

Ubuntu - Bezogensein.

Eine Annäherung an Jh 5, 2-9a mit Tanz und Bewegung

Ubuntu ist eine afrikanische Lebensphilosophie, die in einer Übertragung des südafrikanischen Erzbischofs und Friedensnobelpreisträgers Desmond Tutu bedeutet: „Ich bin, weil wir sind, und weil wir sind, deshalb bin ich.“ Doch Ubuntu ist mehr als die Gemeinschaft der Menschen untereinander. Es ist ein Bezogensein im umfassenden Sinne. Dazu gehören auch der Bezug zur Natur und eine spirituelle Verbindung zu dem, woher wir kommen und wohin wir gehen. Spiegelt sich das auch in Evangelium nach Johannes 5,2-9a wider?

„Es ist aber in Jerusalem beim Schaftor ein Teich, der auf Hebräisch Betesda genannt wird und der fünf Säulenhallen hat. In ihnen lagen viele Kranke: blinde, bewegungsunfähige und verkrüppelte Menschen. Es gab dort einen Menschen, der schon achtunddreißig Jahre krank war. Als Jesus diesen liegen sah und erkannte, dass er schon lange krank war, sagte er ihm: Willst du gesund werden? Der Kranke antwortete ihm: Rabbi, ich habe keinen Menschen, der mich in den Teich trägt, wenn das Wasser unruhig wird; während ich aber komme, steigt jemand anderes vor mir hinein.“

Der Mensch, der dort liegt, hat ein Ziel. Sein Fokus ist auf das Wasser gerichtet, das er vor sich sieht und meint rechtzeitig erreichen zu müssen.

Wenn Sie mögen, gehen Sie in die Bewegungserfahrung. Suchen Sie sich Ziele im Raum. Wie ist es für Sie, unterwegs zu sein? Wie ist es, wenn Sie gesetzte Ziele erreichen? Wie fühlt sich das Unterwegs-Sein an, wenn Sie die Ziele nicht erreichen, immer und immer wieder verfehlen?

kurzer Austausch zu zweit oder zu dritt: Wie hat sich das für mich angefühlt?

Ein Ziel zu haben, das außerhalb von uns selber liegt, ist eine wichtige Qualität, die uns voranbringt, die uns aufstehen lässt und in die Fort-Bewegung treibt. Ist unser Focus jedoch zu sehr im Außen, verlieren wir möglicherweise den Kontakt zu dem, was jetzt ist, und dem, was in und um uns ist. Um in Balance zu sein, braucht es beides. Das Fernziel und auch die Verbindung zu uns selbst und den Berührungskontakt. Das bewusste Sein. In der Bewegungsentwicklung spricht man von „Yield“, was so viel bedeutet wie „ankommen, einsinken, schmelzen, nachgeben“. Dieses Einswerden mit der natürlichen Umgebung zeichnet den afrikanischen Tanz aus. Die Bewegungen sind einfach. Der Fuß wird mit der ganzen Sohle aufgesetzt. Der Körper ist geerdet. Der ganze Körper ist einbezogen, locker und geschmeidig. Sich wieder ins Gleichgewicht zu bringen, scheint hier als eine selbstverständlich wahrgenommene Notwendigkeit verstanden zu werden, wie ein Kind, das sich in den Schlaf schaukelt.

Spielen Sie eine rhythmische afrikanische Musik ein, z.B. von der Gruppe Nobuntu aus Simbabwe, und laden Sie die Frauen zu erdigen und wiegenden Bewegungen ein. Nehmen Sie sich Zeit für diesen Kontakt, für das Eins-werden mit der Erde / dem Boden, der uns trägt.

kurzer Austausch zu zweit oder zu dritt: Wie hat sich das für mich angefühlt?

Verschmelzung, Hingabe, Einswerden sind wichtig. Zur Selbst-Werdung braucht es jedoch auch den Mut zur Differenz, ein Wahrnehmen eines Gegenübers, zu dem ich in Beziehung treten kann. Jesus wird für den Menschen zu einem wahrhaftigen Gegenüber. Er spricht den mündigen Menschen an, indem er gerade nicht auf die Verstrickungen eingeht, sondern die Entscheidungsverantwortung und Eigeninitiative stärkt:

„Willst du gesund werden?“ „Steh auf, hebe deine Matte hoch und geh umher.“

Jesus wagt die Intervention und gibt dem Darniederliegenden ein Beispiel für nötige „Differenz“: Der Mensch am Teich Betesda soll und darf sich aus der Perspektive der Leidensgemeinschaft lösen. Jesus ruft ihn heraus und wendet seinen Blick weg vom bisherigen Zielpunkt hin zu den eigenen Ressourcen und Möglichkeiten. Er führt aus der Erstarrung in die Bewegung.

„Steh auf, nimm deine Matte und geh umher!“

Ich lade Sie ein, aufzustehen und bewusst umher zu gehen. Spüren Sie die Mobilisierung der Körperfunktionen. Nehmen Sie sich in Ihrer Leiblichkeit wahr, spüren den Puls, das Herz, Ihre Beine und Arme... Gleichzeitig ermöglicht das Aufstehen und Umhergehen ein Gewinnen neuer Perspektiven und das Wiedererlangen des Rundum-Blicks. Ich lade Sie dazu ein, Ihren Blick zu weiten auf das, was Sie umgibt. Konzentrieren Sie sich dabei nicht nur auf den Sehsinn, sondern nehmen Sie ihre Umgebung und auch die Menschen um Sie herum mit dem inneren Auge wahr.

kurzer Austausch: Vergleichen Sie dieses Gehen mit dem zielgerichteten Gehen am Anfang: Was hat sich für Sie verändert?

„Jesus sagt ihm: Steh auf, hebe deine Matte hoch und geh umher. Sofort wurde der Mensch gesund, hob seine Matte hoch und ging umher.“

Austausch:

1. Im Bibeltext heißt es, dass der Mensch sofort gesund wurde. Was hat den Menschen gesunden lassen? Wie haben Sie das erlebt?
2. Welche Rolle spielt dabei Ubuntu als Bezogensein, als eine Teil-habe an einem größeren Ganzen?

Autorin: Simone Kluge

