Und da müssen wir unsere Phantasie und alle Regeln der Kunst aufbieten, um die kritischen Übergänge der einzelnen Phasen miteinander zu verschmelzen. Ich glaube zwar, das haben Sie bis jetzt schon vorzüglich getan, und es kann nur noch darum gehen, sich dieser Abläufe anhand der theoretischen Überlegungen bewusster zu werden.

### Inneres Bewegtsein ist wichtiger als äussere Beweglichkeit

Was aber fangen wir mit unseren Erkenntnissen über Bewegung an, wenn eine solche durch keinerlei therapeutische Massnahmen aufgebaut werden kann? Wir haben uns zu erinnern, dass Bewegung mehr ist als Fortbewegung und Motorik. Wir stellen zwar fest, dass der Körper ein hervorragendes Instrument ist, um ein Vorhaben in die Tat umzusetzen oder eine Befindlichkeit auszudrücken. Aber das, was uns letztlich bewegt, etwas zu tun oder zu äussern, ist das Wesentlichere. Es braucht nicht gleich etwas in Bewegung zu setzen, vor allem dort nicht, wo es selbst Bewegtheit genug ist. In der Tat scheint ein reziprokes Verhältnis zwischen innerem Bewegtsein und äusserem Bewegungsbedürfnis zu bestehen. Wenn uns etwas nachhaltig und tief anspricht, die Seele gleichsam in Schwingung ver-

setzt, dann halten wir inne in Wort und Bewegung. Das kann uns beim Betrachten eines Bildes geschehen, beim Vernehmen des Worts oder beim Hören von Musik. Je tiefer die Musik dringt, desto mehr beschwingt sie das Innere und bedarf keiner aufdringlichen äusseren Begleitrhythmen. Dann steht einstweilen nichts mehr aus, das erst noch erarbeitet, beschafft oder besprochen werden müsste. Unzufriedenheit und Neugier hingegen reizen auf und halten uns in Trab. Jedoch das Wahre wird im Herzen bewahrt und ruft nicht gleich nach mehr und anderem. Solange wir auf alles und jedes noch reagieren und etwas zu sagen haben, sind wir nur betroffen, aber noch nicht ergriffen. Von

“ **Das innere Bewegtsein geht aller Beweglichkeit voraus.** ”

da her betrachtet ist das Schweigen (nicht jedes Schweigen!) die Antwort auf das Tiefste und Reichste, das uns widerfahren kann.

Das innere Bewegtsein geht aller Beweglichkeit voraus und ist von keinerlei ausgeführten Bewegungen abhängig. Es ist auch die Urheberin der ursprünglich erfahrbaren Bewegungsintentionen und der Bewegungsimpulse. Inneres Bewegtsein nimmt die äussere Bewegung teilweise schon vorweg, in seiner anspruchsvollsten Form nimmt sie sie ganz zurück.

Bewegung ist Leben. Aber die äussere Bewegung ist nicht das ganze Leben. Sie kann das innere Bewegtsein fördern, ihm aber auch im Wege stehen. Darum muss in jedem Fall zur Bewegungsförderung die Pflege des inneren Bewegtseins hinzukommen. Sie bringt den Menschen zur Ruhe, und er muss nicht dauernd das Gefühl haben, zum Stillhalten verurteilt zu sein. Wer sich nicht fortbewegen kann, soll um so mehr im eigenen Innern angerührt werden. Ein sich im Wind bewegender blühender Baum mag Gleichnis sein für jene innere Verfassung des Menschen, der seine eigene Mitte gefunden hat, und damit Ruhe und Bewegtheit in sich vereinigt ohne sich von der Stelle zu bewegen. Alfred Henschke, genannt Klabund, ein deutscher Lyriker hat dieses fernöstliche Bild für die wünschbare seelische Verfassung festgehalten:

«Ich bin voll Liebe und bewegt von Winden wie ein Baum, der Blüten trägt.» ■