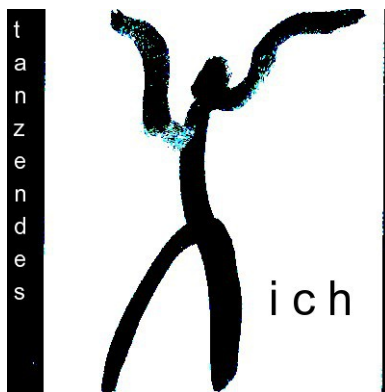


Kay Hoffman Das tanzende Ich



CIP Aufnahme der Deutschen Bibliothek:

Hoffman, Kay:

DAS TANZENDE ICH

Eigenverlag Kay Hoffman

1. Auflage München 2012

2. Auflage München 2017

ISBN 978-3-00-035185-3



2. Auflage 2018

Eigenverlag Kay Hoffman

Freischützstr. 110, 81927 München

Druck: Miraprint, Gauting

Printed in Germany

ISBN 978-3-00-035185-3

Inhalt:

Vorwort: Das tanzende Ich.....	5
Einleitung:Der Tanz der Transformation..	10
Ich-Zustände tanzen.....	39
Das ekstatische Ich – ein Tagebuch.....	129
Der tanzende Christus und das tanzende Ich	
Das gute Ende und das tanzende Ich.....	
Trance und mystischer Tanz.....	175
TranceZENDance THEORIE.....	199
TranceZENDance PRAXIS.....	263

Vorwort: Das tanzende Ich – ein Tagebuch

Die größte Herausforderung bei einem Tagebuch ist die, es nicht immer wieder neu schreiben zu wollen. Gerade die Chronologie der Ereignisse und Einfälle machen den Reiz sowohl für den Schreiber als auch für den Leser aus. Das chronologisch geordnete Nacheinander erlaubt, den einzelnen Stadien und Stationen auf dem Weg eine Bedeutung zu geben, die immer eine vorläufige ist, solange die Aufzeichnung läuft. Das chronologische „Am Laufen sein“ erlaubt, im Lauf den Lauf nicht zu unterbrechen, so dass sich ein Prozess abzeichnet, ohne dass er zu seinem Ende gekommen wäre. Die prozesshafte Aufzeichnung erlaubt, immer wieder bei Null anzufangen und doch eine Geschichte zu erzählen.

Wer bin ich? Die Frage könnte sich neu formulieren lassen:
Nicht wer, sondern wo bin ich, wie, wann, mit wem?
In welchem Zusammenhang?

Wie lässt sich Buch darüber führen, wenn sich alles in jedem Moment neu konstituiert? Wie hält das Ich das aus? Hält es das aus? Und wird der Leser nicht müde werden, sich immer umstellen zu müssen, quasi von einem Ich zum anderen Ich hüpfend, springend, auch schwankend und wankend, kurzum: in ständiger Bewegung?

Kann ein Text das leisten:
Immer dabei zu sein und doch nicht zu enttäuschen?
Dies ist ein Versuch.

Es ist ein Versuch, nicht nur über Trance zu schreiben, sondern in Trance zu schreiben, und eben nicht in die Technik des *Automatischen Schreibens* zu verfallen, und doch dem Text seinen

Lauf zu lassen, unter der Bedingung, dass er sich letztlich zu einem geordneten Ganzen, zu einer Art Tanz zusammenfügt, - zu einer Ordnung, die sich von selbst aus der Bewegung ergeben hat.

Tanz ist hier, unter anderem, gemeint als Metapher -
Tanz steht für: Geordnete Bewegung.

Und doch geht es um eine Ordnung, die nicht vorgegeben ist, sondern entsteht, während sie sich ergibt, so wie sich Eins aus dem Anderen ergibt, nur anders, eben nicht so wie gewohnt.

Was ist Chaos? Was ist Ordnung?

Was ist das Chaos in der Ordnung, und die Ordnung im Chaos?

Die Karten werden neu gemischt.

Das Spiel beginnt.

Der Tanz ergibt sich von Neuem zu erkennen als Tanz, doch jedes Mal ist es anders im Tanz- ist es anders in dem Moment, in dem sich die Bewegungen zusammenfügen zu einem übergeordneten Ganzen.

Wie hängt Tanz, Trance und Transformation zusammen?

In meinem gleichnamigen Buch (1984) ging ich auf diese Frage nicht ein. Erst als ich 2014 begann, an diesen Titel anzuknüpfen und ich an „Tanz, Trance, Transzendenz“ zu arbeiten begann, musste ich mich dieser Frage stellen. Dabei ging ich von „Trance“ als einem Sammelbegriff für Bewusstseinszustände aus, die sich von denen des Alltäglichen und Gewöhnlichen abheben. Sie bilden sozusagen die Ausnahme, die die Regel bestätigen.

Im Englischen spricht man von *altered states*, was zu einer deutschen Übersetzung führte: nun werden diese Bewusstseinszustände nicht mehr als *außergewöhnlich* oder *nicht-alltäglich* bezeichnet, sondern gehen einfach als *veränderte* Bewusstseinszustände in das Kürzel VBZ ein. Das hat den Vorteil einer Verallgemeinerung und sagt weder über den jeweiligen Alltag

noch etwas über die jeweiligen Gewohnheiten aus. Was in einer Kultur als Trance erscheint, ist in einer anderen Kultur ein Normalzustand. Auch in derselben Kultur können Zustände, die früher als Trance bezeichnet worden wären, nun zum Repertoire des Alltagsbewusstseins dazugehören. Was bleibt, ist die Betonung der Ausnahme, und zwar einer Ausnahme, die die Regel bestätigt: *Keine Regel ohne Ausnahme*. Die Rückkehr zur Regel, das ist die Regel.

Doch wenn die Ausnahme von der (alten) Regel sich als Fortschritt erweist, dann ist die Rückkehr ein Rückschritt. Die Ausnahme, die sich als erfolgreich erwiesen hat, geht in die Führung und bestimmt die neuen Regeln.

Alte Regeln – neue Ausnahmen – neue Regeln – alte Ausnahmen - was eben noch als selbstverständlich galt, ist nun in Frage gestellt: Alt oder neu? Im Übergang zwischen dem Gewohnten und dem Ungewöhnlichen entscheidet sich ob alte Gewohnheiten (als Regeln) oder neue Inspirationen (als bedeutsame, weiterführende Ausnahmen) sich durchsetzen werden.

Doch wer oder was bestimmt, was als Fortschritt gewertet werden kann?

Im Falle der Bewusstseinszustände werden solche Ausnahmestände sich durchsetzen, die sich als „praktisch“, also auch im Alltag als praktikabel und nützlich erweisen, und somit durchaus an ein alltägliches Wachbewusstsein und an normale mentale Fähigkeiten anschließen, statt diese auszuschließen. Und dieser Anschluss schließt die Erinnerung an die Ausnahmestände ein, so dass ein kontinuierliches Ich-Bewusstsein sich aufbaut und erhalten bleibt.

Zunächst verbindet sich aber mit dem Begriff Trance die Vorstellung, das Ich würde überwältigt und ausgelöscht, oder zumindest stark in seiner Funktionsfähigkeit eingeschränkt.

Aber auch das ist nur eine Vorstellung, die einem bestimmten Welt- und Menschenbild entspricht.

In „*Tanz, Trance, Transformation*“ ging ich von dieser Vorstellung aus und kontrastierte Trance-Zustände mit einem mittelmäßigen mentalen Zustand, der als „normal“ gilt und andere Zustände ausgrenzt. Zugegeben: ich idealisierte einen „kopflösen“ Zustand. Doch mit der Zeit revidierte und relativierte ich meine Ansicht.

Einen ersten Ansatz dazu wollte ich mit dem „*Tanzenden Ich*“ leisten, wobei das Ich eben im Tanz (auch als Metapher für eine inspirierte Selbstorganisation) zu jener flexiblen Stabilität findet, die es durch die verschiedenen Fließzustände einer kontinuierlichen Bewusstseinsweiterung und Bewusstseinsentwicklung trägt. Damit nicht nur Erweiterung sondern auch Entwicklung stattfinden und sich in einer Erhöhung des Bewusstseinsniveaus etablieren kann, braucht es das Ich, das durch Identifikation mit einem entsprechenden Selbstbild zu seiner Identität findet und Integration schafft.

Und erst in „*Tanz, Trance, Transzendenz*“ gelang es mir eine Sichtweise zu entwickeln, mit der der Schritt, der von der „Trance“ (im üblichen Sinne als Bewusstseinsstrübung eingeschätzt), zur „Transzendenz“ führt (welche im theologischen und philosophischen Kontext üblicherweise eher als Ort des Jenseits denn als Prozess des Überschreitens beschrieben wird), einer Sichtweise, mit der also dieser wichtige Zwischenschritt sowohl „gesehen“ als auch „dargestellt werden konnte, so dass er auch im Erleben „am eigenen Leibe“ nachvollziehbar wurde.

Das war das Ergebnis einer dreijährigen Recherche und einem Selbstversuch, der noch nicht abgeschlossen ist. Während ich an einem neuen Buchprojekt (*Zum Großen Frieden*) arbeitete und mich weiter vortastete in einem mir noch neuen und unvertrauten

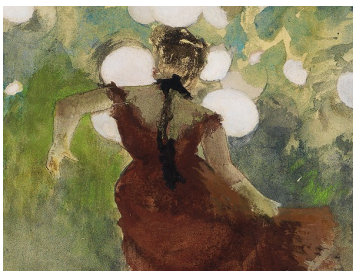
Terrain der Bewusstseinsforschung, war es mir ein Bedürfnis, *Das tanzende Ich* in einer zweiten Auflage zu überarbeiten. Und so entdeckte ich den Zwischenschritt, der mir in dem neuen Projekt gefehlt hatte.



August Macke, *Russisches Ballett (l.)*



Edgar Munch, *Tanz des Lebens (r.)*



Edgar Degas, *Ausschnitt*



Max Ernst

Der „Tanz des Lebens“ trägt in sich die Hoffnung auf Transformation.

Einleitung: Tanzendes Ich und der Tanz der Transformation

Nur wer tanzt, weiß was sich begibt

Dieser Satz stammt aus den apokryphen Johannes-Akten (*Acta Ioannis*), die auf das 3. Jahrhundert datiert werden. Jesus als Tanzmeister soll einen Wechselgesang angestimmt haben, um seine Jünger in das mystische Geschehen seines Lebens einzuweihen. Heute werden mit diesem Satz viele geistlich ausgerichtete Tanzveranstaltungen überschrieben, auch eine Tango-Schule hat ihn sich zum Motto erkoren.

Gerade die säkularisierte Form des ursprünglich gnostischen Satzes deutet auf eine erstaunliche Tatsache hin: Nicht nur gnostische, metaphysische Inhalte vermitteln sich durch den Tanz, - von dem es oft im Kontext der heiligen Ekstase heißt, der Tänzer werde zum Tanz und sein Ich löse sich darin auf. Ganz im Gegensatz zur mystischen Selbst-Hingabe, die mit einer Ich-Aufgabe einhergeht, verbindet sich dieser Tanz mit einer Wissensübergabe und darüber hinaus mit einer Selbsterkenntnis, die die alltägliche Kenntnis von der Welt und von sich selbst übersteigt.

Zweifelsohne gingen die Jünger nicht in eine Trance oder gerieten in einen Zustand der Besessenheit, der ihre Erinnerung und Ich-Identität schwächte oder gar ganz auslöschte.

Zweifelsohne waren sie hellwach. So zumindest stellt es der Text dar. Das Wachbewusstsein war von einer Helligkeit durchflutet, die es erhöhte, statt trübte.

Selbsterkenntnis im Tanz? Nietzsche lässt seinen Zarathustra sagen:
Nur im Tanze weiß ich der höchsten Dinge Gleichnis zu reden.

Nur wer tanzt, weiß was sich begibt

Das schreibt sich eine Tango-Schule auf's Banner.

It needs two to tango ist der Titel eines amerikanischen Schlagers aus den 50er Jahren, und der Mitbegründer der kybernetischen Wissenschaft Heinz Heinz von Foerster liebte diesen Satz zu zitieren, denn es gehören immer zwei dazu – so wird der Satz bedeutungsgemäß ins Deutsche übersetzt, und gerade was die „Wahrheit“ betrifft, so gehören (mindestens) zwei dazu, die sich darauf einigen.

In dem Buch *Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners* erklärt von Foerster, *daß sich Wahrheit und Lüge gegenseitig bedingen: Wer von Wahrheit spricht, macht den anderen direkt oder indirekt zu einem Lügner. Diese beiden Begriffe gehören zu einer Kategorie des Denkens, aus der ich gerne heraustreten würde, um eine ganz neue Sicht und Einsicht zu ermöglichen. Meine Auffassung ist, daß die Rede von der Wahrheit katastrophale Folgen hat und die Einheit der Menschheit zerstört. Der Begriff bedeutet - man denke nur an die Kreuzzüge, die endlosen Glaubenskämpfe und die grauenhaften Spielformen der Inquisition - Krieg. Man muß daran erinnern, wie viele Millionen von Menschen verstümmelt, gefoltert und verbrannt worden sind, um die Wahrheitsidee gewalttätig durchzusetzen.* (Im Gespräch mit Bernhard Pörksen auf http://www.zeit.de/1998/04/Wahrheit_ist_die_Erfindung_eines_Luegners

Wie könnte man es besser erfahren als im Tanz, was es mit dieser „Wahrheit“ auf sich hat, die eben nicht von vorne herein fest steht sondern das Ergebnis einer gemeinsamen Auseinandersetzung ist,

Jeder der Tango zu tanzen weiß, dass es hier, bei aller Leidenschaft, eben nicht um ein Gerangel, und schon gar nicht um Kampf und Krieg geht.

Der Tanz bietet eine gewaltfreie Lösung an, die im Prozess sich selbst „organisiert“. Die Regeln des Partnertanzes funktionieren jedoch nicht nur auf der Partner-Ebene, sondern können auch verinnerlicht werden, indem ein innerer Tanz den Zugang zu neuen Dimensionen ermöglicht, ohne innere Konflikte zu erzeugen oder zu verstärken, sondern eher sie aufzuweichen und zu verflüssigen. (Kay Hoffman, *Der innere Tanz. Ein systemischer Zugang zur Kreativität* 2004)

Und wie wäre es, wenn das Ich (des Alltags, der Welt) mit dem ICH (großgeschrieben, diese Welt übersteigend = transzendierend) tanzen würde? Zu welchen Organisationsformen und Transformationen würde ein solcher Tanz führen?
Nur der Selbstversuch kann darüber Auskunft geben....