

*Ein Weg zu wahrer
Weiblichkeit und schöpfe-
rischem Selbsta Ausdruck*



Fotos: Dorothee Elfring



Der *Tanz* der
weiblichen Seele



Interview mit
Heide Marie Heimhard

Heide-Marie Heimhard (M.A.) ist bekannt als Bühnentänzerin, Regisseurin, Autorin, Seminarleiterin und Begründerin von DancingSoul®. Sie begleitet Frauen in Seminarreihen und Einzelsitzungen und erfreut ein breites Publikum mit ihren Performances (zuletzt „La Vie en Rose“ 2014 im Gasteig München, Prisma berichtete).

Im letzten Jahrzehnt hat sie das Tanzen auf der Basis des ägyptischen Raqs Sharqi (Tanz des Ostens) intensiv erforscht und stellt ihre Ergebnisse nun vor. Zur Veröffentlichung ihres Buches „Der Tanz der weiblichen Seele“ führte Prisma ein Interview mit der vielseitigen Künstlerin.

Prisma: Nun ist es bald da – in diesem Monat erscheint dein Buch. Wie fühlst du dich als frisch gebackene Autorin?

Heide-Marie: Prätig. Ich freue mich vor allem sehr, dass das Buch in meiner Lieblingsjahreszeit, im Wonnemonat Mai, erscheint. Nach Jahren intensiven Schreibens ist das allerdings im Moment auch noch ein bisschen unwirklich. Es ist schon ein sehr aufregendes Gefühl, mir vorzustellen, das Buch nun bald in meinen Händen zu halten.

Es beinhaltet auch viele wunderschöne Fotos von 15 verschiedenen Fotografen und etwa zwei Dutzend Tänzerinnen. Ich bin schon sehr gespannt, welchen Weg es nehmen wird – ähnlich vielleicht wie bei einem Kind, das man in die Welt entlässt ...

Prisma: Auf dem Klappentext ist zu lesen: „Dieses Buch ist eine Liebeserklärung an den Raqs Sharqi, den urweiblichen Beckentanz, als universelle Bewegungssprache der Frauen.“ Welche Bedeutung hat der Tanz für dich persönlich?

Heide-Marie: Seit nunmehr zwei Jahrzehnten prägt der orientalische Tanz mein Leben. Es war eine Liebe auf den ersten Blick! Seine Anmut und archaische Kraft haben mich vom ersten Moment an verzaubert. Ich durfte mit ihm wachsen und durch ihn zum Ausdruck bringen, was mich in meinem Dasein als Frau bewegt. Ich erlebe durch ihn einen unaufhörlichen Transformationsprozess, der meine Weiblichkeit

aus der Tiefe heraus erblühen lässt und mich meiner Essenz immer näher bringt. Er ist für mich daher weitaus mehr als nur eine Freizeitbeschäftigung. Als urweiblich-spirituelle Praxis, die älter ist als jede institutionalisierte Religion, nährt er meine Seele als Frau. Und auch wenn ich diesen Tanz in Form des ägyptischen Raqs Sharqi nun schon seit vielen Jahren tanze, lehre und erforsche, bleibt sein Wesen dennoch ein Geheimnis für mich, das nie ganz ergründet werden kann.

Prisma: Es geht also in deinem Buch offenbar nicht um den orientalischen Tanz als Showtanz, so wie ihn die meisten als „Bauchtanz“ kennen. Es geht stattdessen um eine ganz spezielle Stilrichtung, die ihren Ursprung in Ägypten hat. Das musst du uns bitte genauer erklären!

Heide-Marie: Wenn wir an orientalischen Tanz denken, haben wir meist Bilder des westlichen Bauchtanzes vor Augen, der sich erst im 20. ▶

Der *Tanz* der weiblichen Seele

Jahrhundert zu seiner heutigen Form entwickelt hat. Choreographisch durchgestylt und luftig abgehoben wurde der einstmals erdige Raqs Sharqi vor allem durch den Einfluss des westlichen Balletts. Diese Form des neu entstandenen Showtanzes wurde wiederum auch in Ägypten populär, hatte allerdings mit dem ursprünglichen Tanz nur noch sehr wenig gemeinsam. Im allgemeinen Bewusstsein wird der sogenannte „orientalische“ Showtanz jedoch bis heute fälschlicherweise für den originalen ägyptischen Tanz gehalten. Die Show-Version hat dabei nicht ansatzweise die archaische Kraft und Tiefe des ursprünglichen Raqs Sharqi, denn sie dient vor allem dazu, mit möglichst gefälliger Unterhaltung und viel Sexyness ein breites Publikum zu erreichen.

Prisma: Du möchtest mit deinem Buch also zeigen, dass es bei diesem Tanz noch um etwas anderes geht als um gekünstelte Shows?

Heide-Marie: Ja, ich versuche Frauen einen Weg zu eröffnen, wie sie durch den Tanz zu Authentizität und einem befreiten weiblichen Selbstausdruck finden können. Bis heute halten sich alle möglichen Klischees von Weiblichkeit hartnäckig in den Köpfen und werden durch „orientalischen“ Showtanz immer wieder neu aufgelegt.

Der seit den 1980er-Jahren vor allem in Westeuropa und in den USA weit verbreitete Bauchtanz ist stilistisch sehr durch den Showtanz geprägt, so dass diese Begriffe im Allgemeinen synonym verwendet werden. Findet eine Frau zum "Bauchtanz", trifft sie also auf eine seltsame Mischform – ein verfälschtes Abbild eines ursprünglich weiblichen Tanzes, der außerdem in einem westlichen Leistungsmodus getanzt wird. Mit den spirituellen Wurzeln, die im altorientalischen Göttenkult liegen, hat dies erst recht nichts mehr zu tun. Das ist sehr verwirrend für die weibliche Seele. Denn einerseits kommt durch den Anklang an das Ursprüngliche etwas in der Frau nach Hause, andererseits bleibt ein Teil von ihr auf Distanz, weiß aber nicht so recht, warum. Etwas in der Frau bleibt unerfüllt und leer, solange sie versucht, Klischees darzustellen.

Prisma: Weshalb zieht die von dir erforschte Stilrichtung des Raqs Sharqi Frauen so sehr an, was macht ihren Reiz aus?

Heide-Marie: Meine Beobachtung ist, dass Frauen von seinen Bewegungen, die eine kraftvolle Weiblichkeit voller Anmut und Würde verkörpern und das Frausein in seiner Ganzheit feiern, magisch angezogen werden. Ich habe mich bei meinen Forschungen

gefragt: Was geschieht nun genau, wenn Frauen hier in Deutschland und Europa den Raqs Sharqi erlernen? Welche „Welten“ treffen aufeinander? Was löst er in uns aus, wenn wir nicht versuchen, orientalistische Klischees zu imitieren, sondern ihn als Medium unseres ureigenen Selbstausdrucks verstehen? So habe ich die Wirkweise dieses archaischen Tanzes ergründet und viele spannende Entdeckungen machen dürfen.

Prisma: Welche Entdeckung zum Beispiel?

Heide-Marie: Aufgrund des Resonanzprinzips kommen Frauen meistens genau dann in Kontakt mit dem uralten Beckentanz, wenn sie sich auf die Suche nach der Heilung ihrer Weiblichkeit machen. Durch eine lange Unterdrückungsgeschichte sind viele Frauen bis heute in ihrer weiblichen Kraft geschwächt. Der Tanz, der unser Frausein zu voller Blüte bringt, trifft al-





so zunächst auf eine verletzte Weiblichkeit in uns. Daher ist die Frage, wie wir mit dieser umgehen – wie wir diese bewusst willkommen heißen und umarmen können –, sehr zentral in der Auseinandersetzung mit dem Tanz auf dem Weg zu einem erfüllten Frausein und authentischen Selbstausdruck.

Prisma: Du hast aus deiner langjährigen Erfahrung einen neuen Ansatz entwickelt, der tiefgreifende Bewusstseinsarbeit mit dem Beckettanz als spirituelle Praxis kombiniert. Kannst du uns deinen Ansatz beschreiben?

Heide-Marie: Das zentrale Anliegen von DancingSoul® ist es, das Tanzen auf der Basis des Raqs Sharqi wieder mit einer genuin weiblichen Spiritualität zu verbinden und Tänzerinnen ein Feld zur Verfügung zu stellen, in dem sie bei den durch den Tanz ausgelösten inneren Prozessen intensiv begleitet werden. Die jahrelange Erfahrung mit Tänzerinnen hat gezeigt, dass unsere künstlerische Entwicklung irgendwann stagniert, wenn sie nicht auch weibliche Bewusstseinsarbeit mit einschließt. Genauso aber stagniert die Entwicklung auf dem inneren Weg auch irgendwann, wenn Frauen nicht parallel dazu eine wirklich weiblich-spirituelle Praxis wie das Tanzen ausüben, die ihre Grundenergie stärkt. Erst auf der Basis von Erdung und Stärkung der weiblichen Grundenergie kann sich die Ganzwerdung der Frau wirk-

lich vollziehen. Von dieser Erfahrung handelt das Buch.

Prisma: Im Buch geht es auch um die heilsame Wirkung von weiblicher Kreativität im Allgemeinen. Wie wirkt sich der schöpferische Prozess auf die weibliche Seele aus?

Heide-Marie: Es lässt sich immer wieder beobachten, wie Frauen, die sich innig der Kunst zuwenden, zu sich selbst finden – ganz ohne intellektuellen Prozess. Daher habe ich den Begriff des magischen Trignons „Kunst–Spiritualität–Heilung“ geprägt. Etwas, das wir vielleicht kaum benennen können, wird wieder rund, was zerbrochen war, wird wieder heil. Für mich sind Singen, Musizieren und Tanzen weibliche Grundbedürfnisse und gehören ins Zentrum einer neuen Frauenkultur, in der Ganzwerdung und spirituelle Öffnung auf natürliche Weise geschehen. Diese Kultur weiblicher (Heil-)Künste zu pflegen ist mir ein innerer Auftrag. Denn es ist an der Zeit, dass Frauen ihre wahre Natur leben und der Kelch ihrer Weiblichkeit überströmt zum Segen der Erde. Es ist an der Zeit, dass wir so werden, wie die Göttin uns gemeint hat. ▲

[HEIDE MARIE HEIMHARD]

© Heide-Marie Heimhard 2016, DancingSoul®. Am 5. Juni findet eine Lesung, am 17. Juni ein Infoabend und vom 20.-24. Juli 2016 die Sommertanzwoche statt. Weitere Infos im Event-Guide und unter www.dancingsoul.de.

Dein individueller Glückskompass



Franziska Muri

Alles, was mich glücklich macht

Das ganz persönliche Buch der Lebensfreude

208 Seiten • gebunden • € 14,99
ISBN 978-3-7787-9262-9

Mit Lust und Kreativität das Glück im Leben entdecken und vermehren: Dieses Mitmach-Buch lädt dazu ein, eine Sammlung persönlicher Glücksmacher anzulegen, aus Freude am Leben und als Vorrat für trübere Tage. Ein persönliches Album – und zugleich ein kleiner Kurs im Glücklichsein.

INTEGRAL
integral-verlag.de