

VAN DWANG NAAR DRANG¹

Wim Scheltens

Inleiding

Enige tijd geleden las ik het boek van Stephen Spender, *The Temple*. In dit boek wordt bijzonder veel aandacht geschonken aan lichamelijke activiteiten zoals wandelen, dansen, zonnebaden, zwemmen, kanoën en gymnastiek-oefeningen. Deze aandacht verklaart ook de titel van het boek. Stephen Spender zegt ergens in het boek dat de Duitsers hun lichaam vereren alsof het een tempel is.² Maar alles staat wel in een sfeer van blijheid, openheid en vriendschap, ofschoon de schrijver, waarschijnlijk om het spannend te maken, wel allerlei scènes inlast die de dreiging van het aankomend nationaal-socialisme voelbaar maken. Het boek is gemaakt aan de hand van een manuscript van Spender uit 1929. De hoofdpersoon van het boek, Paul, alter-ego van de schrijver, is een intelligente en gevoelige jongen met een literaire aanleg. Paul komt uit Engeland, dat hij bekrompen en preuts vindt. Duitsland lijkt hem een paradijs met jonge mensen die vrolijk zijn en van het leven en de natuur genieten. In Duitsland is geen censuur zoals in Engeland en de heersende moraal is minder streng en preuts. Deze Paul maakt in 1929, het laatste jaar van de Weimar-republiek, de volgende aantekening in zijn notitieboek:

[...] I do not know precisely in what the newness consists, but perhaps the key to it is in these young Germans having a new attitude towards the body [...]³

Deze laatste uitspraak in Spenders roman is mijns inziens een goed vertrekpunt voor een verhandeling over de vraag of er inderdaad sprake is van een nieuw besef ten aanzien van het lichaam en in hoeverre dit besef te plaatsen is in een wat breder cultuur-historisch kader. Als er in Duitsland in het begin van de twintigste eeuw veranderingen zijn op bepaalde gebieden van het menselijk bewegen, zoals in de dans en de lichamelijke opvoeding, zijn er dan ook nieuwe visies ten aanzien van het lichaam en de menselijk motoriek aan te wijzen op andere vakgebieden? Voordat deze vraag beantwoord kan worden, is het nodig om eerst iets te zeggen over de oude bewegingsvormen en de theorieën die hier aan ten grondslag liggen.

1 Dit artikel is een gewijzigde versie van een referaat geschreven voor het kernvak-college 'Geschiedenis en het lichaam'. Drs M.A.W. van Tilburg was bij dit college de inspirerende docente die mij tot het schrijven van dit artikel aanzette.

2 Stephen Spender, *The Temple* (New York 1988) 113.

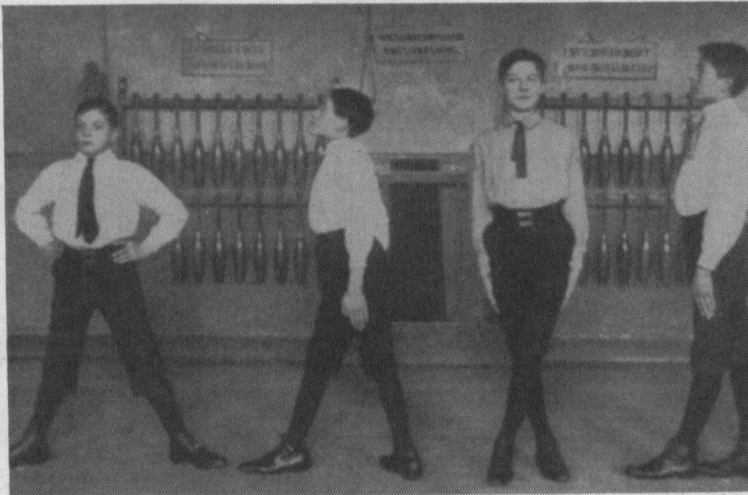
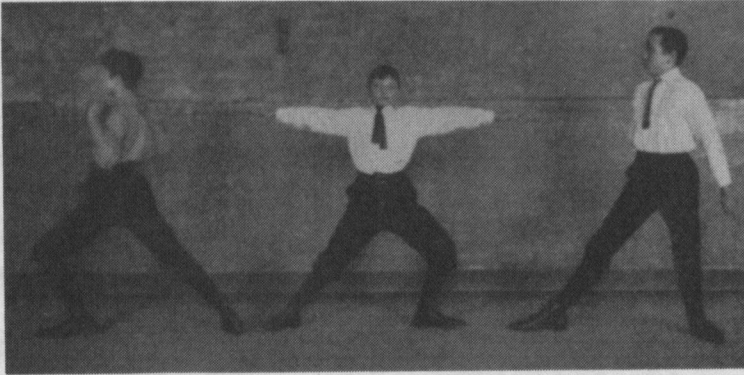
3 Ibidem, 54.

De oude bewegingsvormen

In de loop van de tweede helft van de twintigste eeuw wordt de gymnastiek van Adolf Spieß (1810-1858) op de scholen in Pruisen ingevoerd. Spieß is bekend met het turnen zoals dat door Jahn (1778-1852) wordt gepropageerd. *Turnvater* Jahn is de man geweest, die onder de Napoleontische bezetting van de Duitse landen zeer onder de indruk was van de Franse superioriteit. Hij lijdt zwaar onder de gedachte dat hier slechts Duitse zwakheid en verdeeldheid tegenover staat. Jahn denkt dat hij door het gezamenlijk laten oefenen van jonge mannen de Duitse weerbaarheid en eenheid kan bevorderen. Dit oefenen gebeurt in de buitenlucht waarbij we meer moeten denken aan een soort padvinderskamp met het accent op paramilitaire lichamelijke oefeningen, dan aan een gebeuren waarbij gymnasten aan de brug en ringen zwaaien. Pas als het turnen verboden wordt vanwege de revolutionaire agitatie van de turners en deze zich moeten terugtrekken in de gymzalen, wordt het turnen een min of meer virtuoos oefenen aan brug, paard en rekstok.

Spieß, die evenals Jahn geruime tijd leraar aan een gymnasium was, probeert nu dit turnen voor de school geschikt te maken. Hierbij is het grootste probleem de aanpassing van het vrije, niet-methodische turnen aan het klassikale onderwijs. De oefeningen zijn bij het turnen ontstaan door het spelenderwijs verkennen van de bewegingsmogelijkheden die de turner heeft bij het steunen, zwaaien, springen enzovoort aan en op de turntoestellen. Spieß gaat als het ware deze oefeningen deconstrueren en bouwt ze weer op van gemakkelijk naar moeilijk, van enkelvoudig naar samengesteld. Daarnaast ontwikkelt hij een systeem van oefeningen zonder gebruikmaking van de turntoestellen. Hierbij zijn de bewegingen streng gebonden aan vorm, richting en regelmaat. De richtingen van de bewegingen worden bepaald door een geometrisch schema terwijl de bewegingen zelf op commando en in de maat moeten plaatsvinden. Bijvoorbeeld: linkerarm horizontaal schuin zijwaarts strekken -één-, linkerarm buigen tegen de borst -twee-. Deze oefening kan weer gecombineerd worden met uitvalpassen (voorwaarts, schuinvoorwaarts, etcetera). Door afwisseling, variatie, combinatie en aaneenschakeling van de grondvormen kan de leraar, eventueel achter de schrijftafel, een groot aantal oefeningen componeren. Zodoende ontstaat een groot arsenaal aan oefenstof. Dit systeem heeft verder nog het voordeel dat leerlingen de oefeningen gezamenlijk, gelijk en correct kunnen uitvoeren in grote ordelijk opgestelde groepen: 'Ordnung muß sein'.⁴ Verplaatsingen geschieden op commando en wanneer deze verplaatsingen dan gebeuren in een frivole tenengang met

4 Karakteriserend voor dit systeem en ook voor de stijl van lesgeven zijn de opmerkingen van J.A. van der Boom gemaakt in de inleiding van een veel gebruikt instructieboek voor de lagere school in Nederland. "[...] als zij hem gewent aan *ondergeschiktheid* bij het arbeiden of oefenen in gemeenschap met anderen, dan zal een zoo opgevoed mensch zich beter een weg door het leven banen en zijn rol in dit leven met meer lust en opgewektheid verrichten." J.A. van der Boom, *De vrije en ordenoefeningen voor de lagere school* (Haarlem 1913) 6.; "Het moet dus gebruikelijk worden dat op het bevel: stand = één! niet alleen *onmiddellijk rust en stilte heerscht*, maar ook dadelijk de gewone stand wordt aangenomen." J.A. van der Boom, *De vrije en ordenoefeningen voor de lagere school* (Haarlem 1913) 9.



Vrije oefeningen van de plaats volgens het systeem Spieß-Maul, uit: J.A. van der Boom, *De Vrije en Ordenoefeningen voor de Lagere school* (Haarlem 1912, 10e druk).

zijwaarts geheven armen is het toppunt van speelsheid in dit systeem toch wel bereikt.

In Nederland staan deze laatste oefeningen bekend als 'vrije oefeningen van de plaats'. De kunstmatige oefeningen, waarbij de leerlingen meestal zijn opgesteld in frontcolommen, noemt men 'vrije oefeningen op de plaats'. Omdat Alfred Maul (1825-1907) de gymnastiek van Spieß in methodisch en didactisch opzicht nog heeft verbeterd, wordt dit oefensysteem ook vaak het systeem Spieß-Maul genoemd.

Naast de schoolgymnastiek volgens het systeem Spieß-Maul blijft de turnbeweging in verenigingsverband als bron van 'volkskracht' bestaan. Nieuwe ontwikkelingen aan het eind van de negentiende eeuw zijn in Duitsland de introductie van de grote sportspelen, zoals het voetbalspel en de opkomst van de *Wandervogel*. Deze beweging ontstaat uit het spontane initiatief van gymnasiasten om vakantietrektochten in de vrije natuur te maken. Vervolgens zullen ook andere jeugdige personen met een lichtere intellectuele last zich

hierbij aansluiten. Later organiseren zij zich in een hechter verband met als toezicht een ouderraad om hun 'vrij en blij zijn' te legitimeren. In deze beweging staat men een veel vrijere vorm van lichaams oefening voor. De deelnemers turnen, zwemmen, dansen en beoefenen enige atletiek-onderdelen. Hun naam ontlene zij aan hun meest geliefde bezigheid: het gezamenlijk marcheren met ferme pas door het Duitse landschap.

De grote sportspelen en de *Wandervogel* zijn de voorbodes van een andere, meer vrije en spontane manier van bewegen. In het onderwijs op de scholen blijft men voornamelijk werken met het systeem Spieß-Maul, met zijn geconstrueerde oefeningen die strak, stijf en gelijk worden uitgevoerd.

De nieuwe visie contra de oude opvattingen

Hoewel iemand als Spieß zich niet op Descartes beroept bij zijn ontwerp van lichaams oefeningen, is hij in zijn opvatting dat de geest het lichaam als een instrument moet beheersen duidelijk aan deze wijsgeer schatplichtig. In het denken van Spieß en van zijn tijdgenoten is het kunstmatige onderscheid dat Descartes maakt tussen ziel en lichaam een deel van hun levensgevoel en lichaamsperceptie geworden. De ziel die wordt gekenmerkt door het denken, kan onafhankelijk van het lichaam bestaan. Hoewel Descartes zich vaag uitlaat over de verbinding ziel-lichaam, is hij over de sturende functie van de ziel heel duidelijk. De ziel zetelt in het lichaam zoals een stuurman in zijn vaarttuig.⁵ Het lichaam is aan de ziel, het bewust denkende deel, ondergeschikt en dient in zijn motoriek aan de ziel te gehoorzamen.

Als er een omslag komt in het denken over het menselijke lichaam en de menselijke motoriek, blijkt dit geen op zichzelf staand verschijnsel te zijn, maar een deel van de stroom van culturele veranderingen rondom het 'breukvlak van twee eeuwen'. Zowel de schilderkunst als de literatuur hebben in deze tijd een sfeer geschapen waarin men de *ratio* niet meer ziet als het richting- en zingevende element in de mens. Bij de expressionisten moet het gevoel zo direct en primitief mogelijk op hun doeken komen en ook in de literatuur roept men om actie, om intensiteit en directheid van gevoelens. Deze anti-rationele tendensen vindt men nu ook bij degenen die nieuwe wegen zoeken op het gebied van de lichamelijke opvoeding en de dans. Motorische acties die niet bedacht zijn, maar de uitdrukking zijn van bepaalde affecten, instincten en/of intuïtie en daarom vaak een *Rausch* karakter hebben, worden nu in positieve zin gewaardeerd, waarbij het woord *Rausch* bruisende levenslust aanduidt.

Tevens menen de voorstanders van de nieuwe richting in de lichamelijke opvoeding en de dans dat bewegingen die aldus ontstaan meer lichaamseigen, meer natuurlijk en zelfs meer menselijk zijn. Bij meer menselijk wordt dan gedacht aan een bewegen dat meer in overeenstemming is met en uitdrukking geeft aan de individuele gevoelens. Dit nieuwe lichaamsbesef en de daaruit voortvloeiende gedachte over het menselijk bewegen vindt steun of wordt

5 "[...] qu'elle soit logée dans le corps humain ainsi qu'un pilote en son navire". R. Descartes, *Discours de la méthode* (Londen 1894) 112.

geïnspireerd door publikaties op vakgebieden zoals de biologie, de psychologie en de filosofie.

Als voorbeelden voor deze steun en inspiratie heb ik vier auteurs uitgekozen, namelijk Hans Driesch, Henri Bergson, Ludwig Klages en Friedrich Nietzsche. Ik hoop op de volgende bladzijden duidelijk te maken dat hun opvattingen direct of indirect verband houden met de veranderingen die tot stand zijn gekomen in de theorie en praktijk van de lichamelijke opvoeding en de dans, waar bij de dans gedacht moet worden aan een activiteit, niet als schouwspel maar als iets dat een vormende waarde heeft voor de mens. Driesch heeft vanuit zijn discipline als bioloog een aantal psychologische en filosofische standpunten ontwikkeld die tegengesteld zijn aan de Cartesiaanse mechanistische levensverklaring. Descartes beweert immers dat deze verklaring kan worden gevonden door een deterministische verklaringswijze, dat wil zeggen, dat we aan bruikbare kennis kunnen komen door met behulp van de gevolgen achter de oorzaken te komen, waarbij we ons wel van de ervaring moeten bedienen.⁶ Experimenten kunnen worden gebruikt om deze ervaringen te bevestigen.

Bergson, schrijvend vanuit een literair-filosofische achtergrond, heeft zich evenals Driesch in zijn beschouwingen over leven en beweging tegen de mechanistische verklaringwijze gekeerd. Klages, maar vooral Nietzsche, is zeer inspirerend geweest voor de mensen die nieuwe bewegingsvormen hebben ontwikkeld in de lichamelijke opvoeding en de dans. Klages meer in het bijzonder door zijn begrippen *Leib-Seele-Einheit*, *Geist als Widersacher* en Nietzsche meer in het algemeen, omdat hij bij een groot publiek, waaronder veel schrijvers, indruk maakte met zijn verwerping van het rationalisme en de aanvaarding van het irrationele en driftmatige in de mens.

Driesch

Hans Driesch (1867-1941) wordt wel de man genoemd die het mechanistische denken heeft overwonnen.⁷ Aan het eind van de negentiende eeuw hebben de natuurwetenschappers veel successen geboekt door gebruik te maken van het mechanistische (causaal-deterministische) verklaringsmodel, ook ten aanzien van de levende natuur waaronder de dieren en de mensen vallen. De aanbevelingen van Descartes zijn dus op grote schaal opgevolgd. De consequentie van dit systeem is dat fysische en chemische wetten die de 'dode' wereld mathematisch verklaren ook moeten gelden voor de wereld van de levende wezens zoals planten, dieren en mensen.

Driesch studeert zoölogie in Freiburg en gaat zich al experimenterend afvragen hoe een levend wezen juist tot die van tevoren bepaalde vorm uitgroeit. Vanaf zijn eerste publicaties is hij met dit probleem bezig.⁸ Driesch wordt beroemd door zijn bekende experimenten met zeeëgeleieren. Volgens de oude theorie van zijn hoogleraar Weismann, is het organisme van de

6 Ibidem, 118.

7 Aloys Wenzl e.a., *Hans Driesch. Persönlichkeit und Bedeutung für Biologie und Philosophie von Heute* (Basel 1951) 72.

8 Ibidem, 209.

zeeëgel al in een soort voorbestemde fixering aanwezig in het ei. Bij gunstige stimuli zoals vocht, warmte etcetera kan het ei, hierop reagerend volgens chemische en fysische wetten, tot zeeëgel uitgroeien. Driesch ziet dat de zeeëgeleieren die hij in delen snijdt, zich stuk voor stuk ontwikkelen tot een volwassen dier. Hij verstoort dus *die prädestinierte Fixierung* en toch worden de stukken levende wezens, levende zeeëgels. Dit vermogen van het organisme om vanuit een deel tot regeneratie van het gehele organisme te komen, kan volgens Driesch niet langs mechanistische weg verklaard worden. Er is in de levende stof een bepaalde onstoffelijke kracht aan het werk, een kracht die hij in navolging van Aristoteles *entelechie* noemt.

In de loop van zijn leven zal Driesch steeds meer de filosofische implicaties van zijn eerste zoölogische onderzoekingen uitwerken. In 1908 verschijnt *The Science and Philosophy of the Organism* als samenvatting van de *Gifford Lectures* die hij in de jaren 1907 en 1908 aan de universiteit van Aberdeen heeft gegeven. Volgens Aloys Wenzl gaat het hierbij om de fundamentele vraag van de filosofie van het organische; is het leven (het levende) slechts een verbijzondering van alles wat maat en gewicht heeft en onder de wetten van de natuurwetenschappen valt of heeft het leven (het levende) iets nieuws, iets wezenlijk anders aan zijn verschijningsvorm toegevoegd.⁹ De vitalisten aanvaarden het laatste en daarmee ook het bestaan van een bezielende, vormende levenskracht.

Bij verdere ontwikkeling van de vitalistische gedachte over het leven zal bijna ook altijd sprake zijn van het begrip *Gestalt*. Vanuit het geheel kan pas een uitspraak over de delen gedaan worden. Deze (levende) *Gestalt* belichaamt ook de zingeving; zo moet ik (het) worden. Dit laatste wordt uitgedrukt in het begrip 'finaliteit', dat wil zeggen dat het worden op een doel gericht is. Driesch gebruikt, zoals reeds is opgemerkt, hiervoor het woord *entelechie*. Belangrijk in verband met de lichamelijke opvoeding is de overtuiging van de vitalisten dat het leven is betrokken en verbonden met het beleven. Dit laatste geldt vooral voor de hogere levensvormen: dieren en mensen.

Een heel oud probleem is het lichaam-ziel vraagstuk. Een problematiek waarover rond 1900 veel geschreven is met de bijbehorende spraakverwarring.

So daß also, je nach dem man die Begriffe von Leib und Seele denkt, jede der üblichen Auffassungen vom leiblich-seelischen Verhältnis 'recht hat'. Was fehlt, ist nur die Klarheit der Begriff. Wäre sie vorhanden, so gingen nicht die Auffassungen durch einander und würden sie nicht aneinander geraten.¹⁰

Ook Driesch heeft moeite met de ziel, want vitalisten leggen de nadruk op het wordende, de ontwikkeling ergens naar toe. Is er in dit proces toch nog iets standvastigs, een constante aan te wijzen? Driesch zegt: "Ich schauwe, daß mein Selbst in seinem discontinuierlichen Dasein in der stetigen Zeit eine stetige Grundlage seiner Selbst hat und nenne diese meine Seele."¹¹

9 Ibidem, 63.

10 Paul Häberlin, *Der Leib und die Seele* (Basel 1923) 167.

11 Hans Driesch, *Leib und Seele* (Leipzig 1920) 97.

Er is voor Driesch dus een vermogen in de mens, een psychische factor, dat we in gewone taal 'bewustzijn' zouden kunnen noemen. Driesch wil in het menselijk bestaan echter ook de *entelechie*, de autonome niet-mechanistische natuuragans een plaats geven. Hij noemt dit vermogen in de mens het *Psychoïd*. Dit binnensmokkelen van een extra 'levensziel' is voor de vitalist een noodzakelijke maar volgens zijn tegenstanders een minder fraaie constructie. De kritiek richtte zich destijds dan ook op dit theoretisch zwakke punt. Volgens Harald Höffding, schrijver van een in die dagen bekend werk over de psychologie, gebruiken de vitalisten dit tussengeschoven begrip 'levenskracht' of 'levensziel' als verklaring van bijna alle verschijnselen.¹² Hij stelt vast dat het vitalisme toch niet kan verhelen dat het ontwikkelingsproces gestuurd wordt door de wisselwerking van organismen met de buitenwereld en suggereert vervolgens dat het begrip levenskracht de mythologische uitdrukking is voor de verbazing die de vitalisten bevangt bij de beschouwing van het 'eigenaardige' organisch leven.¹³ De schrijver heeft in zoverre gelijk dat deze verbazing, deze verwondering inderdaad, de drijfveer is achter de vitalistische filosofie. Deze verwondering brengt ook Driesch als zoöloog, dus als kenner van het animale leven, tot overtuiging dat niet alleen in het dierlijke, maar ook in het menselijke lichaam een drijvende kracht aanwezig is waarvan wij ons wel bewust zijn, maar waarover wij niet de baas zijn. "Mein Leib untersteht also in seinen Bewegungen dem Wirken eines 'Psychoïds'".¹⁴

Bergson

De filosofie van Henri Bergson (1859-1941) wordt eveneens vaak beschouwd als een reactie op wetenschappelijke theorieën tussen 1880 en 1890 waarbij het mechanistische denkmodel als exclusief verklaringsmiddel van de werkelijkheid wordt aangeprezen.

Bergson heeft de carrière gemaakt van de typische Franse intellectueel: promotie aan de *Sorbonne*, docentschap aan het *Lycée Henri IV* en de *École normale supérieur*, benoeming aan het *Collège de France* en in 1914 verkiezing tot lid van de *Académie française*. Nog meer dan Driesch genieten zijn publicaties wereldwijde bekendheid. Driesch en Bergson kennen en waarderen elkaars werk, maar Bergson ziet in het begrip *entelechie* dat Driesch heeft ontwikkeld echter te veel een systeem waarin alles reeds gegeven is. Hij komt met de gedachte van het *élan vital*.¹⁵ Deze levensstuwkracht is de oorzaak van het eeuwige worden van telkens iets anders, iets nieuws, in gestadige opeen-

12 "Da es aber anderseits klar war, daß die bewußte Seele nicht direkt die Ursache der organische Prozesse ist, welche so oft eine dem bewußten Willen des Individuums nehmen, so schob man zwischen die bewußte Seele und den Körper eine sogenannte Lebenskraft zur Erklärung jener Erscheinungen ein." H. Höffding, *Psychologie im Umrissen auf Grundlage der Erfahrung* (5e druk; Leipzig 1914) 48.

13 "Die Lehre von der Lebenskraft ist eigentlich nur ein mythologischer Ausdruck des durch die Eigentümlichkeit der organischen Erscheinungen hervorgerufenen Erstauens." Ibidem 49.

14 Hans Driesch, *Leib und Seele*. (Leipzig 1920) 89.

15 Henri Bergson, *L'évolution créatrice* (Parijs 1911) 95-106.

volging van vormen. Deze opeenvolging, soms vertraagd, versneld, verdund of verdikt noemt Bergson *duré*.

Het *élan vital* geeft beweging en richting maar stuit op allerlei weerstanden die remmen en/of de richting veranderen. Ons verstand wordt gekenmerkt door een natuurlijk onvermogen om het leven dat gekenmerkt wordt door beweging te begrijpen en kan zich alleen de onbewegelijkheid voorstellen. Alleen het instinct staat direct met de levensimpuls in betrekking, maar deze is begrensd. Het verstand zoekt datgene wat het niet kan vinden, het instinct vindt datgene wat het nooit heeft gezocht.¹⁶ Het leven kan wel gekend worden door de intuïtie, een begrip dat door Bergson wel wordt omschreven, maar niet scherp gedefinieerd in het derde hoofdstuk van de *évolution créatrice*.¹⁷ Het is een soort hoger instinct, een manier van aanvoelen dat kan ontstaan op momenten waarin het bewustzijn los en ontspannen is. Het lichaam zelf heeft bij Bergson geen speculatieve bestemming, maar is in de eerste plaats handelingsinstrument. Bij Bergson is het verstand, hoewel niet in staat om het leven te begrijpen, geen levensvijandig element.

Klages

Bij Ludwig Klages (1872-1956) evenwel wordt het verstand (*Geist*) een instantie die het levende afremt en uiteindelijk doodt. Klages, een filosoof die vooral bekend werd als grondlegger van een 'wetenschappelijke' karakterleer en grafologie, baseert zich op het psychologische vlak op de denkbeelden van zijn leermeester Palaggi. Ook deze leerde, evenals Bergson dat de continue levensverschijnselen (*duré*) door het discontinue menselijke bewustzijn slechts onvolkomen konden worden begrepen. We ontdekken het eigen levensproces alleen maar door onze gevoelens. Behalve door zijn leermeester Palaggi laat Klages zich inspireren door Nietzsche, Goethe en Bachofen. J.J. Bachofen (1815-1887), vooral bekend door zijn boek *Das Mutterrecht*, geeft Klages dieper inzicht in het *Leib-Seele*-probleem, "Bachofen erbrachte für den romantischen Polaritätsgedanken mit einem heute noch nicht entfernt ausgeschöpften Belegstoff den Beweis seiner Herkunft aus dem Urbewußtsein der Menschheit."¹⁸

Begripen zoals dag en nacht, aarde en hemel en ook lichaam en ziel horen polair bij elkaar en oefenen in wisselwerking als man-vrouw principe een steeds vernieuwende kracht uit.

Maar het is toch vooral Nietzsche die hij bewondert en vaak citeert in zijn hoofdwerk *Der Geist als Widersacher der Seele*. Ook Goethe wordt vaak aangehaald ter verduidelijking of ter illustratie van zijn eigen uitspraken.

Wat zijn nu, zeer in het kort, de opvattingen van Klages over het probleem: *Leib-Seele-Geist*. *Leib-Seele* is een eenheid, *Geist* is het verstand, het oordeelsvermogen. *Seele* kunnen we ook opvatten als het levensprincipe.¹⁹ Maar de ziel is ook de vergankelijkheid van het leven. De geest komt de

16 Ibidem, 164.

17 Ibidem, 203-258.

18 L. Klages, *Der Geist als Widersacher der Seele I* (Leipzig 1936) 909.

19 Ibidem, 70.

oorspronkelijke harmonie van de mens verstoren. De geest probeert van buitenaf, als een wig, zich tussen de polen lichaam en ziel in te schuiven, het lichaam te ontzielen en de ziel te ontlichamen en zodoende het leven te doden. Het lichaam is het beeld van de ziel. De ziel is de zin en de bedoeling van het lichaam. Waartoe leidt deze ontwikkeling?

In dem der Geist die Lebenszelle tiefer und tiefer spaltet, verändert sich beides: der Leib und die Seele. Jenes tritt unmittelbar in der Physiognomie der Körper selber hervor und findet einen Ausdruck in der Steigerung der Technik, dieses führt unmittelbar zur Veränderung der Gefühle und findet einen Ausdruck im Hinschwinden von Dichtung und Kunst.²⁰

Klages schetst hiermee een zeer sombere toekomst. De geest is techniek-vriendelijk, maar cultuur-vijandig. De vijandige inwerking van de *Geist* op de *Leib-Seele-Einheit* zal onze vitaliteit uiteindelijk uitputten en het leven laten verbloeden.

Ook in de menselijke motoriek maakt Klages onderscheid tussen een vitale en een mechanische beweging. De vitale beweging is een zich-bewegen of beter nog een zich-bewegen-moeten. Deze beweging is de *Ausdruck* van de *Seele*. Omdat de levensstroom pulseert, moet de vitale beweging (waarvan onze *Seele* deel uitmaakt) ook pulseren, dat wil zeggen, ritmisch zijn, "gleichsam von einem die Seele durch rollende Wogengänge".²¹ Het gehele boek staat vol met dergelijke bombastische taal; een taal echter die destijds door velen met genoegen werd gehoord en gebruikt!

Nietzsche

Friedrich Nietzsche (1844-1900) zou men de vader van de Duitse levensfilosofie kunnen noemen. De schrijver Klaus Mann, die vanaf zijn zestiende jaar het portret van Nietzsche steeds boven zijn bed heeft hangen, noemt hem de heilige held, rebel en martelaar tegelijk.²² Het is tragisch dat juist deze man die met de hamer filosofeert, kracht en vitaliteit bewondert en propageert, zelf zo'n zwakke gezondheid heeft. Nietzsche was een begaafd pianist en geruime tijd één van de grootste bewonderaars van Wagner. Vanuit die achtergrond moeten wij ook de ontwikkeling zien van zijn opvattingen dat in de kunst en in het leven twee polair gestelde machten aan het werk zijn die hij de dionysische en de apolinische noemt. Het dionysische wordt gekenmerkt door het driftmatige, de vormloze oerwil, de roesbeleving. Het apolinische staat voor maat, beheersing en harmonie. Nietzsche wijst dit dionysische niet af, integendeel, dit aspect staat ook voor al het stromende, al het bewegende, al het levende. Hij legt in zijn hele werk steeds de nadruk op de voortdurende beweging in de wereld, "Alles geht, alles kommt zurück; ewig rollt das Rad des Seins."²³ De mens zoekt wanhopig naar een vast punt, maar hij moet meegaan in de stroom. "Wenn euer Herz breit und voll wallt, dem Strome

20 Ibidem, 913.

21 Ibidem, 1054.

22 Klaus Mann, *Der Wendepunkt. Ein Lebensbericht* (Hamburg 1984) 106.

23 Friedrich Nietzsche, *Also sprach Zarathustra* (Wiesbaden 1956) 193.

gleich, ein Segen und eine Gefahr den Anwohnenden: da ist der Ursprung euer Tugend."²⁴ De mens moet zich niet bezinnen op goed en kwaad maar een 'man van de daad' zijn. De *Uebermensch* heeft geen boodschap aan de christelijke leer van het medelijden. Nietzsche leert dat de wil alleen daar is waar het leven is. Het is niet zozeer de wil om te leven maar om macht te hebben.

In het hoofdstuk 'Von den Verächtern des Leibes' uit *Also sprach Zarathustra* staan een aantal uitspraken die niet alleen de kern raken van de problematiek van de menselijke lichamelijkeheid, het zogenaamde *Leib-Seele* probleem, maar ook een prioriteitenwisseling in deze discussie aangeven. In dit fantastische hoofdstuk, drukt Nietzsche de verachters van het lichaam neer in hun concrete existentie, ja, hij perst hen als het ware weer tussen het begin en eind van hun bestaan; hun eigen lichaam.

Volgens Nietzsche zegt het kind dat het lichaam én ziel is. Maar de volwassene, de wetende zegt dat hij helemaal lichaam is, de ziel is alleen maar een woord voor iets aan het lichaam zelf. Dat geldt ook voor het *kleines Werk- und Spielzeug* dat je geest noemt. Ook dit is een werktuig van het grote *Vernunft* dat je lichaam is. En, vervolgt Nietzsche, dat 'ik' waar je zo trots op bent? Je lichaam zegt niet ik, maar doet ik.²⁵ Het lichaam is hier niet meer 'broeder ezel' die nederig de last van de geest draagt en luistert naar de bevelen, maar een functie-eenheid waarin de geest een bescheiden plaats krijgt toebedeeld.

De drijvende kracht in de mens noemt Nietzsche het *Selbst*.²⁶ Dit *Selbst* beheerst ook de geest. Maar deze machtige gebieder, die achter al je gedachten en gevoelens staat, is ook een wijze. Deze wijze woont niet alleen in je lichaam; hij is je lichaam. In de mens ligt een onbewuste macht verborgen. Verzet tegen dit krachtencentrum geeft grote spanningen die zich meestal zullen uiten in lichamelijke klachten. Nietzsche doelt dan ook op dit *Selbst* als hij in *Die Fröhliche Wissenschaft* zegt: "Du sollst der werden, der du bist".²⁷

Nietzsche bestrijdt hier de rationaliteit zoals die werd voorgestaan door Descartes. Hij wil geen onderscheid maken tussen denken met de geest en de objectieve stoffelijke wereld, waartoe ook het lichaam zou behoren. Van een onderschikkend verband waarin de geest als baas de *bête machine* moet leiden, moet hij helemaal niets hebben. Nietzsche suggereert ook dat verzet tegen deze gebieder, het *Selbst*, dat in het lichaam woont en tevens lichaam is, als zinloos en onjuist moet worden bestempeld. In deze gedachtengang

24 Ibidem, 67.

25 "Aber das Erwachte, der Wissende sagt : Leib bin ich ganz und gar, und nichts außerdem; und der Seele ist nur ein wort für Etwas am Leibe. Der Leib ist eine Großen vernunft, eine Vielheit mit einem Sinne, ein Krieg und ein Frieden, eine Herde und ein Hirt. Werkzeug deines Leibes ist auch deine kleine Vernunft, mein Bruder, die du 'Geist' nennst, ein kleines Werk- und Spielzeug deiner Großen Vernunft". Ibidem, 29.

26 "Das Selbst sucht auch mit den Augen der Sinne, es horcht auch mit den Ohren des Geistes. Immer horcht das Selbst und sucht: es vergleicht, bezwingt, erobert, zerstört. Es herrscht und ist auch des Ichs Beherrscher. Hinter deinen Gedanken und Gefühlen, mein Bruder, steht ein mächtiger Gebieter, ein unbekannter Weiser -der heißt Selbst. In deinem Leibe wohnt er, dein Leib ist er". Ibidem, 30.

27 Karl Löwith, *Nietzsche Zeitgemäßes und Unzeitgemäßes Auswahl und Einleitung* (Hamhurg 1956).

staat de stuurman van Descartes niet meer aan het roer, het schip bepaalt zijn eigen koers. Een dergelijke opvatting impliceert uiteraard een andere kijk op de menselijke *bewegredenen*.

Samenvatting

Vrijwel alle auteurs richten hun aanvallen op de gedachte dat de mens een lichaam heeft dat bestuurd wordt door zijn geest, de *ratio*. Zij stellen daarentegen dat al het organische, dus ook het menselijke lichaam, een vitale kracht *casu quo* macht heeft waardoor het wordt (voort)bewogen. Het leven, de beweging, kan niet door de menselijke geest begrepen worden. Instinct en/of intuïtie zijn de enige middelen om hiermee om te gaan. Wanneer we deze visies willen toepassen op het gebied van de dans en de lichamelijke opvoeding zouden we ons kunnen voorstellen dat irrationele, onverwachte, misschien onberekenbare menselijke acties, gestuwd door aandriften nu getole-reerd en misschien wel positief gewaardeerd kunnen worden. Van alle vier auteurs doet alleen Klages uitspraken over het karakter van het bewegen. "Immers, omdat de levensstroom pulseert, moet ook de vitale beweging pulseren, dat wil zeggen ritmisch zijn."

Het zal blijken dat de uitvoeringswijze en ook de verantwoording hiervan uit de praktijk van de dans en de lichamelijke opvoeding moeten komen.

De nieuwe richting in de dans en de lichamelijke opvoeding

Over een aantal zaken zijn de vernieuwers het wel eens: de beweging moet ritmisch en natuurlijk zijn en moet de uitdrukking zijn van een innerlijke drang (zie Klages).

De Amerikaanse danseres Isadora Duncan (1878-1927) weet door haar optreden veel mensen te boeien, maar aan haar danskunst ligt geen systematische basis ten grondslag. Zij overtuigt haar publiek door haar geïmproviseerde en individuele dans op blote voeten in een soepele tunica. Haar methode gaat uit van een harmonieuze beweging van het lichaam. Haar ideaal is om scholen te stichten waar kinderen kunnen worden onderwezen in deze natuurlijke, soepele danstechniek. In Duitsland wordt in 1905 in Grünewald een dergelijke school gesticht. Sommige deskundigen hebben echter kritiek op haar dansen, maar waarderen wel het vernieuwende en stimulerende van haar opvattingen.²⁸

Een Duitse tijdgenote, Marie Wiegman (Mary Wigman, 1886-1973), heeft wel een systematiek. Zij geeft voorstellingen in een expressionistische stijl en sticht in 1920 een dansschool in Dresden. Dit wordt één van de centra van de moderne dans in Europa. Haar leermeesters zijn Dalcrose en Laban. Dalcrose was een muziekpedagoog, die van mening is dat de musicus eerst het ritme als basis voor het musiceren aan den lijve moet ondervinden. Op lopen en gaan als ritmische oervormen bouwt hij dan zijn systeem op. In eerste

28 Max von Boehn, *Der Tanz* (Berlin 1925) 123-124.

instantie is het systeem van Dalcrose erop gericht om door middel van ritmische oefeningen zijn leerlingen ontvankelijker te maken voor de muziek. Bij vrijwel alle richtingen, die het bewegen in *musisch-aesthetische* zin onderwijzen, wordt het vrije dansen ook gezien als een middel om zich weer één met de natuur te voelen, om zich te bevrijden van burgerlijke conventies en te ontsnappen aan de druk van industrialisatie en verstedelijking. Deze *tänzerische Körperbildung* is zo populair dat Berlijn in 1924 honderdvijftig van deze scholen telt.

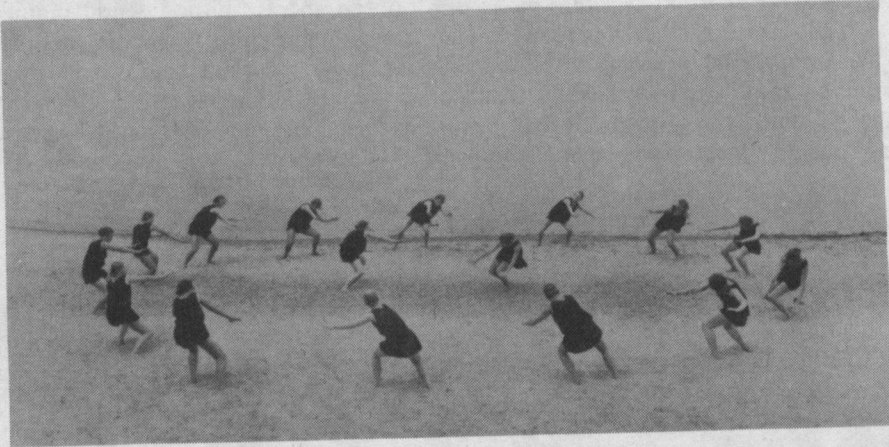
Voor al na de eerste wereldoorlog breidt het nieuwe levensgevoel zich uit. Veel mensen hebben een sterke behoefte om zich zonder al te veel remmingen over te geven aan innerlijke krachten om *im Rausch* te bewegen. De grote mannen en vrouwen op het gebied van de natuurlijke *Ausdrückdansen* zijn vrijwel allemaal begaafde musici en weten én door hun pedagogische kwaliteiten én door hun muzikale begeleiding hun leerlingen enthousiast te maken voor de moderne dans. Omdat de nieuwe richting het bewegen ziet als een individuele expressie, geeft dit ook steun aan de gedachte dat eigenlijk iedereen zou moeten en kunnen dansen. Het streng gereglementeerde van de klassieke dans verwerpt men. In plaats daarvan is er de uitnodiging, of het voorbeeld, om de beweging op deze manier te doen, waarbij men veel ruimte overlaat voor de individuele afwijking om vooral de eigen expressie niet te blokkeren. Naast Dalcrose en Laban, die al genoemd zijn, zijn Bode, Loges en Loheland bekende namen op dit gebied.

Bode

Bij Rudolf Bode (1891-1968) wil ik wat langer stilstaan om twee redenen. Ten eerste is Bode, evenals Marie Wiegman, een oud-leerling van Dalcrose en hij heeft dus de wisselwerking muziek-bewegen bestudeerd en ondergaan. Hij heeft echter ook Nietzsche en Klages bestudeerd en vooral van de laatste heeft hij veel overgenomen. Evenals bij Klages heeft het natuurlijke bewegen bij Bode een *Rausch* karakter, met als tegenstelling de beweging die van buitenaf opgelegd wordt.²⁹ Juist de laatste bewegingsvorm geeft aanleiding tot ongewenste spanningen die de mensen overspannen, ja, zelfs gek kunnen maken. Het menselijk bewegen moet van binnenuit komen. Het moeten totaalbewegingen zijn. De bedachte kunstmatige deelbewegingen uit het systeem Spiezs-Maul zijn eigenlijk aan het leven vijandig. Deze bewegingen verstarren steeds tot een houding.

Van binnenuit betekent voor Bode letterlijk dat de menselijke beweging vanuit het centraal zwaartepunt moet komen of eenvoudig gezegd: vanuit de heup. Gebeurt dat niet, dan zijn geïsoleerde bewegingen onvermijdelijk. Ook in overeenstemming met Klages is zijn gedachte dat een beweging ritmisch moet zijn. Een beweging moet *Schwung* hebben. Deze zwaai-oefeningen (*Tief-Hoch-, und Seitenschwungen*) zijn de basis van de *Ausdrucksgymnastiek* van Bode. Muziek is een belangrijke stimulans bij deze oefeningen. "Ist Musik mit den Übungen verbunden, wird der Schüler ganz anders aus sich herausgehen,

29 Rudolf Bode, *Neue Wege in der Leibeserziehung* (München 1926) 12-13.



Het menselijk bewegen moet van binnenuit komen. Bewegingen uitgedacht door Rudolf Bode, uitgevoerd in een natuurlijke omgeving. uit: R. Bode, *Neue Wege in der Leibeserziehung* (München 1926).

daß heißt sich unwillkürlich im natürlichen Ausdruck ausleben.³⁰ Omdat Bode een begenadigd pianist was, wist hij zijn leerlingen bij hun *Ausdruck* geweldig te bezielen. Bode gelooft trouwens ook dat de toepassingen van zijn principes tot een betere muziekpraktijk zullen leiden. Hij verwijt leraren die aan stramheid en onvoorwaardelijke gehoorzaamheid geloven, dat zij zich te buiten gaan aan een zinloze overschatting van de wilskracht, waardoor zij de gehele Duitse natie ter verdere voeren, omdat zij zodoende de verlamming van de *seelische Bewegung* veroorzaken. Door demonstraties en lezingen heeft hij veel invloed gehad op het denken over de lichamelijke opvoeding in Duitsland. Ook in Nederland was hij bekend en werden zijn denkbeelden onder andere door gymnastiekleraren in de praktijk gebracht.

Niet alleen in de meer *dansante* richting van de lichamelijke opvoeding, zoals bij Bode, maar ook in het systeem van de schoolgymnastiek gaat verandering komen. Vooral de pedagogen Gaulhofer en Streicher uit Oostenrijk hebben door hun werk en publicaties veel invloed gehad. Gaulhofer noemt Dalcrose en Isadora Duncan als grote voorbeelden en wijdt ook waardeerende woorden aan de *Wändervögel*. Zowel Gaulhofer als Streicher verzetten zich tegen de gedachte dat het intellect een leidende rol zou moeten hebben in de menselijke beweging. In een publicatie van 1920 zegt Margarete Streicher dat voor alle scheppende arbeid op welk gebied dan ook, de intuïtie belangrijker is dan het intellect.³¹ Het gaat haar in de lichamelijke opvoeding om *Lebensgestaltung*.

Karl Gaulhofer, die intensief met Margarete Streicher samenwerkt, stelt dat een harmonisch gymnastieksysteem de lichamelijke *Ausdruck* als doel moet hebben. In het systeem dat zij voor de school ontwerpen, kunnen ook de

30 Ibidem, 24.

31 K. Gaulhofer en M. Streicher, *Natürliches Turnen* (Wenen 1931) 8.

turntoestellen gebruikt worden, maar dan op een speelse uitnodigende manier. Er is geen sprake meer van een strenge gereglementeerde vorm. Zij noemen dit het *natürliches Turnen*. Streicher en Gaulhofer werken sinds 1920 nauw samen en publiceren veel over de lichamelijke opvoeding, waarbij Margarete meer de dansrichting voor de meisjes voor haar rekening neemt. De hervorming van de Oostenrijkse schoolgymnastiek is grotendeels hun werk geweest.

Samenvatting en conclusies

Woorden en daden, dat wil zeggen publicaties en demonstraties van dansers en gymnasten, hebben samen gewerkt aan de totstandkoming van een nieuwe visie op het lichaam, aan de verandering van de bewegingsvormen en aan een andere beleving van de bewegingen in de dans en de lichamelijke opvoeding. In de nieuwe conceptie hebben de onderstaande overwegingen een plaats gevonden:

1. Het lichaam is *Ausdruck*
2. Intuïtie of instinct geeft richting aan de beweging (*Rausch* karakter)
3. Het intellect schaadt en/of remt de beweging.
4. Het bewegen is ritmisch.
5. Het bewegen is een totaalbewegen.
6. De impuls tot bewegen komt van binnenuit (centraal zwaartepunt). De laatste notitie geldt vooral voor Bode.
7. Het bewegen is individueel.

Deze overwegingen geven in de praktijk van de oefenstof van de lichamelijke opvoeding in de aanbieding en de uitvoeringswijze een duidelijke verandering te zien. De aanbieding wordt meer uitnodigend. Waar mogelijk worden de oefenende leerlingen door de *zelf* spelende docent (piano, gitaar, accordeon) begeleid. De commandotoon wordt minder gebruikt. De uitvoeringswijze wordt vrijer. De leerlingen mogen in bepaalde bewegingssituaties zelf de oplossing zoeken. De oefeningen worden minder star en statisch. Men geeft de voorkeur aan bewegingen die ontspannen en ritmisch zijn, waardoor zwaaibewegingen meer in het programma worden opgenomen. "Schwunggymnastik ist ein Zielweg und ein Frohweg."

Stephen Spender heeft in zijn roman *The Temple* niet alleen zijn hoofdpersoon het vermoeden doen uitspreken dat het nieuwe levensgevoel bij de Duitse jeugd in de laatste jaren van de Weimarrepubliek te maken heeft met hun lichaamsperceptie. Zelfs de verandering in het bewegingskarakter van de oefeningen, de *Schwunggymnastik* heeft hij opgemerkt als hij schrijft:

He stood in the middle of the room, his hands slightly clenched and loose, swaying his arms to and fro, to and fro, with clocklike regularity, in front of his body. Paul had never seen an exercise like this before. Ernst's body was absolutely relaxed, he leaned forward like a marionette. His hands now moved round and round, in front, behind.³²

32 Stephen Spender, *The Temple*, 56.