

HEYNE

DAS BUCH

Mit ihren Händen drückt die indische Tänzerin das Leben des gesamten Universums aus. Die Hände des Buddha enthüllen die Geheimnisse seiner Weisheit. Die geheimnisvollen Fingerstellungen, die Mudras, verbinden den Meditierenden mit der göttlichen Welt. Hände sind Träger wichtiger Symbole, die im Orient universell verstanden werden und sogar in die christliche Kunst Einzug gehalten haben.

Ingrid Ramm-Bonwitt entschlüsselt in diesem umfassenden Standardwerk die spirituellen Bedeutungen der wichtigsten Mudras. Klar und verständlich beschreibt sie den historischen Ursprung dieser Gesten, ihre philosophischen Wurzeln und ihre Rolle in der buddhistischen, hinduistischen und christlichen Kunst. Zahlreiche Übungen machen die heilende Wirkung des »Fingeryoga« auf Körper, Seele und Geist für jede Leserin und jeden Leser praktisch erfahrbar.

DIE AUTORIN

Ingrid Ramm-Bonwitt studierte in Frankfurt am Main Germanistik und Anglistik und wurde von Shri Mahesh zur Yoga-Lehrerin ausgebildet. Sie ist Autorin mehrerer erfolgreicher Bücher über praktische Lebensführung im Lichte östlicher Weisheit, darunter die Bestseller *Mudras – Geheimsprache der Yogis* sowie *Yoga in der Schwangerschaft*. Die Autorin lebt seit vielen Jahren in Paris.

INGRID
RAMM-BONWITT

Mudras

Geheimsprache der Yogis

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN



Verlagsgruppe Random House
FSC-DEU-0100
Das FSC-zertifizierte Papier *München Super*
für Taschenbücher aus dem Heyne Verlag
liefert Mochenwangen Papier.

Überarbeitete und aktualisierte Taschenbuckerstausgabe 02/2006

Copyright © 1987, 2005 by Ingrid Ramm-Bonwitt
Copyright © dieser Ausgabe 2005 by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlaggestaltung: HildenDesign, München
Umschlagmotiv: © Anne Ackermann/gettyimages
Herstellung: Helga Schörnig
Gesetzt aus der 10/12,5 Punkt Devin
bei C. Schaber Datentechnik, Wels
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany 2006

ISBN-10: 3-453-70034-1
ISBN-13: 978-3-453-70034-5

<http://www.heyne.de>

Inhalt

Einleitung	7
KAPITEL 1	
Mudras im indischen Tanz	11
Der indische Tanz	12
Der Tanz, ein Geschenk der Götter	25
Die Gesten im klassischen Tanz	40
KAPITEL 2	
Mudras in der hinduistischen Ikonographie	99
KAPITEL 3	
Die Handsymbole Buddhas	119
Das Leben Buddhas zwischen Wirklichkeit und Legende	121
Die Hauptströmungen des Buddhismus	131
Die sechs Gesten Buddhas	135
Die Mudras der Vorzeitbuddhas	162
KAPITEL 4	
Mudras und Rituale im Tantrismus	165
Shivaismus und Shaktismus	166
Die geheime Gestensprache in tantrischen Ritualen	168
Der tantrische Buddhismus	172

Die Lehre der drei Geheimnisse	181
Tantrische Gottheiten und ihre Mudras	183
Der Tarakult und seine Mudras	219
KAPITEL 5	
Mudras des Hatha-Yoga	235
Die Wurzeln des Hatha-Yoga im Tantrismus	236
Die Ausführung der Mudras	244
Die Heilkraft der Geste	268
KAPITEL 6	
Mudras im japanischen Buddhismus	277
Der Buddhismus in Japan	278
Die Hände als Symbol des Kosmos	281
Die Mudras des Buddha Amida	293
Die geheimen Gesten des Rituals	301
KAPITEL 7	
Die Gestensprache des Okzidents	311
Die Gebetsgeste	312
Die erhobene Hand	314
Die Geste des sprechenden Jesus oder die Geste des Logos	316
Die Gestensprache des Tanzes im Morgenland und Abendland	318
Schlussbetrachtungen	327
Anmerkungen	330
Abbildungsnachweis	333
Literaturverzeichnis	334

Einleitung

Mudra, ein Wort mit vielen Bedeutungen, wird als Geste, mystische Stellung der Hände, als Siegel oder auch als Symbol bezeichnet. Diese symbolischen Finger- oder Körperhaltungen vermögen bestimmte Bewusstseinszustände oder -vorgänge bildhaft darzustellen. Umgekehrt können die bestimmten Haltungen auch zu den Bewusstseinszuständen, die sie symbolisieren, führen.

Die Mudras scheinen ihren Ursprung im indischen Tanz zu haben, der als Ausdruck höchster Religiosität gilt. Der Tanz, ein Geschenk des Gottes Brahma, ist nach Ansicht der Hindus eine Form des Gesanges mit dem Körper. Der Tänzer vermag sich dank des poetischen und musikalischen Hintergrunds völlig auf seinen Körper, seine Hände, seine Füße und Augen zu konzentrieren. Der indische Tanz offenbart uns eine Art Metaphysik der Gebärde, eine Körpersprache, in der Gedanken und Gefühle symbolisch ausgedrückt werden.

Die Bewegung des ganzen Körpers, die Haltung des Kopfes und des Oberkörpers, die Armführung und die Modulation der Hände übernehmen die Stellung des Wortes. Freude, Triumph, Liebeswerben, Wehmut, Resignation, Zorn, Angst und so weiter werden mit festgelegten Gesten (Mudra) wohl abgemessen zum Ausdruck gebracht. Der indische Tanz wird als physische Manifestation des kosmischen Rhythmus angesehen. Shiva Nataraja, der König des Tanzes, ist der Gott des Rhythmus. Sein Tanz verkörpert nicht nur seine göttliche Hoheit, sondern auch die ewige Bewegung des Universums.

Die spirituelle Bedeutung der Mudras fand ihren vollkommenen Ausdruck in der indischen Kunst. Die in der hinduistischen

und buddhistischen Kunst dargestellten Gesten der Gottheiten und die Attribute, die sie mit sich führen, symbolisieren ihre Funktionen oder rufen bestimmte mythologische Begebenheiten wach.

Dank vielfältiger Tendenzen und regionaler Besonderheiten erlebte die indische Kunst, insbesondere die Bildhauerei, vom 2. bis zum Beginn des 4. Jahrhunderts eine Phase ausgesprochenen Formenreichtums. Aus dieser Zeit gibt es viele Werke, die sowohl vom Hinduismus als auch vom Buddhismus inspiriert worden sind. Dank ihrer reichen Ikonographie und der großen Zahl erhaltener Werke steht die buddhistische Kunst in dieser Zeit jedoch im Vordergrund.

Von den bildlichen Darstellungen des Gautama Buddha sind sechs Mudras bekannt, die in einem engen Zusammenhang mit seinem Leben und seiner Lehre stehen. Die beiden Richtungen des Buddhismus, Hinayana (das »Kleine Fahrzeug«) und Mahayana (das »Große Fahrzeug«) betrachten die Buddha-Darstellungen als ein Mittel, die Verinnerlichung zu fördern und eine tiefe Atmosphäre des Glaubens zu schaffen.

Die Mudra ist auch aufs Engste mit den Ritualen des Tantrismus verbunden. Im tantrischen Ritual, das aus Mudras, Mantras (heiligen Silben) und Visualisationen besteht, umwirbt der Gläubige liebevoll seine angebetete Gottheit mit dem Ziel, diese in sich selbst zu realisieren.

Der Tantrismus war im 8. Jahrhundert nach Christus zu einem gesamtindischen Phänomen geworden und hat viele Bereiche des indischen Lebens, vor allem die Kunst, stark beeinflusst.

Die ersten literarischen Fundamente des hinduistischen Tantrismus finden sich in den Shiva-Tantras des Pashupata-Shivaismus, der von der philosophischen Lehre der Samkhya-Philosophie geprägt wurde. In diesen ersten Tantras aus dem 7. bis 9. Jahrhundert findet man heilige Texte, Riten zur Verehrung von Shiva sowie Techniken des Yoga.

Auch der Buddhismus erlebte eine große tantrische Bewegung, die weit über Indien hinaus Bedeutung erlangen sollte und heute noch im tibetischen Buddhismus und in Japans Shin-

gon-Sekte lebendig geblieben ist. Für die tantrische Richtung des Buddhismus wurde der Begriff »esoterischer Buddhismus« geprägt, da alle mit den Tantras und ihrem Geheimwissen verbundenen Lehren in esoterische Sprache, Symbolik und Ikonographie eingekleidet wurden. – Der buddhistische Tantrismus entwickelte sich etwa seit dem 4. Jahrhundert und kam in Indien zwischen dem 6. und 12. Jahrhundert zur spirituellen und kulturellen Blüte. Die wichtigsten Hilfsmittel des buddhistischen Tantrismus für das Fortschreiten auf dem spirituellen Weg sind die Mantrarezitationen, die Einweihung in die geheimen Mandalas, die yogischen Techniken der Visualisation und Konzentration und die Anwendung der Mudras, der symbolischen Handgesten. Einige der bekanntesten Gesten sind uns von den Buddha- und Bodhisattva-Statuen her bekannt. Bei den tantrischen Mudras handelt es sich um die Nachahmung der Gesten des Buddha, mit deren Hilfe man die Buddha-Natur in sich realisieren möchte.

Im Hatha-Yoga, der typische tantrische Elemente enthält, bezeichnen Mudras Hand- und Fingerstellungen sowie Körperpositionen, die benutzt werden, um sich in einen bestimmten Bewusstseinszustand zu versetzen. Es ist bekannt, dass der Körper in seinen Gesten die psychischen Bewegungen wie Freude, Trauer, Wut und so weiter ausdrückt. Dass umgekehrt die körperliche Bewegung und Haltung Einfluss auf die Psyche haben, ist weniger bekannt. Nach Ansicht der Yogis beeinflussen bestimmte Körperhaltungen und Gebärden (Mudras) unsere Psyche und können bewusst auf diese einwirken.

Als Begründer des Hatha-Yoga gilt Gorakhnath, der wahrscheinlich im 12. Jahrhundert gelebt hat. Er gilt als Verfasser einer heute verlorenen Abhandlung über den Hatha-Yoga, die eine Summe von traditionellen Disziplinen und Techniken beschreibt, mittels derer man zur vollkommenen Beherrschung des Körpers gelangt. Die hathayogischen Abhandlungen wie die Hathayoga-Pradipika aus dem 15. Jahrhundert, die Shiva-Samhita und die Gheranda-Samhita basieren wahrscheinlich auf der Literatur des Gorakhnath.

KAPITEL I

Mudras im indischen Tanz

Die mystischen Handgesten, die Mudras, spielen im indischen Tanz, der aufs Engste mit der Religion, der Poesie und der Dramatik verbunden ist, eine so wichtige Rolle, dass ihnen im *Natyashastra*, der ältesten Tanzbibel der Welt, ein ganzes Kapitel gewidmet ist. Durch die Sprache der Hände und die Ausdrucksfähigkeit des Gesichtes vermag der indische Tänzer allen Empfindungen Ausdruck zu verleihen. Die reiche Symbolik der tänzerischen Gestensprache ist nur durch den vorausgegangenen Bewegungsablauf und Sinnzusammenhang zu verstehen. Die Kenntnis der indischen Mythologie bildet die Grundvoraussetzung zum Verständnis des indischen Ausdruckstanzes.

Zu den bekanntesten indischen Tänzen gehören *Raslila*, der Liebestanz Krishnas mit den Hirtenmädchen, der als Analogie zur Beziehung zwischen der menschlichen Seele und Gott verstanden wird, und *Tandava*, der kosmische Tanz des Gottes Shiva, der die Zerstörung der Illusionswelt symbolisiert.

Der Gebärdentanz, der aus einer Verschmelzung der verschiedenen Kulturströmungen in Indien hervorgegangen ist, lebt noch heute in Hunderten von indischen Dörfern und Städten weiter. Die hohe Kunst des Gebärdentanzes drang im 8. Jahrhundert nach Christus nach Thailand, Kambodscha, Indonesien und Japan. In diesem ganzen Kulturgebiet sind Gebärdentänze, wenn auch in erstarrter Form, noch heute lebendig.

Der indische Tanz

Die indischen Tänze sind Mimen, in denen sich der Tänzer durch Stellungen, Körperbewegungen und Gesten ausdrückt. Der mimische Tänzer vermag in zwei Minuten das auszudrücken, was das Worttheater in zwei Stunden sagt. So spielt der Mime in wenigen Minuten den Lebenslauf eines Menschen, Jugend, Reife, Alter und Tod. Die Symbolik der Geste ist so reichhaltig und ebenso präzise wie die Kunst des Wortes. Beim indischen Tanz mit seinen metaphysischen Tendenzen ersetzt die ganze Ansammlung von Gebärden, Zeichen und Haltungen das Wort. Die Körpersprache des indischen Tanzes vermag verborgene Bereiche des Gefühlslebens und unergründliche Zustände des Denkens auszudrücken, wozu die Sprache nicht imstande ist. Die Symbole der Gestensprache gewinnen durch ihre Vielzahl an Interpretationsmöglichkeiten eine größere Bedeutung für den Geist, als es das Wort vermag. Sie bezaubern den Zuschauer und bilden eine fortgesetzte Stimulanz für den Geist.

Der indische Tanz will den Zuschauer zu einer genussvollen, aber leidenschaftslosen Betrachtung des Lebens anregen. Die Mittel, mit denen der Tänzer diesen Genuss hervorruft, werden durch die Begriffe »Bhava« und »Rasa« bezeichnet, die sich nicht unmittelbar beschreiben, sondern nur umschreiben lassen. Bhava ist eine Gefühlsregung, die von dem Tänzer bzw. der Tänzerin dargestellt und ausgedrückt wird. Rasa heißt Geschmack und bezieht sich auf die Erfahrung des Zuschauers, der mit seinen Sinnen die dargestellten Bhavas aufnimmt und in sich eine entsprechende Gefühlsregung erlebt. Diese wird Rasa genannt und als eigentliche Erfahrung in der Kunst bezeichnet. Bhava ist die mimische Darstellung dieser Emotionen durch den Künstler und wird durch die Körpergestik (Gesicht, Hände, Haltung) von ihm geformt. Bhava ist also das Kommunikationsmittel, durch das der Zuschauer, unterstützt von Musik, Gesang und Tanz, in die Szene transportiert wird. Dadurch wird es dem Zuschauer ermöglicht, sich vollends in den dargestellten Charakter hineinzuleben und dessen Stimmungen und Gefühle wirklich mitzuerleben.

Man könnte die Theorie der Gefühlsübertragung mit dem Vorgang der Nahrungsaufnahme vergleichen. Nur ein Mensch, der befreit ist von Nebengedanken und sich völlig auf die Haltung des Essens konzentriert, wird den vollendeten Geschmack der Nahrung genießen können. Hier kommt deutlich zum Ausdruck, dass die Haltung und die Bereitschaft des Kunstgenießens ebenso wichtig ist wie die Fähigkeit des Künstlers bei seiner Darstellung.

Im Unterschied zu der im Westen vorherrschenden Schauspieltechnik, bei der sich der Darsteller mit der Person, die er verkörpert, identifiziert, geht es dem indischen Schauspieler darum, distanziert zu bleiben, damit er in der Lage ist, in kürzester Zeit von einer Stimmung in die andere zu wechseln. Die Erfahrung der inneren Losgelöstheit wird häufig mit einem Gefäß (Patra) verglichen, in das der Tänzer hineinschlüpft, wodurch seine unberührte Funktion zum Ausdruck kommt. Genauso wie das im Gefäß enthaltene Getränk selbst nicht schmeckt, sondern nur dem, dem es eingeschenkt wird, sollte der Tänzer von seinen eigenen Emotionen unberührt bleiben. Es geht darum, dass der Zuschauer und nicht der Tänzer diese Emotionen erlebt. Die Losgelöstheit des Tänzers von seinen Emotionen ist identisch mit der Erfahrung eines Menschen, der den Zustand der Erleuchtung erlangt hat.

Der indische Tanz ist eine Meditation über neun grundlegende Gefühlszustände (Bhavas): Vergnügen (Rati), Freude (Hasa), Trauer (Shoka), Grausamkeit (Krodha), Enthusiasmus (Utsaha), Schrecken (Bhaya), Ekel (Jugupsa), Staunen (Vismaya), Seelenfrieden, inneres Glück (Shama). Diesen neun Bhavas entsprechen die folgenden neun Rasas, die der Zuschauer durch die Kunst des Tänzers bzw. der Tänzerin erlebt: Liebe, Erotik (Shringara), Humor (Hasya), Mitgefühl (Karuna), Wut (Raudra), Kühnheit, Heldenmut (Vira), Angst (Bhayanaka), Abneigung, Verachtung (Bibhatsa), Verwunderung (Adbhuta), Seligkeit (Shanta). Indem der Zuschauer zu den verschiedenen Rasas geführt wird, erweckt der Tänzer eine Anzahl von Stimmungen, die stets in dem neunten Rasa (Seligkeit), der genussvollsten Summe aller Rasas, gipfelt.

Nach der Aufführung eines Tanzdramas soll der Zuschauer ein Gefühl des Friedens und der Ausgeglichenheit empfinden. Deshalb ist Tanz Meditation. Beim losgelösten, genussvollen Betrachten der Gefühle nimmt der Zuschauer das ewige Wesen der Gefühle wahr und genießt sie in ihrer Essenz, ohne von ihnen berührt zu werden. Sein Gemüt ist ausgeglichen und gleicht einer weißen Leinwand, auf der die farbigen Gefühle erscheinen.

Neben den neun Rasas gibt es nicht weniger als dreiunddreißig Verfeinerungen und Abwandlungen, die von Entmutigung, Schwäche und Unruhe bis zu Freude, Traum und Sicherheit reichen. Jeder dieser Rasas kann im Verlauf des Tanzes kurz auftauchen und dann wieder in den Hintergrund treten.

Der Tanz als Träger religiöser Tradition

Der Tanz gilt in Indien als hoch entwickelte Kunstform und ist von der Religion und Philosophie nicht zu trennen. Er ist eine mehrdimensionale Kunstform, die metaphysisches Wissen, Poesie, Dramatik und Mimik miteinander verbindet. Die Kenntnis der indischen Epen Ramayana und Mahabharata, der Bhagavad-Gita sowie der Mythologie bildet die eigentliche Voraussetzung zum Verständnis des indischen Tanzes. Alle Hauptthemen der indischen poetischen und religiösen Literatur finden ihren Ausdruck im Tanz. Er ist ein Geschenk der Götter und ein Mittel, um mit ihnen zu kommunizieren. Im indischen Tanz erhält alles eine religiöse Dimension. Sogar die erotischen Tänze haben esoterische Bedeutung; so ist die menschliche Liebe eine Analogie der Beziehung zwischen der Seele und Gott. Der Tanz der Seele mit Gott ist der Versuch des Menschen, zum Göttlichen zu gelangen:

»Die Bewegung des Körpers ist hier so sehr vergeistigt, so sehr ist jede Nuance des Spreizens der Finger und der Armbewegung zum Ausdruck einer seelischen Bewegung geworden, und so sehr ist jede seelische Bewegung ein Schritt zu, von und in Gott, dass von einer vollkommenen Harmonie gesprochen werden muss. Daher jeder, der einmal indisches Tanzen gesehen hat, ahnt, dass hier die innerliche Bewegung des mysti-

schen Aufstiegs der Seele zu Gott sichtbar wird. Der Körper ist ganz und gar zum Instrument geworden. Manchmal fast bewegungslos, aber immer im höchsten Maße expressiv, ist der Körper, soweit nur irgend möglich, entfernt von dem, was der Westen ›sinnlich‹ nennt.«¹

Der indische Tanz enthält wie alle anderen indischen Künste Disziplin (Sadhana) und Opferbereitschaft (Yajana). Die hingebungs-volle Ausführung von Sadhana und Yajana führt zu der Erkenntnis der Einheit aller Dinge, zu dem Zustand von Sat-Chit-Ananda (Glückseligkeit). Nur wenn die Kunst in diesem Sinne verwirklicht wird, erfüllt sie die Anforderungen, die an sie gestellt werden. Deshalb wird jeder, der die Kunst des klassischen Tanzes gemäß seiner überlieferten Regeln und mit Disziplin und Ausdauer ausübt, die Erfahrung dieser kosmischen Glückseligkeit machen. Dies verlangt jedoch Hingabe, regelmäßiges Üben, Ausdauer und Anstrengung.

In Indien findet man kaum einen Volkstanz, der ohne seinen religiösen Hintergrund zu verstehen wäre. Der indische Tanz war und ist bis heute Bestandteil vieler sozial-religiöser Handlungen. Von der Geburt bis zum Tod wird der Mensch vom Tanz begleitet. Bei jeder religiös-festlichen Gelegenheit finden Volkstänze statt, die sowohl im Tempel, dem Ort der religiösen Überlieferung und Erziehung, als auch außerhalb des Tempels aufgeführt werden.

Gemäß der Tradition wird der Tanz vom Guru an den Schüler weitergegeben, der erst dann in der Öffentlichkeit auftreten kann, wenn sein Lehrer ihn dazu für fähig hält. Die Anwesenheit des Gurus beim ersten öffentlichen Auftritt ist unerlässlich. Jeder Schüler führt zu Beginn seiner Ausbildung eine Zeremonie zu Ehren des Meisters (Gurupuja) aus. Er bietet ihm ein neues Gewand, einen Ring aus Gold, Blumen oder andere Geschenke an und verspricht, ihm treu zu sein und gehorsam seinen Anweisungen zu folgen. Von diesem Moment an nimmt der Lehrer seinen Schüler an und führt ihn in seine Kunst ein.

Die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler (Guru-Shishya) wird deutlich, wenn man die Lehrer-Schüler-Beziehung betrachtet, wie sie in Indien üblich war. In vedischer Zeit wurden die Kinder

im lernfähigen Alter von Weisen in den traditionellen Künsten des Lebens unterrichtet. Oftmals lebten diese Weisen in völliger Abgeschlossenheit zusammen mit ihren Schülern. Dadurch kam es zu einem ungewöhnlich engen Kontakt zwischen Schüler und Lehrer, der als Verkörperung des Wissens tief verehrt und respektiert wurde. Später, als die Tempel zu universitätsähnlichen Lehrstätten wurden, übernahmen die Priester die Rolle des Gelehrten. Mit der Kolonialisierung wurde diese Lehrmethode jedoch zunehmend verdrängt. Trotz berühmter Universitäten gibt es heute aber immer noch Tempel, die die traditionelle Lehrweise pflegen. Nur durch die enge Beziehung zwischen Lehrer und Schüler können Gefühle, die ein wichtiger Bestandteil des künstlerischen Ausdrucks sind, wachsen und geformt werden.

Die Ursprünge des indischen Tanzes

Ausgrabungen in Mohenjo-Daro und Harappa haben schlüssige Beweise dafür erbracht, dass der Tanz in Indien schon vor 5000 Jahren ausgeübt wurde. Die Bronzefigur eines tanzenden Mädchens, die zu Beginn dieses Jahrhunderts ausgegraben wurde, deutet auf die vorarische Tradition des Tanzes hin. Diese Figur stellt möglicherweise eine Vorgängerin der Tempeltänzerinnen (Devadasis) dar.

Die meisten Forscher sehen die Anfänge des klassischen indischen Tanzes in den mimischen Tänzen, die bei Götterfesten stattfanden, vor allem bei den Krishna- und Shiva-Kultfesten. Beispiele dafür sind die Tänze Krishnas, in denen seine berühmten Kinderschelmereien und seine Liebesverhältnisse mit den Hirtinnen dargestellt werden. Auch der Gott Shiva erschien als mimischer Tänzer, als Erfinder des Tanzes, der durch seinen Tanz die Menschen befreien wollte. Shiva, der tanzende Hochgott der Inder, vereinigt in sich die zwei anscheinend unvereinbaren Aspekte, den dionysisch-ekstatischen und den apollinisch-kontemplativen. Er ist Urasket und Urtänzer zugleich.

Die Inder behaupten, der Tanz sei göttlichen Ursprungs, ein Geschenk des Gottes Brahma, das er dem Weisen Bharata

überreichte, der damit die Menschen erfreuen sollte. Wer dieser Bharata wirklich war, ist bis heute noch nicht geklärt. Er gilt als Verfasser des Natyashastra, des ältesten und einzigen Tanzkodex auf der ganzen Welt, der auch heute noch den indischen Tänzern als Lehrbuch dient. Mit seiner Datierung haben sich mehrere Forscher befasst. Eine Analyse gewisser Inschriften weist darauf hin, dass diese Tanzbibel bereits im 2. Jahrhundert nach Christus bestanden hat. Das Natyashastra gilt jedoch nicht nur als Gesetzbuch für den Tanz, sondern auch als Lehrbuch für Drama, Musik und Poesie. Unter Natya versteht man die gesamte darstellende Kunst. Dem Natyashastra wurde später ein zweiter Text hinzugefügt, das Abhinayadarpana, das Erläuterungen der Gestensprache der Hände, der Mudras oder



*Der Weise BHARATA schreibt das Natyashastra,
das wohl älteste Lehrbuch über Tanz und Schauspiel.*

Hastak enthält. Beide Bücher gelten als Hauptquellen der Tanzsprache.

Das Natyashastra bildete den Endpunkt einer Entwicklung, die sich über mehrere Jahrhunderte hin entfaltet hatte. Der indische Tanz ist aus einer großartigen Verschmelzung der verschiedenen Kulturströmungen, die der Subkontinent kennt, hervorgegangen. Die hohe Kunst des Gebärdentanzes, die im Abendland verloren ging, lebt noch heute überall in Indien weiter.

Bharata-Natyam

Neben einer Vielzahl von Volkstänzen entstanden, je nach Tradition und Geistesrichtung, in den verschiedenen Gegenden Indiens eigenständige Tanzformen. Im Verlaufe der Zeit haben sich sechs hauptsächliche klassische Tanzstile entwickelt. Diese sind: Kathak im Norden, Manipuri und Odissi im Nordosten sowie Bharata-Natyam, Kathakali und Kuchipudi im Süden Indiens. Jeder Stil hat unter den verschiedensten kulturgeschichtlichen Bedingungen und Umständen einen eigenen Charakter und eine eigene Prägung gewonnen, die uns berechtigt, von »klassischen Tänzen bzw. Tanzstilen« zu sprechen.

Von allen Tanzstilen Indiens ist der Bharata-Natyam der älteste und zugleich ursprünglichste. Seine heutige Darstellungsform geht auf die Tanzdarstellung des 9. bis 12. Jahrhunderts zurück. Der Bharata-Natyam-Stil, der den Vorschriften und Bestimmungen des Natyashastra am nächsten kommt, ist noch heute so frisch und faszinierend, wie er vor Tausenden von Jahren gewesen sein muss. Er verkörpert in sich Weisheit und die künstlerische Erfahrung des Ewigen, Unvergänglichen. Es ist diese Tanzkunst, die als Wiege der klassischen indischen Tanzstile bezeichnet werden kann. Da sein Ursprung bis in die Anfangszeit der uns bekannten indischen Zivilisation zurückverfolgt werden kann, können wir von ihm mit Recht als dem Mutterstil aller existierenden Tänze sprechen. Während seiner langen Geschichte hat Bharata-Natyam Höhen und Tiefen erlebt. Doch wann immer er sich in der Gefahr befand, deformiert zu werden, haben

bedeutende Tanzlehrer (Gurus) die Tanztradition gemäß den Lehrbüchern wiederbelebt.

Etwa bis zum 14. Jahrhundert erlebte der klassische Tanz seinen letzten, über mehrere Jahrhunderte dauernden Höhepunkt. In dieser Zeit wurde er zum einen als Ausdruck der unvergänglichen Wahrheit, zum anderen als ein Weg zur Erschließung dieser Wahrheit in jedem Künstler und Kunstgenießer gleichermaßen. Im späten Mittelalter verlor er seine göttliche Würde und sank auf die Stufe einfacher Unterhaltung hinab. Obwohl bereits im 18. Jahrhundert Bestrebungen zur Erneuerung dieses klassischen Tanzes im Gang waren, erlebte er im 19. Jahrhundert einen absoluten Tiefpunkt. Es war die Institution der Tempeltänzerinnen (Devadasis), die dazu führte, dass der Bharata-Natyam in Verruf geriet. Über Jahrhunderte standen die Devadasi unter der Obhut der jeweiligen Herrscher des Landes. Sie wurden von ihnen geschätzt und geschützt. Die verführerische Schönheit einiger dieser Tempeltänzerinnen muss Prinzen und Fürsten jedoch dazu gebracht haben, sie zur reinen Unterhaltung an den Höfen und später sogar für Hochzeiten und zur Unterhaltung von Fremdherrschern tanzen zu lassen. Die allmähliche Erniedrigung der gesellschaftlichen Situation der Devadasi führte schließlich dazu, dass diese Institution zum Träger einer Tempelprostitution wurde. Im 20. Jahrhundert bemühte sich eine Reihe von indischen Gelehrten und Künstlern um die Rehabilitierung der Wiedereinsetzung des klassischen Tanzes. Besonders hervorzuheben sind die überragende Persönlichkeit des Nobelpreisträgers Rabindranath Tagore, der als einer der bedeutendsten Dichter des 20. Jahrhunderts gilt, und der südindische Rechtsanwalt E. Krishna Iyer, mit denen die Renaissance der klassischen indischen Tanzkunst begann.

Die Klassifikation der Bewegungen

Der indische Tanz verfügt für alle Lebensumstände über eine mannigfaltige Mimik und eine genau festgelegte Zahl von bestimmten Gebärden, die von dem indischen Publikum nicht die

Anstrengungen der Übertragung verlangen, da sie ihm seit der Kindheit vertraut sind. Die festgelegten Fingerstellungen, das mechanische Augenrollen, das Verziehen der Lippen, die ganze Dosierung der Muskeltätigkeit mit ihren methodisch berechneten Effekten schließt jegliche Improvisation aus. Der europäische Zuschauer, gewöhnt an szenische Freiheit und spontane Improvisation, ist oft schockiert über diese Art geistiger Architektur aus Gebärden und Mimik. Der indische Tanz ist mit einer bewundernswerten »mathematischen« Genauigkeit berechnet. Nichts bleibt dem Zufall oder der persönlichen Initiative überlassen. Der Körper des Tänzers, dessen Bewegungen nicht von persönlichen Emotionen beeinflusst werden, ist, wenn man so will, ein Automat. Während seines Tanzes gibt es nichts Natürliches, das heißt Zufälliges oder Unkünstlerisches.

Doch obwohl dieser Tanz mit verwirrender Minutiosität geregelt ist, hinterlässt er beim Zuschauer durch seine Überfülle von Eindrücken und seinen unerschöpflichen Vorrat an Gebärden eine Empfindung von Reichtum und Phantasie.

Bharata beschreibt im *Natyashastra* die verschiedenen Stellungen, Ausdrucksmöglichkeiten, Bewegungen und Handgesten. Es werden allein dreizehn Bewegungen des Kopfes, acht Arten des Blicks, neun Bewegungen der Augen, neun der Lider, sieben der Augenbrauen, sechs der Nase, der Wangen, der Unterlippe, des Kinns, des Mundes, vier Bewegungen des Gesichts, neun des Halses und 24 Handgesten beschrieben.

Viele dieser Gesten haben eine hierarchische Bedeutung. Sie drücken die Absichten der Seele in »konventioneller Sprache« (Coomaraswamy, Ananda) aus.

Der indische Tanz umfasst in gewisser Weise alle jene Ideale, die der Schauspieler und Regisseur Edward Gordon Craig (1872 bis 1966) in seiner Theorie über die Übermarionette aufgestellt hatte. Darin forderte er vom »idealen Schauspieler der Zukunft«, dass er seine Beweglichkeit perfektioniere, seine Ausdrucksmittel diszipliniere, seine persönlichen Emotionen vermeide und durch ständiges Training zu einer instrumentalen Körperbeherrschung gelange. Craig sah in der Übermarionette den Schauspieler der

Zukunft, der sich von einer Marionette nur insofern unterscheidet, als er sich der Gesten und Bewegungen bewusst ist.

Die Gestensprache der Hände

Die Hände sind das sensibelste Werkzeug und die ausdrucksvollsten Glieder des Menschen und ein wichtiges Mittel zur Kommunikation.

»Die Hand ist eines der wichtigsten Instrumente aktiver Kommunikation zwischen uns und der Außenwelt. Wir nehmen etwas mit den Augen wahr – das gibt uns ein Bild, und wir machen uns eine ungefähre Vorstellung. Das perspektivische Sehen erlaubt uns eine Schätzung von Größe und Entfernung. Doch genauere Informationen und reale Größenverhältnisse erhalten wir erst, wenn die Dinge in unserer Reichweite sind, wir sie berühren können. Durch die Hände stellen wir den Kontakt zu ihnen her. Wir nehmen und geben mit vollen Händen und Armen. Wenn wir diese Beziehungen unterbrechen wollen, ziehen wir unsere Hände zurück. Mit den Händen weisen wir auf etwas hin, wir können mit ihnen beschreiben und unsere Gefühle zum Ausdruck bringen. Angesichts dieser Fülle von Funktionen und Verständnismöglichkeiten unserer Hände wird klar, welche Zwangsjacke eine Erziehung dem Menschen anlegt, die Verarmung der Bewegung, ein gemessenes Benehmen, Zurückhaltung zum Ziel hat. Sie unterdrückt die Sprache seiner Hände und nimmt ihm damit eines seiner wichtigsten Mittel, die Welt zu begreifen. Wer sich nicht mit den Händen ausdrücken und mit ihnen den anderen erfahren kann, entbehrt eines der wichtigsten Verständigungsmittel und beschränkt seinen eigenen Gefühlsreichtum.«²

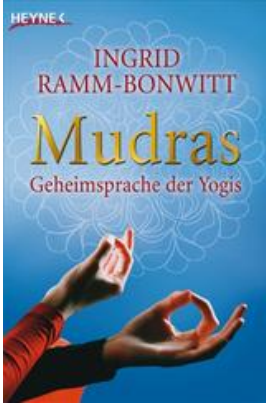
Mund und Hände sind die einzigen Instrumente, mit denen Menschen Sprache hervorbringen. Hände, die in allen Kulturen eine eigene Sprache haben, bilden gemeinsam mit dem sprachlichen Ausdruck eine untrennbare Einheit. Sie begleiten und unterstreichen die Aussage des Wortes, steigern die Kommunikation und bewirken, dass der Zuhörer einen größeren Teil der Information aufnehmen kann. Wie die Zeichensprachen von kulturellen



AUGUSTE RODIN
Die Kathedrale

Gemeinschaften, die einem Sprachtabu unterliegen oder die Sprache der Gehörlosen zeigen, sind wir im Notfall auch in der Lage, nur mit den Händen zu sprechen, über die wir viel über die Welt erzählen können. In der Art und Weise, wie eine Kultur den Umgang mit den Händen lehrt, kommen unmittelbar die Strukturen der Gesellschaft zum Ausdruck, die diese verschiedenen Gesten hervorgebracht hat.

Die Handbewegungen, die Mudras oder Hastas, spielen im indischen Tanz eine so große Rolle, dass Bharata ihnen im Natyashastra ein ganzes Kapitel gewidmet hat. Mit seinen Händen vermag der indische Tänzer allen Empfindungen Ausdruck zu verleihen wie Sichfreuen, Weinen, Drohen, Trauern,



Ingrid Ramm-Bonwitt

Mudras

Geheimsprache der Yogis

ERSTMALS IM TASCHENBUCH

Taschenbuch, 336 Seiten, 13,5 x 20,6 cm

ISBN: 978-3-453-70034-5

Ansata

Erscheinungstermin: Januar 2006

Das erfolgreiche Standardwerk zu einem Thema, das ständig an Beliebtheit gewinnt. Mit ihren Händen drückt die indische Tänzerin das Leben des gesamten Universums aus. Die Hände des Buddha enthüllen die Geheimnisse seiner Weisheit. Hände sind die Träger wichtiger Symbole, die sogar in die christliche Kunst Eingang gefunden haben. Die Bedeutung dieser Gesten, der Mudras, für den Westen wieder entdeckt und verständlich beschrieben zu haben, ist das Verdienst Ingrid Ramm-Bonwitts.



[Der Titel im Katalog](#)