

## Bericht von Gisela Heßler-Edelstein zum Symposium vom 03.01. bis 06.01.2014 in Freising

Das Symposium "Mein Kopf ist bei Leibe nicht alles" war für mich eine beeindruckende Erfahrung. Nicht nur wegen der hochkarätigen Vorträge ("Neues aus Bewegungswissenschaft, Theologie und Gehirnforschung") und professionellen Organisation der Christlichen Arbeitsgemeinschaft Tanz (in Kooperation mit dem Kardinal-Döpfner-Haus), sondern vor allem wegen der Offenheit und Herzlichkeit, die ich, und ich glaube alle TeilnehmerInnen, spürten. Statt der anvisierten 70 Personen waren fast 100 gekommen, die meisten aus dem christlich-kirchlichen Milieu, darunter auch mehrere PfarrerInnen. Nach einer herzlichen Begrüßung durch Vorstand und Organisationsteam der CAT wurde zu einer Reihe von Kennenlernspielen aufgefordert, die - wie das Aufstellen nach Schuhgröße, von 35-46 - zu Heiterkeit und schnellen Kontakten führten.

Insgesamt gab es vier Vorträge, für die mit Diskussion jeweils etwa drei Stunden eingeplant waren. Barbara Hundshammer aus München überzeugte als Tanztherapeutin durch einen Vortrag, der gerade nicht wissenschaftlich angelegt war (Aus alten Bahnen heraus tanzen ...), sondern alle Anwesenden durch Körper- und Kommunikationsübungen den Zusammenhang von Körper, Seele und Geist fühlbar machte: Alles hängt zusammen, der Kopf/das Denken beeinflusst den Körper (top down), und der Körper/die körperliche Befindlichkeit wiederum den Kopf (bottom up). Damit wurde deutlich, wie sehr bei psychischen Problemen durch Körperübungen, die zum Wohlbefinden beitragen, das Geistig-Psychische positiv verändert werden kann - eben auch durch Tanzen. Vor allem: das Gehirn ist veränderbar, durch Bewegung, bis ins späte Alter (Neuroplastizität).

Rein wissenschaftlich angelegt war der Vortrag von Prof. Dr. Andreas Fallgatter, Ärztlicher Direktor der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychosomatik Tübingen: Wie wirkt sich Tanzen auf die Hirnfunktion bei gesunden und psychisch kranken Menschen aus, und wie kann man diese Effekte messen? Das Gehirn ist teilweise erforscht, durch moderne bildgebende Verfahren, die Herr Fallgatter detailliert erläuterte, lassen sich Wirkungen und Effekte in bestimmten Gehirnregionen zeigen. Betont wurde, dass Nervenzellen im Gehirn sich neu bilden können, auch im späten Alter, ein neues Ergebnis wissenschaftlicher Studien.

Prof. Dr. Petra Jansen, Psychologin und Sportwissenschaftlerin aus Regensburg, hatte das schöne Vortragsthema "Macht Tanzen schlau?" gewählt. In ihrer kompetenten, aber auch sehr lebhaften Darstellung wurde deutlich, dass zwar vielleicht eine eindeutige Aussage - "Ja, Tanzen macht schlau" - nicht möglich ist, aber Bewegung und Tanzen eine positive Wirkung hat, was an vielen Beispielen belegt wurde. Zwar ist der in den 1990er Jahren vermutete "Mozart-Effekt" letztlich durch weitere Studien nicht bestätigt worden, aber es zeigt sich doch, dass Musik und Tanz auch heute bei neuen Projekten mit Parkinson-Patienten eine eindeutig positive Wirkung auf Psyche und Befindlichkeit haben. Ich habe es sehr genossen, in den Übergängen zu den drei Vortragsteilen von Petra Jansen zu Beethoven/Mondscheinsonate, Locatelli/Kammermusik tanzen zu können. Die Integration des Tanzes in einen Vortrag und meine Interpretation scheint vielen TeilnehmerInnen gefallen zu haben und spricht für die Integration von Kunst und Wissenschaft.

Zuletzt sprach PD Dr. Christina aus der Au, Neurowissenschaftlerin und Theologin aus Zürich. Hier gab es interessante Überschneidungen und Wiederholungen zu allen vorangegangenen Vorträgen. Besonders interessant schien mir die Diskussion darüber, was denn die Persönlichkeit eines Menschen ausmache. Denn wenngleich sich viele Funktionen und Gefühle und Gedanken in bestimmten Teilen des Gehirns verorten lassen - eben durch moderne Messverfahren -, so ist doch unerklärlich das Zusammenwirken auf höherer Ebene, die Bildung der Individualität und Persönlichkeit. Und Glaube lässt sich neurologisch nicht messen. Gerade ein Thema, das viele der Anwesenden sehr stark interessierte. Alle Vorträge waren von lebhaften, langen Diskussionen begleitet.

Morgenlob, Abendlob und Gottesdienste in der Kapelle/Kirche waren intensive, ungewöhnliche Erlebnisse und brachten Wort, Gebet und Tanz zu einer schönen Synthese, ohne Dogmatik, anders als die üblichen Gottesdienste, die ich kenne. Sehr anregend waren die Gespräche zu allen Mahlzeiten im Haus (überall sehr freundliche Mitarbeiterinnen) - schade, dass da nicht mehr Zeit war. Ein besonderes Erlebnis war der Festabend am 5. Januar, mit zunächst vier herz-erfrischenden Paaren des Volkstanzkreises Freising, deren Aufforderung zum Mittanzen in der Aula begeistert angenommen wurde (übrigens ein schöner Parkettboden, zum Tanzen bestens geeignet), und einer wunderbaren Präsentation indischen Tanzes (Melanie Poser-Hartmann, München). Und schließlich gab es noch eine eindrucksvolle Einführung in den Tango Argentino durch Gustavo und Gabi Gomez. Also eine kleine Kulturgeschichte des Tanzes.

Fast hätte man sich weniger Programm und noch mehr Zeit für Begegnungen, Kennenlernen, Gespräche gewünscht, so intensiv und dicht war alles und bis in die Details liebevoll geplant. Aber am Schluss wurde die Adressliste der TeilnehmerInnen verteilt, so dass Kontakte weiter gepflegt werden können. Überall gab es herzliche Verabschiedungen und Absprachen, sich wieder zu treffen, sei es auf weiteren Symposien, Kirchentagen oder in der jeweiligen Heimatregion...