

KOTEBA

Überlebensstrategie im Auge der Schnecke

Alleine sein und doch mit der ganzen Welt verbunden

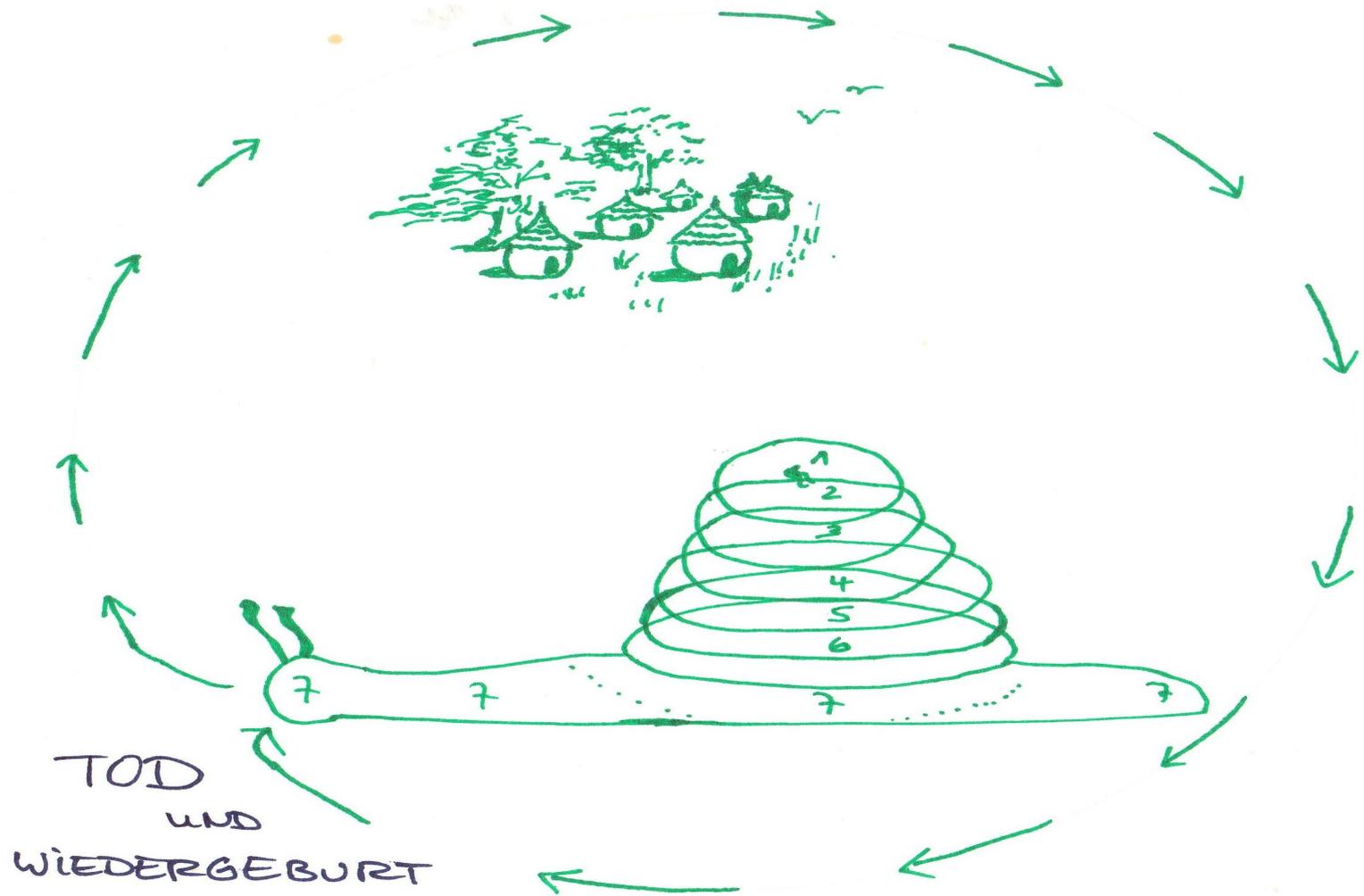


Angelika Wehr-Koita
MA International Communication

Inhaltsverzeichnis

- Einleitung Koteba
- Die Schnecke
- Auge der Schnecke
- Entschleunigen & Innehalten
- Koteba, ein Ritual
- Theater
- Interkultur
- Humor





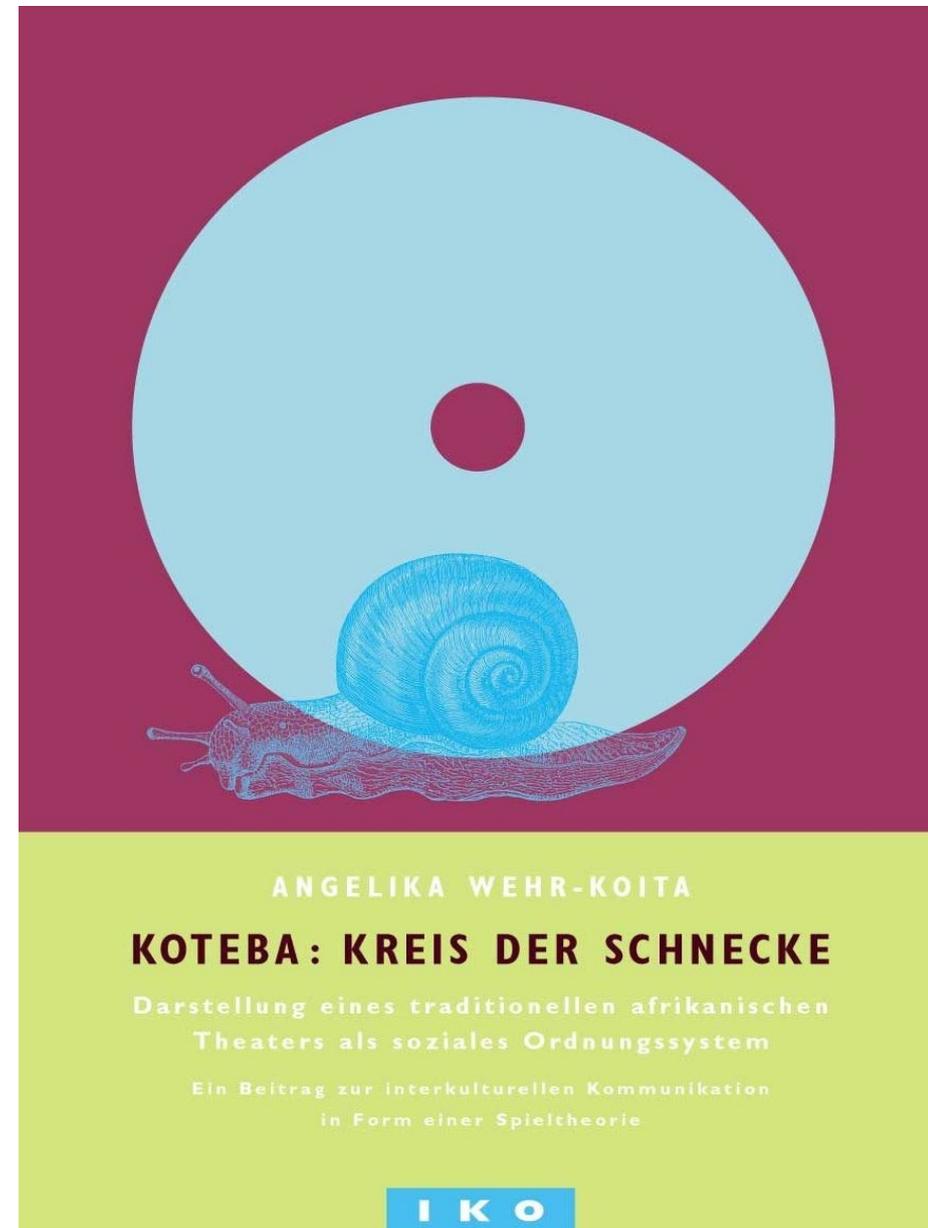
Koteba ist ein Urtheater. Eine Afrikanische Spielform in der Natur und Kultur, Spiritualität und Profanität, Ernst und Komik verbunden sind.

Es dient zur Entspannung, Sozialkritik, Unterhaltung, Lernen, Konfliktfähigkeit und nicht zuletzt zu Lachen und Katharsis.

Koteba – Die große Organisation der Schnecke (Bambara, Mali)

In der Tradition der Bambara umkreist die Schnecke das Dorf um nach dem Rechten zu schauen, es geht um: Störungen aufspüren, Ertasten von asozialem Verhalten sowie Anerkennung und Wertschätzung.

Am Ausgangspunkt angekommen, stirbt sie um wieder neu geboren zu werden und ein weiteres Koteba zu ermöglichen (Glaube an Reinkarnation).



Übertragung

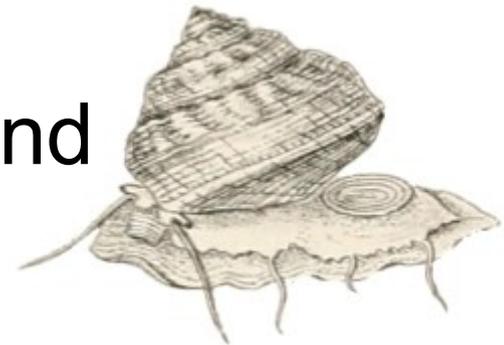
Die Dramaturgie der Urform (Ritual, Tanz, Fest, Mutproben, Rollenspiel, Komik) des Afrikanischen Dorftheaters Koteba können wir übertragen auf die Bedürfnisse in der Globalisierten Welt.



Koteba



- Selbstwert entdecken und Ressourcen nutzen bei der Bewältigung von Herausforderungen
- Lust auf Veränderung, neue Sicht.- und Verhaltensweisen spielerisch erwerben
- Handlungspielraum und gemeinsame Werte entdecken
- Grenzen überwinden, Gemeinsamkeiten entdecken
- Stärken von Eigenverantwortlichkeit und Gemeinschaftsgefühl



Warum Schnecke?

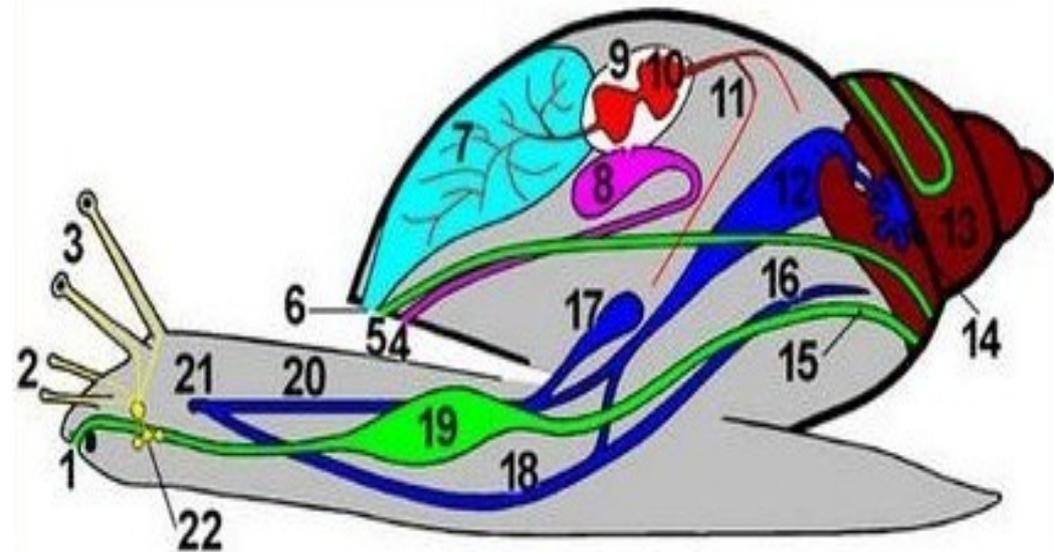
Die Schnecke steht für

LANGSAMKEIT, BODENHAFTUNG, SPÜREN,
BEHARRLICHKEIT, GEDULD, SCHUTZ und
FRIEDFERTIGKEIT.



„Schnecken tun niemanden etwas zu leide!“

Schnecke: harte Schale weicher Kern

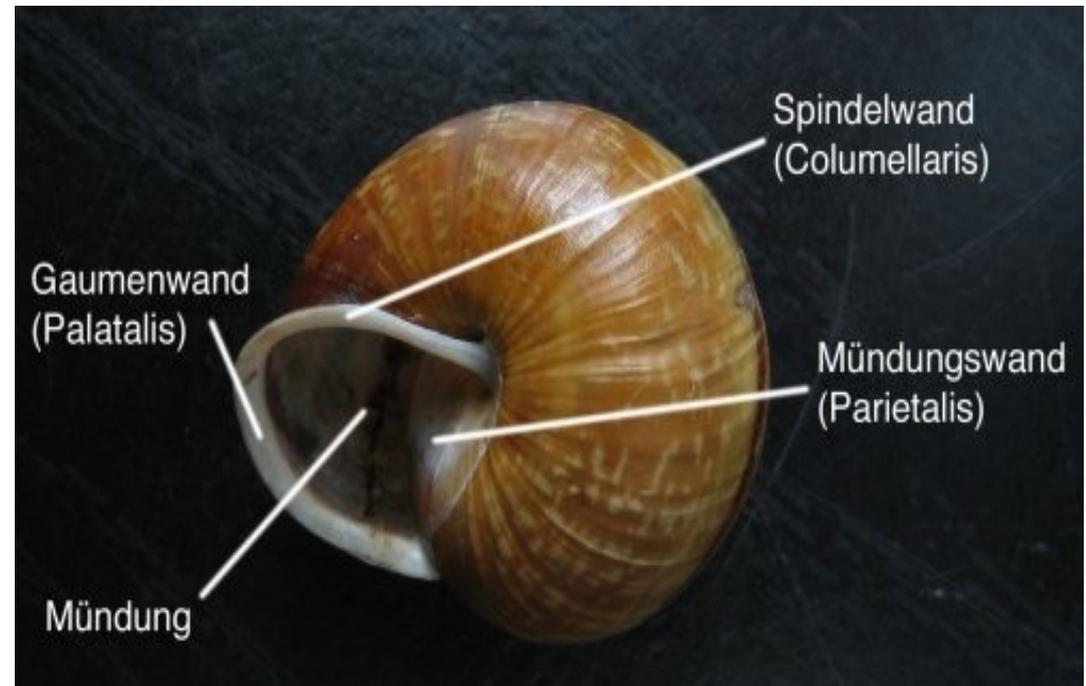


Atmungssystem -- Fortpflanzungssystem -- Harnapparat -- Herz/Gefäße), --- Nervensystem --- Verdauungssystem (mit Mitteldarmdrüse)

1 Mundöffnung (dahinter: Kiefer und Radula), 2 Fühler, 3 Augenträger, 4 Ausscheidungsöffnung (der Niere), 5 Darmausgang, 6 Atemloch, 7 Lunge, 8 Niere, 9 Herzbeutel, 10 Herz (lungennaher Vorhof und anschließende Herzkammer), 11 Schlagadern, 12 Ei-Samen-Leiter, 13 „Mitteldarmdrüse“, 14 Zwitterdrüse mit Zwittergang zum Ei-Samen-Leiter, 15 Darm, 16 „Geißel“ (= Flagellum), 17 Begattungstasche (= Bursa copulatrix), 18 männlicher Ausführungsgang (meist als Penis bezeichnet), 19 „Kropf“ (verschiedentlich als „Magen“ bezeichnet), 20 Scheide, 21 Geschlechtsöffnung (rechtsseitig!), 22 Gruppe von „Nervenzentren“ („Gehirn“)

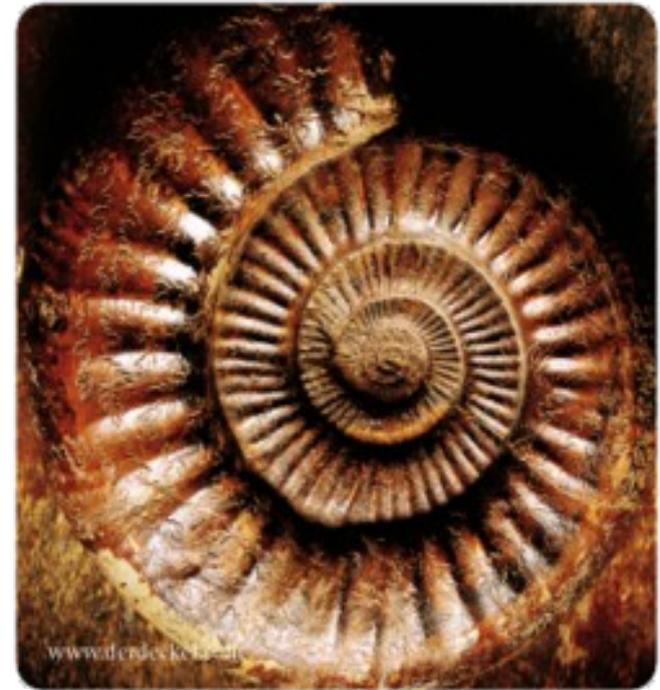
- Sehr fruchtbar / Autark: Zwitterig (Eier und Samen)/ Liebespfeile
- Fressen permanent (Pflanzenfresser, auch Aas), Zähne an der Zunge
- Archaische Energie: einsaugen / abstoßen, verbergen / herauskommen

Gehäuse der Schnecke



- Viele Formen. Unter 12.000 rechtsrum drehenden existiert eine linksrum drehende (Königin)
- Haus wächst an der Peripherie
- Gehäuse (asymmetrisch) verschließbar mit Kalkdeckel vor Kälte und Feinden
- Schnecken Kauri als Geld und für Devination in Afrika

Schnecken als Überlebenskünstler



- Schnecken gibt es seit dem Kambrium, vor ca. 530 Millionen Jahren
- Anpassungsleistung in unterschiedlichen klimatischen Zonen und Landschaften: Land, See, Fluss und Meer
- ca. 100.000 Schneckenarten / starke Vermehrung / Rückzugstechnik
- an Meeresschnecken Lernen erforscht von Neurobiologie
- Trotz vieler Fressfeinde und Antischneckenmittel überleben

Schneckenfuß - Schleim



- Braucht viel Feuchtigkeit
- Kriecht in Wellenbewegung.
6-7cm pro Minute
- Bewegung: Gleiten, Drehung, Wendung, Ankleben und Aufrichtung
- Fußdrüse produziert Schleim zur Abwehr von Feinden und Verletzung



Auge der Schnecke



- Orientierung über lange Tentakel (dunkel/hell): Können sich einziehen und wachsen nach
- Kurze Tentakel (tasten und riechen)
- Bewegen sich teleskopartig in alle Richtungen



Das Schneckenauge



Vatikan



Das Schneckenauge



Leuchtturm Portugal



Kontorviertel Hamburg

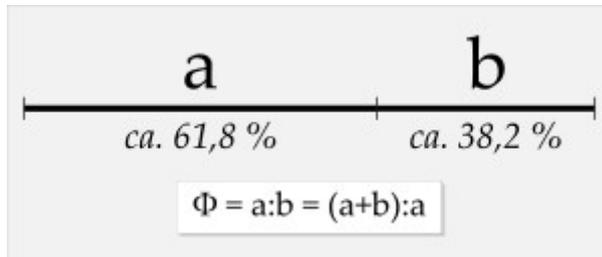
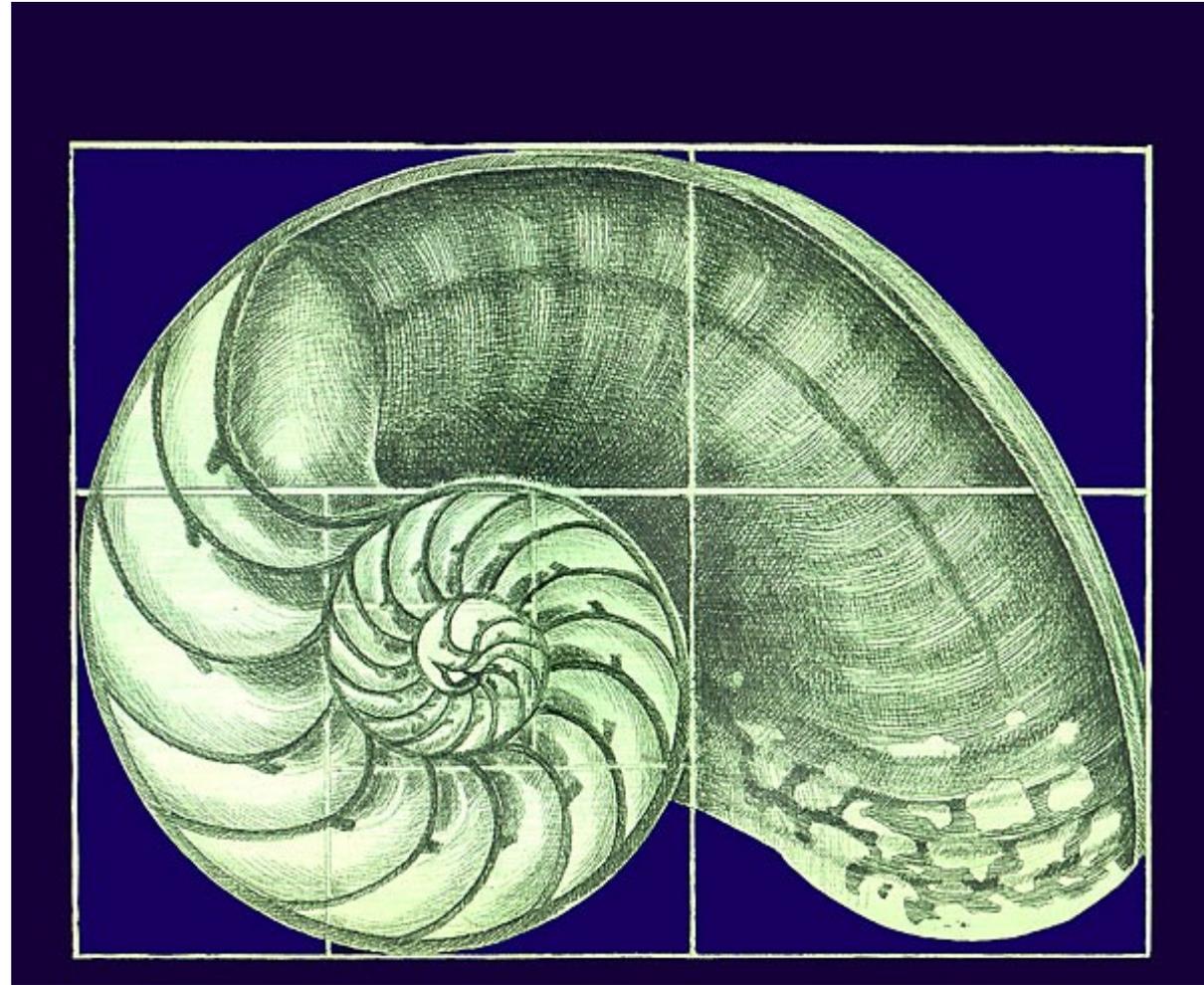
„Schneckenauge sei wachsam!“



Schneckenauge: Zentralpunkt einer Windung, Spirale die zu ihrer Achse immer den gleichen Abstand hat und sich nach unten / oben öffnet

Goldener Schnitt

- Licht Spindel
- Achter Teil der Höhe der Schnecke, Schneckenhöhe im Durchmesser
- Mittelpunkt einer Schnecke (Spirallinie) an welcher sich die Schnecke von innen nach außen anhebt.



Entschleunigen / Innehalten

In Zeiten von immer Höher, Schneller, Weiter, wird Verlangsamung beim Vorwärtsgehen zu einer lebensnotwendigen Qualität für den Menschen. Sich Zeit nehmen ermöglicht intensive Wahrnehmung, Präsenz, Achtsam.- bzw. Aufmerksamkeit, sowie Bewusstheit über den eigenen Körper und dessen Bedürfnisse. Pausen ermöglichen Entspannung und Zentrierung.

Innehalten und Lächeln erlaubt Selbstliebe, Empathie und Vergebung.



Entschleunigen

Innehalten



ALLE DENKEN,
ICH SEI SEHR SEHR
LANGSAM...



DABEI SITZE ICH SEIT
ZWEI STUNDEN HIER...

...UND FAULENZE...!

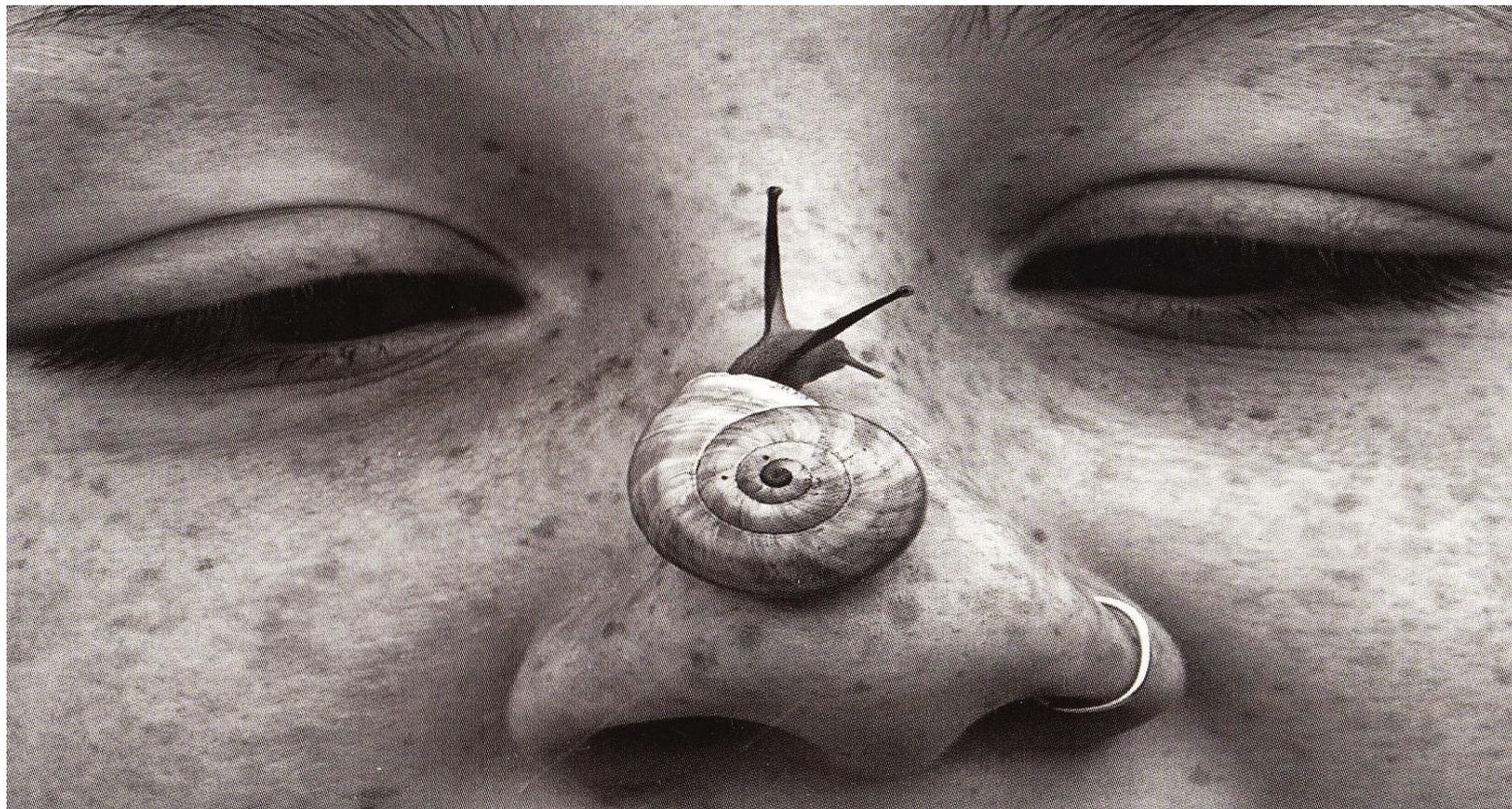


Pausen bedeuten eine Unterbrechung, einen Stopp von automatisierten Bewegungen und Handlungen. Sie ermöglichen bewusstes Ausatmen, sich Aufrichten und in die eigene Kraft kommen.

Lernen wir intuitiv Position zu beziehen, die uns entspricht und nützlich ist!

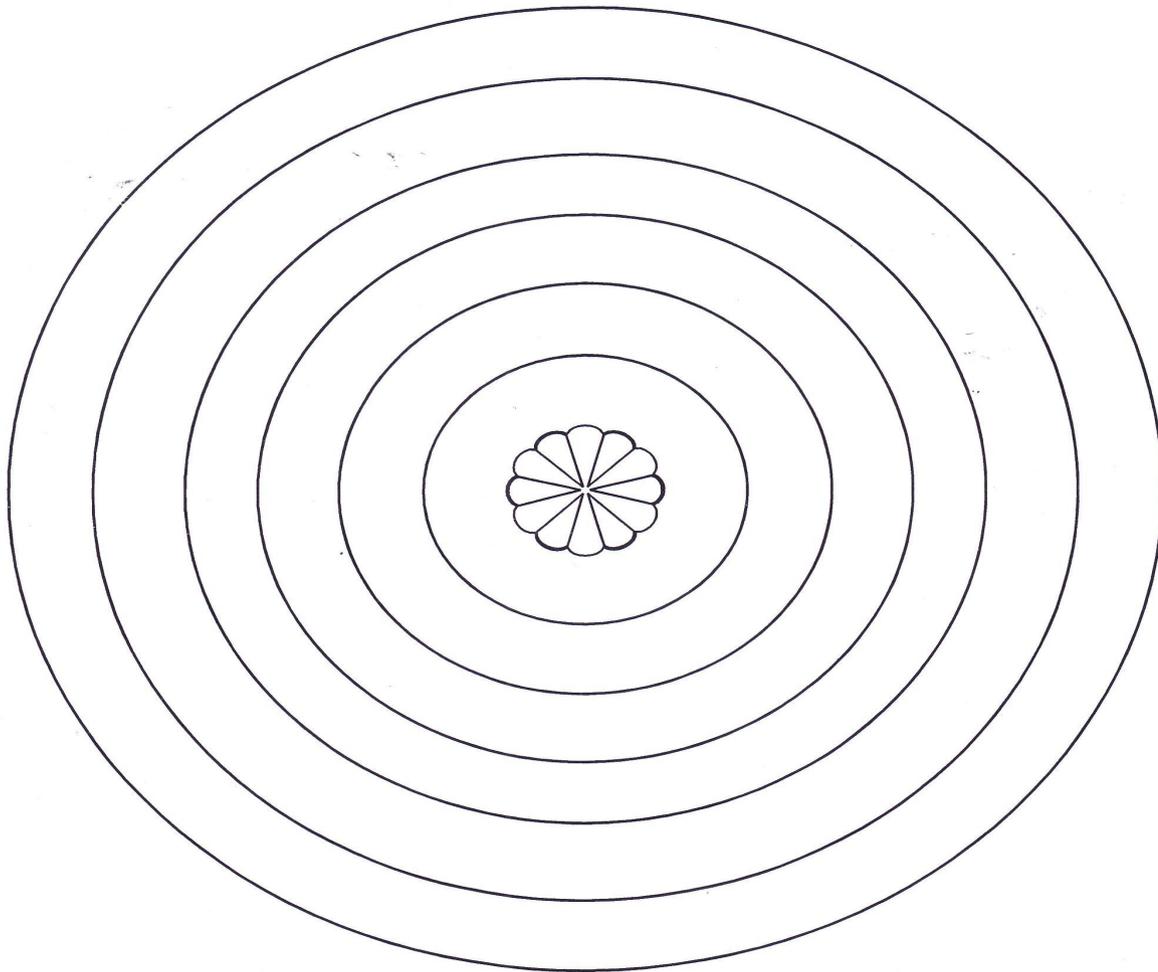
Innehalten und Annehmen

Innehalten ist für den Menschen wichtig, damit Reaktionsmuster auf Angriffe und Demütigungen unterbrochen werden und neue Verhaltensweisen entstehen können.



Koteba

Ritual ist wie ein Pfeil auf das Ziel geschossen



Ritual braucht Eröffnung und Abschluss. Ist Anrufung, Dialog und Wiederholung.

Zweck: gesunder Gleichgewichtszustand und harmonischer Ausgleich.

Glaube an Resonanz von Ursache und Wirkung.

Das Ritual, ein Fest der Bambara



Das Ritual hat den Charakter eines Festes bei dem Alkohol getrunken, in Tanz und Gesang ekstatisch partizipiert wird, sowie spielerisch Sozialkritik im Wettstreit erlaubt ist.

Alle, Alte, Frauen und Kinder können aktiv sein und genießen freudig und gespannt den überraschenden Abend, einen lebendigen kulturellen Raum.

Lebensumfeld von Freiheit, gegenseitigem Vertrauen und Verbundenheit ohne Spaltung und Hierarchie.

Ritual und Tanz

Die **Tänzer** rotieren im Kreis rechtsrum (zentrifugal) der Frauenkreis linksrum (gegen Uhrzeigersinn, zentripetal). Drehungen zum inneren des Kreises und zur Peripherie sowie um sich selbst.

Ekstase als zugleich von „Aus-sich-Heraustreten“ und „In-sich-Hineinströmen“, Zustand höchster Integration.

Im **Tanz** wird Energie kanalisiert und kontrolliert und ein soziales Gleichgewicht, ein Zusammenspiel aller Kräfte hergestellt. Einbettung ins Leben verlangt Balance von Körper, Seele und Geist.

Musik: Rhythmus wechselt zwischen meditativ/Trance-artig und dynamisch /ekstatisch. Trommler im Kern/ Achse repräsentieren den Puls der Gemeinschaft. Halten sensiblen Zustand von Höhe und Tiefe, laut und leise. Sängerinnen: Soli und Refrain mit Klatschen.

Ritual und Last der Welt

Schwer tragen und es trotzdem Leicht nehmen ist eine Kunst.

Zusammenspiel von Ordnung und Chaos (Spontaneität), Struktur und Veränderung.

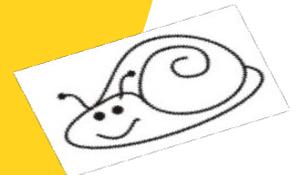
Kontakt zur Quelle / vitalem Strom des Lebens von Fruchtbarkeit, Reichtum und Gesundheit.

Last zur Lust transformieren.



Der leere Raum im Ritual

- Dient der Schadensabwehr von Negativen Emotionen (Reinigen der Bühne)
- Anrufung positiver Energien (Wert und Größe der Kultur)
- Speise um positive Geister zu versöhnen
- Im Tanz Eins-Sein: Trance und Ekstase erleben
- Der Kampf / Zähmen des Vogels
- Die Akrobatischen Saltos/ Mutproben
- Kreisöffnung für gespielte Autorität
Dorfchef, der Erlaubnis zur Satire erteilt.

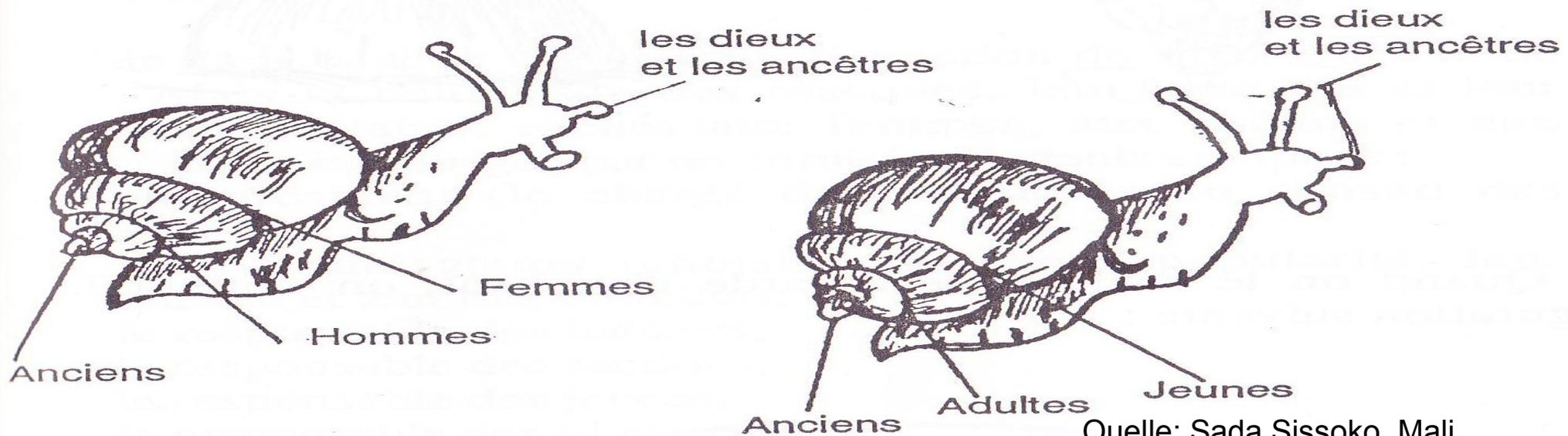


Grenzziehung - Ritual

Die Welt erscheint den Bambara als Mysterium.
Die Schnecke umkreist das Dorf mit ihren Problemen und Konflikten.

Der **Fuß der Schnecke** repräsentiert die Ahnen und Götter, die langsam vorangehen.

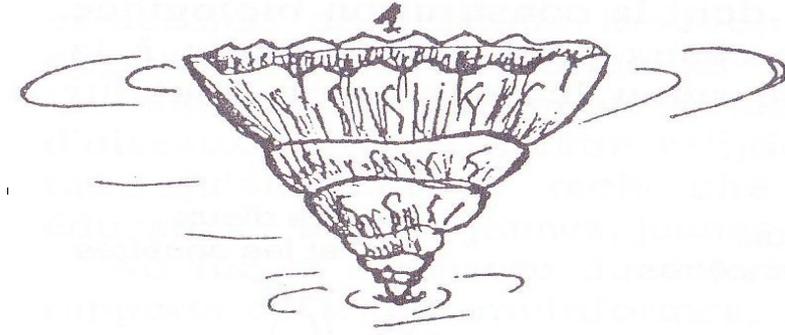
Das **Gehäuse** transformiert zu einem Kreisel, ergibt das Rad das die Weltgeschichte samt ihren Bewohnern dreht.



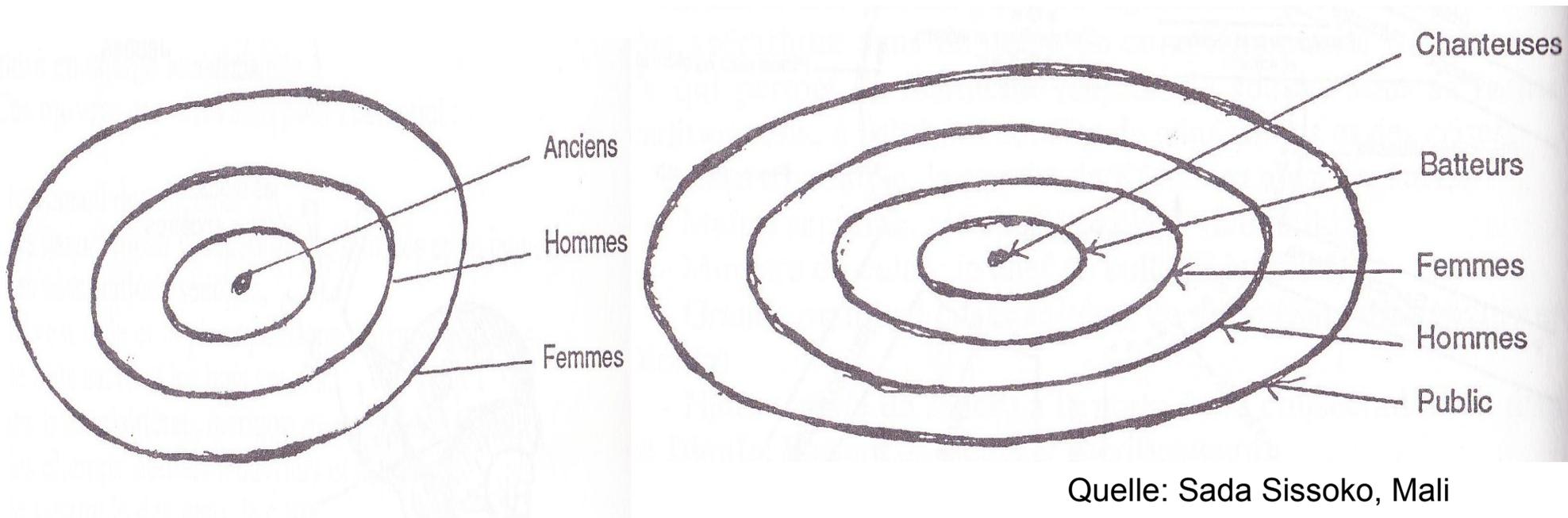
Quelle: Sada Sissoko, Mali

Das Ritual

1. Schnecke: Transformiert zum Kreisel.



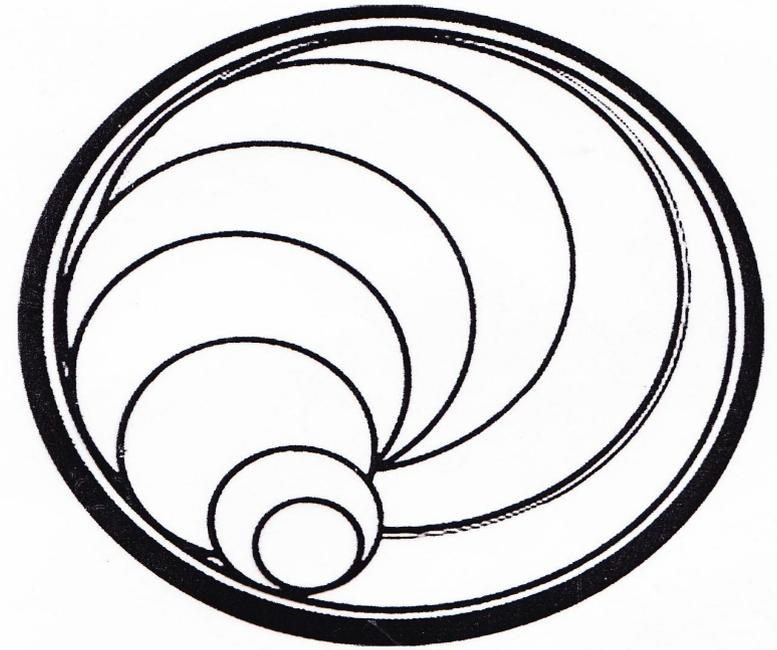
2. Spirale ergibt bei Rotation konzentrische Kreise.



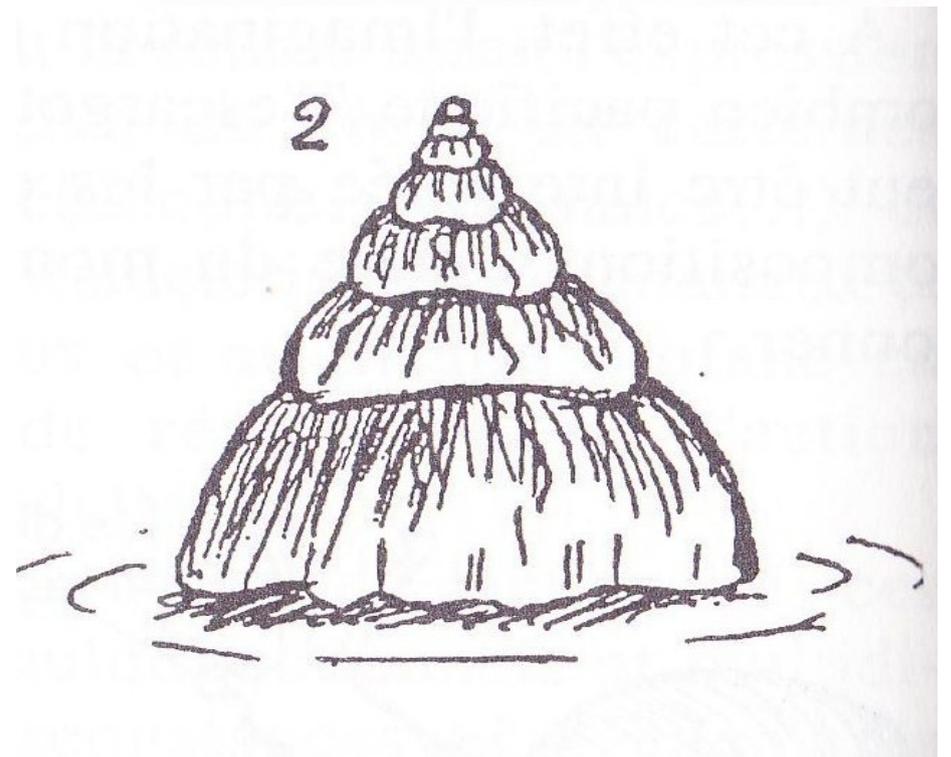
Quelle: Sada Sissoko, Mali

Das Ritual

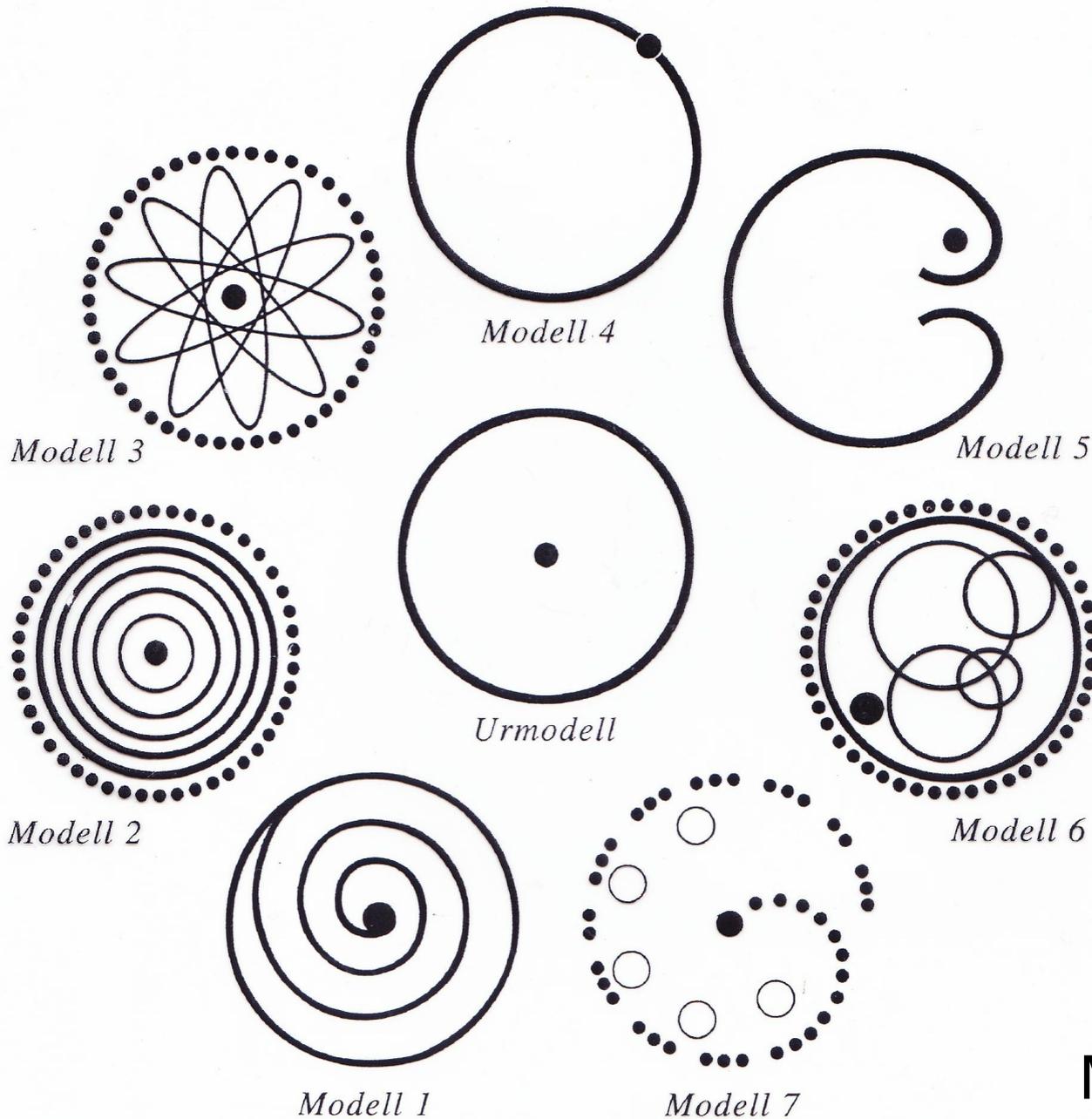
3. Die Illusion, im Spiel
des „als ob“. Fläche
Zweidimensional,
Drehung, Räumlichkeit
(Dreidimensional)



4. Das Ende des Spiels
und der Welt



Forschung Koteba



Modell Wehr-Koita

Weltbürger

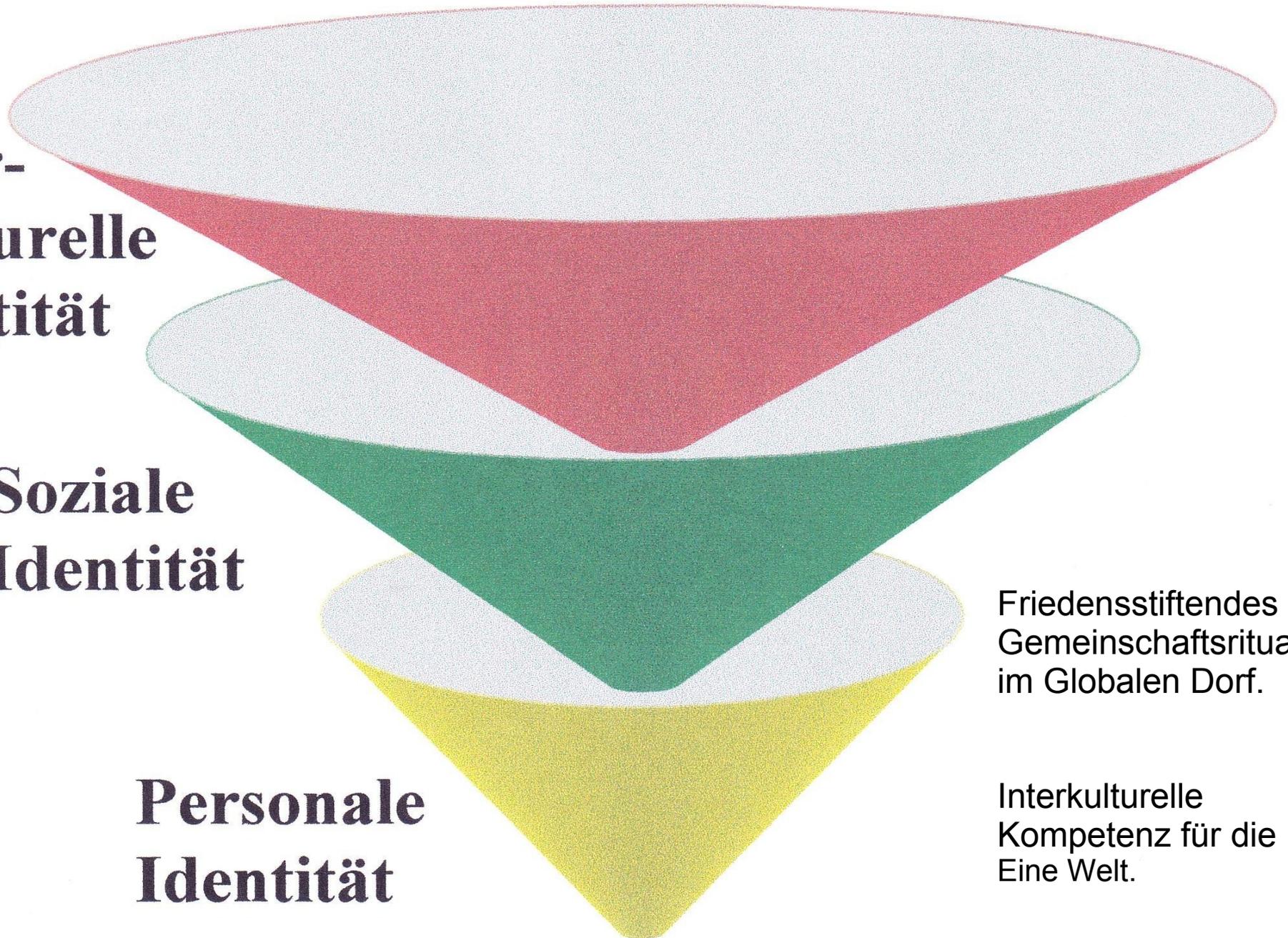
**Inter-
Kulturelle
Identität**

**Soziale
Identität**

**Personale
Identität**

Friedensstiftendes
Gemeinschaftsritual
im Globalen Dorf.

Interkulturelle
Kompetenz für die
Eine Welt.



Konflikt-transformation und Komik

In Westafrikanischen Dorf.- und Familiengemeinschaften wird seit Jahrhunderten Rythmus, Ritual, Interaktion und Komik zur Lösung von Konflikten (Machtspiele, Ungerechtigkeiten, Hierarchien...) genutzt.

Im Spiel werden - durch gemeinschaftliches Erleben - Brücken des Verständnisses gebaut, diese unterstützen das Selbstwertgefühl aller Beteiligten und machen Unterschiede wieder als Gewinn erfahrbar.

Die Gemeinschaft erlebt Erleichterung, Entlastung und Integration.



Fluss-Brücke Modell

Identifikation

Distanz

Spieler

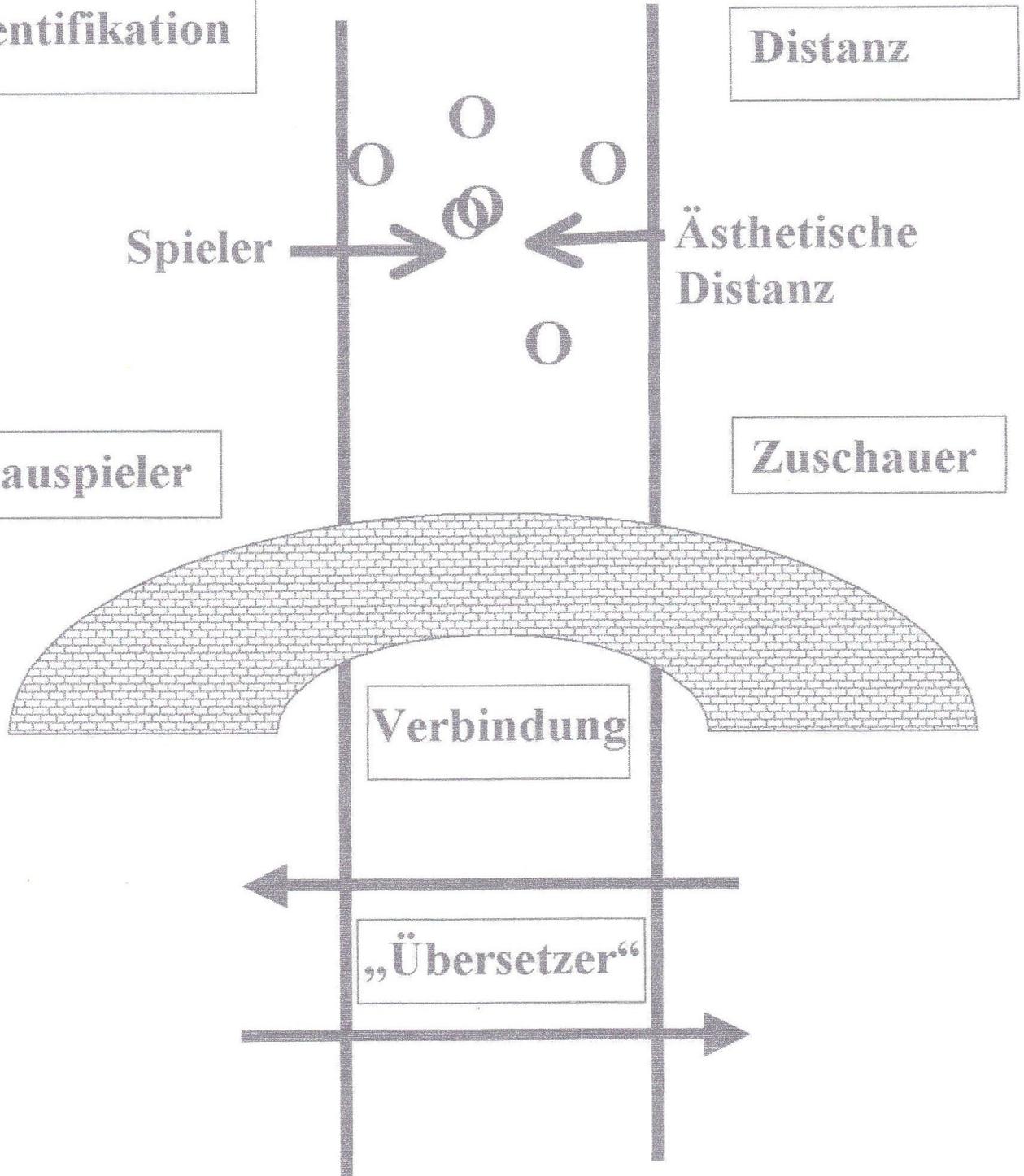
Ästhetische Distanz

Schauspieler

Zuschauer

Verbindung

„Übersetzer“



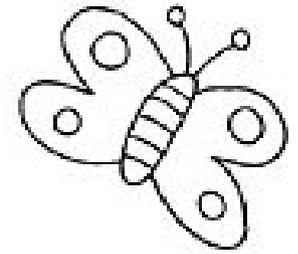
Theater

Das Theater ist provokativ und subversiv.

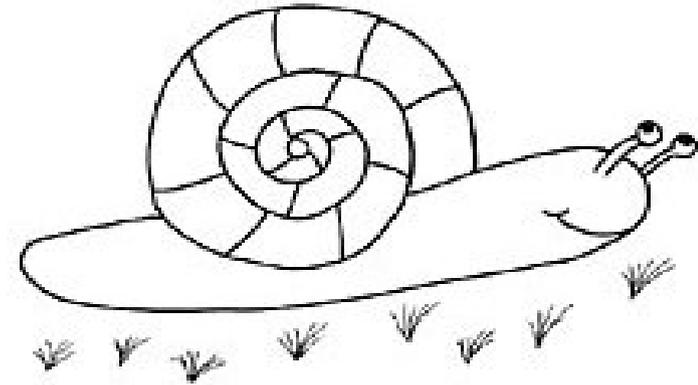


Die Spieler dürfen unhöflich sein. Im Spiel werden alle ermutigt Erwartungen und Enttäuschungen offen auszudrücken. Individuellen Fehlern und menschlichen Schwächen wird mit Humor begegnet.

Theater und Fantasie

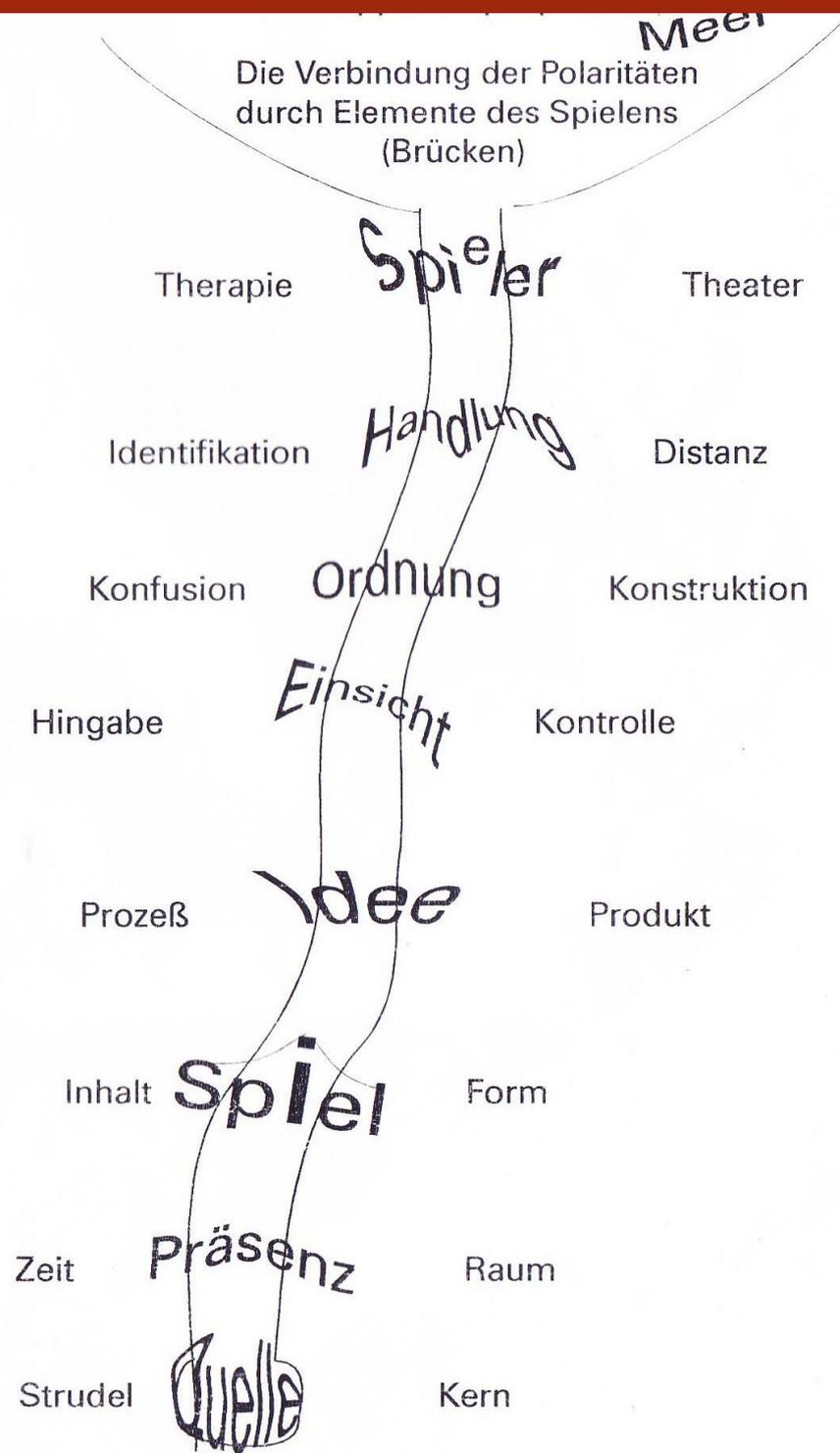


Ambiguität:
die Seele des Theaters.

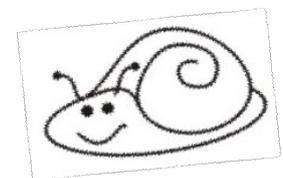


Ziel ist die Verbindung zwischen gegensätzlichen Polen als Spiel der Kräfte zu inszenieren und Brücken zu bauen zwischen den Polaritäten. Wichtig: in den Übergängen Balance und Maß finden und sich in den Zwischenräumen neu begegnen.

Geteilte Aufmerksamkeit



Doppelter Spielprozess



Schutzraum Theater

- Nachdem der Kreis für das Spiel geöffnet ist, werden kurze Sketsche und Szenen gezeigt die unsoziales Verhalten thematisieren.
- Improvisationen von 10-15 min
- Lachplätze durch Komik- Roundings (überraschende, lustige Drehungen und Wendungen)
- Den Nullpunkt aushalten, sich überraschen lassen.
- Sprachlich schnell mit Wortwitz.
- Karikatur / Übertreibung, Flexibilität im Spiegeln
- Spieler können Tabus und Konflikte offen zeigen und Autoritäten kritisieren.



Theater: Tabu und Komik

Themen:

- Macht / Machtmissbrauch
- Dummheit
- Ignoranz
- Die 7 Tot-Sünden
- Themen des Alltags durch Typen aus der Sozialen Umwelt (Frauenheld, Betrüger, Blinder, Fremder, etc.)
- Themen ohne Ende



Spielraum Theater



Ziel:

Durch das Zeigen der Fehler ein friedliches Miteinander-leben zu ermöglichen.

Das lebendige Miteinander in einer Atmosphäre von Freude und Leichtigkeit schafft magische Momente und zeigt neue Wege zur gewaltfreien Kommunikation.

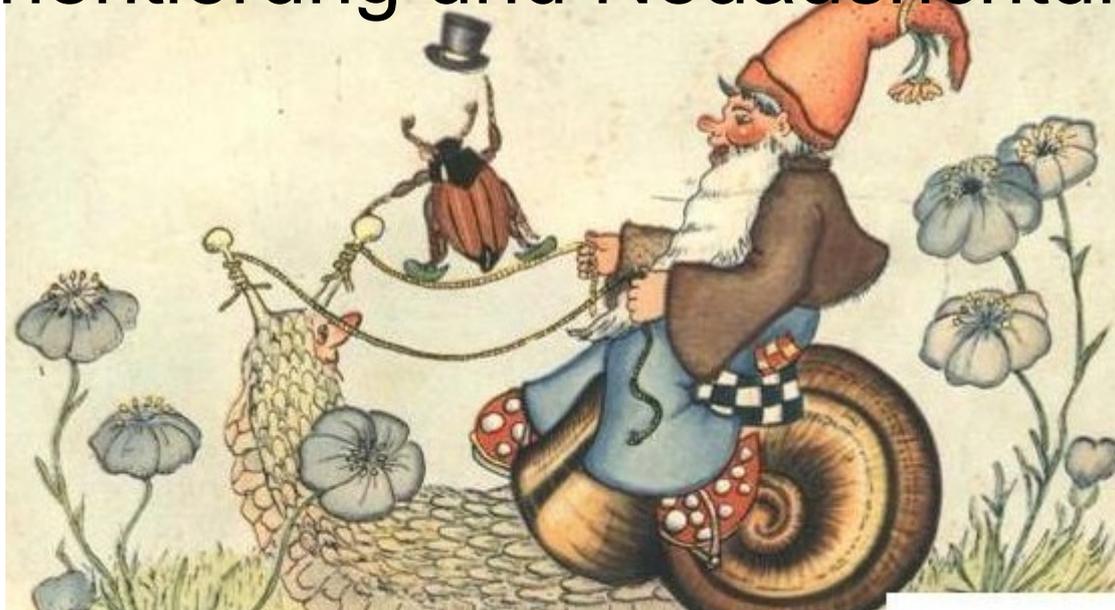
Übertragbarkeit für ein Interkulturelles Theater

- Wecken von Präsenz, Neugier und Lebensfreude. Selbstannahme, Selbstliebe und Selbstermächtigung.
- Motivation für Veränderung schaffen.
- Spiel der Kräfte besser verstehen lernen.
- Frustrations- und Ambiguitäts-Toleranz erhöhen.
- Lebendige Kohäsion.
- Grenzen überwinden, Gemeinsamkeiten entdecken.
- Fülle menschliches Zusammenseins und der Einbindung in großes Ganzes.

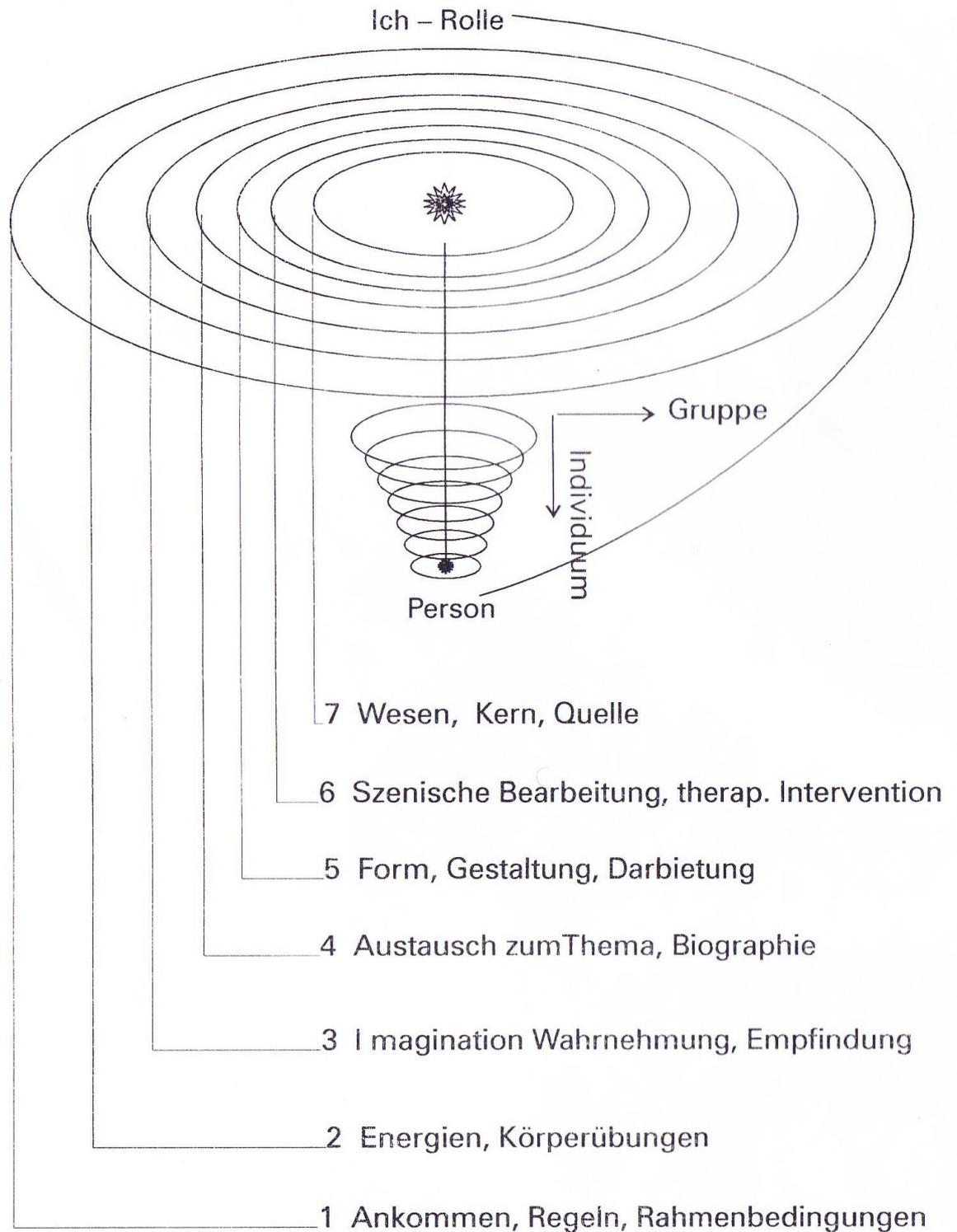


Übertragbarkeit für ein Interkulturelles und Heilendes Theater

- Es ist wichtig das eigene Kind zu entdecken, zu zeigen, zu fantasieren, zu experimentieren und präsent zu sein.
- Magische Momente erleben und genießen.
- Resonanz erfahren und Gemeinschaft genießen.
- Mut zur Orientierung und Neuausrichtung.



Theatertherapeutische Dimension



Humor

Leichtigkeit des Seins

Spannungsabbau durch Lachen.



Das Spiegeln von Schattenseiten benötigt humorvolle Distanz, welche Immunität von Verletzungen und Kränkungen schafft. „Anästhesie des Herzens“ (Das Lachen, H. Bergson, 1900).

Durch Übertreibung der Charaktere in den Sketchen kann die Gemeinschaft ihre Gefühle reinigen (Soziale Hygiene).

Durch Lachen heilt der Mensch sich von der Tragik des Lebens, von Schmerz und Leid.

Humor

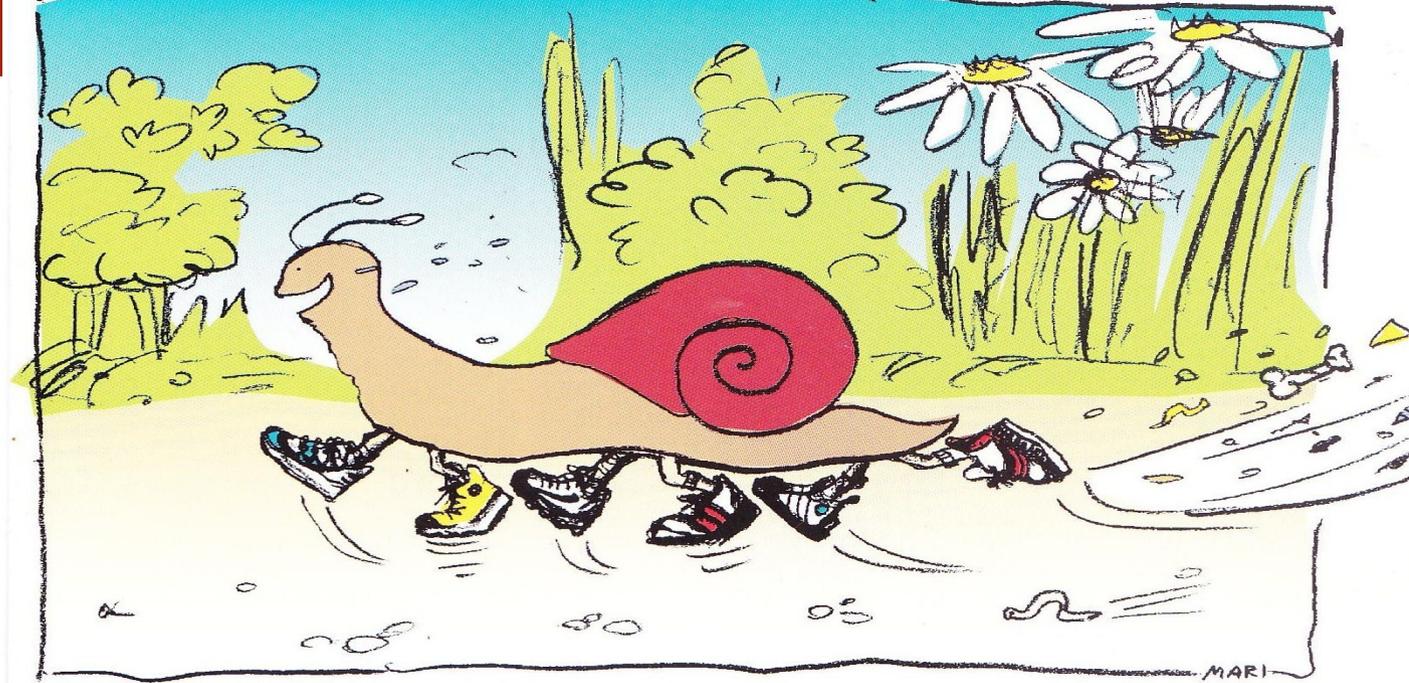
Das Zwerchfell (Ort des Lachens) ist der Übergang, die Schwelle zwischen oberen und unteren Regionen des Menschen. Sitz der Klugheit, Ort der Begegnung von Denken und Fühlen, Quelle des Physischen Lebens.

Im Lachen lösen sich Verhaltensmuster, Spannungen und Widerstände spielend auf.

Das Sterben des Egos geschieht durch Humor und ist die existenzielle Rettung.



Humor für Paradox des Lebens



Jedes Ding hat drei Seiten: eine Positive, eine Negative
und eine Komische. Karl Valentin

Jedes Ding hat drei Seiten: eine die du siehst, eine die ich sehe,
und eine die wir beide nicht sehen. Philosoph Laozi, China



Humor

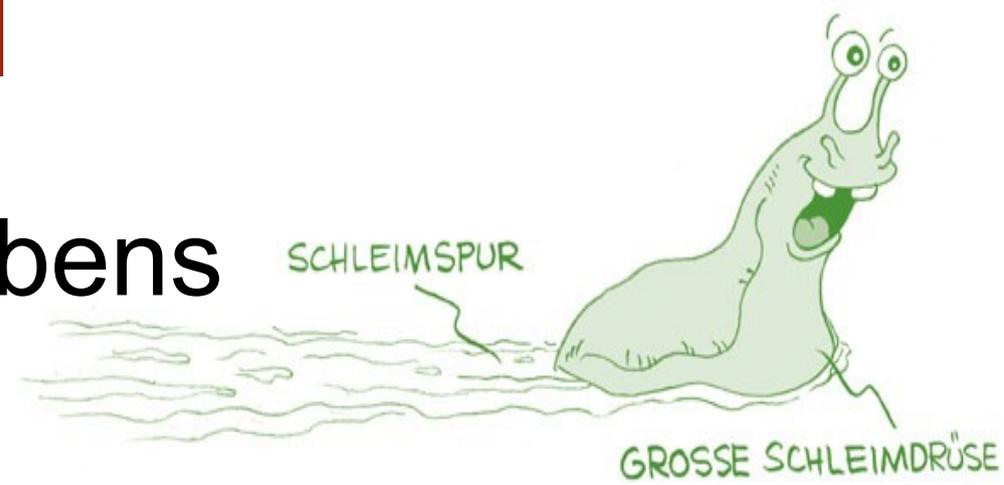
„Der Mensch als das lachende Tier“ Poetik Aristoteles

Spieler: kreieren „Lachplätze“ indem sie Peinliches und Lächerliches zeigen und überraschende Wendungen hervorrufen. Um sich selber zu schützen tragen sie Amulette.



Schneckenschleim

Strategie des Jungbleibens



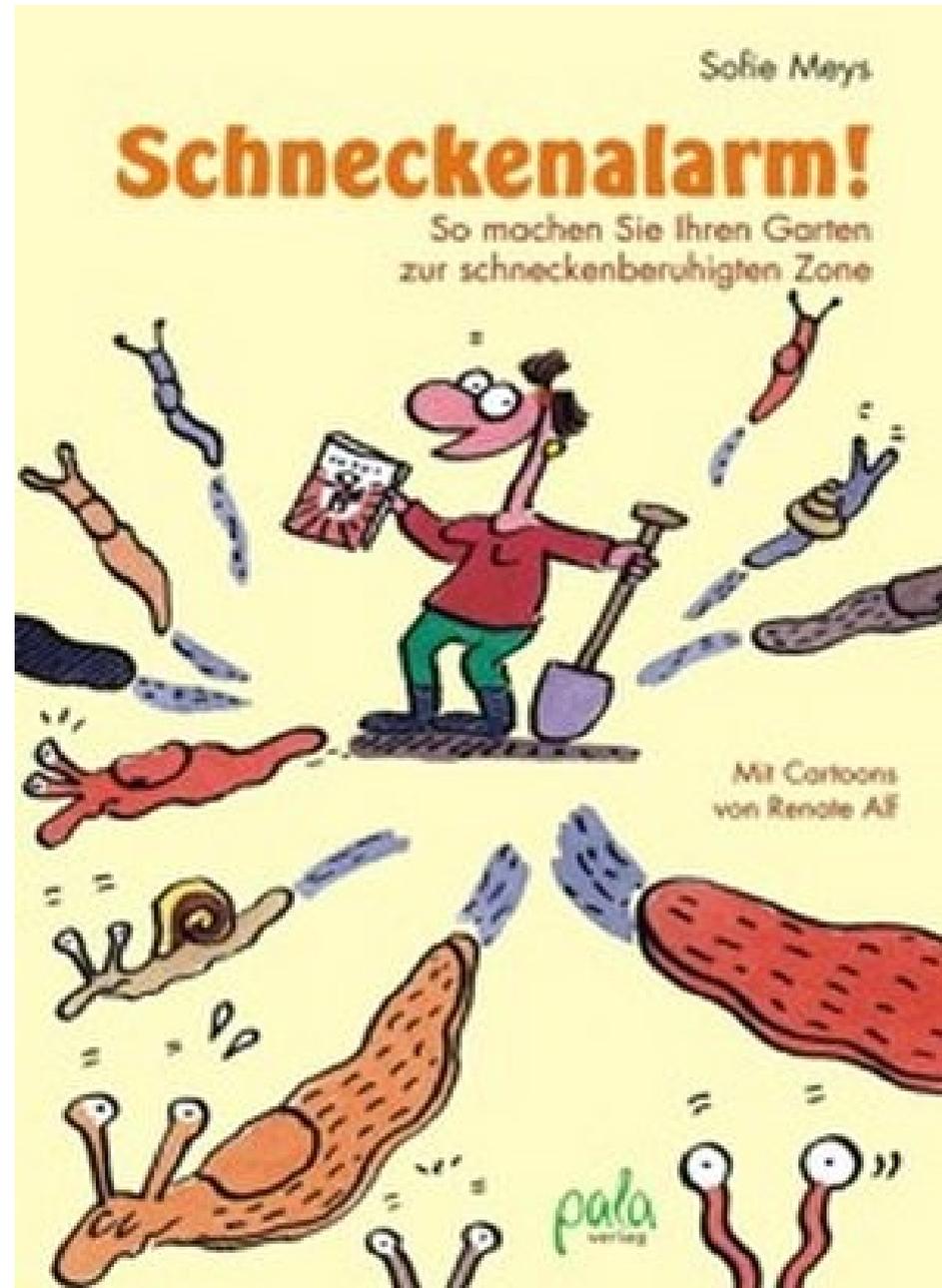
Gleitmittel und Klebstoff: Schutz vor dem Ernst des Lebens und dem Altern



Schneckenspur & Schnecken-Killer



Denk Mal - Kupfer gegen Schnecken



Die Schmackhafte Schnecke



Kreisel



Kreisel H. Kükelhaus



Links Schnecke

Kurzfilm: Snail Trail (Philipp Artus, 2012)

www.vimeo.com/49420983

Film: Die Strategie der Schnecke (Sergio Cabrera, 2007)

Buch: Das Geräusch einer Schnecke beim Essen (Elisabeth Bailey, 2012)

Lach Video:

http://www.youtube.com/watch?v=udINOIF_H

