

## Ausdruck und Therapie

### Ein Interview mit der Veranstalterin und Tänzerin Samara

*OM: Welche Bedeutung hat der Orientalische Tanz für Dich?*

Samara: Seit dem Jahre 1990 habe ich mein Herz an den Orientalischen Tanz verloren; seitdem tanze ich fast täglich, und der Orientalische Tanz ist je länger je stärker mein Lebensinhalt geworden. Er bedeutet für mich Lebendigkeit, Ausdrucksmöglichkeit, Meditation, Verbindung mit der universellen Energie und schlichtweg Therapie. Körpertherapie im Zusammenhang mit meinen damaligen Beschwerden vor allem aus dem rheumatischen Formenkreis und im Zusammenhang mit einer immensen Verbesserung meines Körperbewußtseins. Auf der seelischen und psychologischen Ebene hat mir der Orientalische Tanz geholfen, mich viel mehr als zuvor mit meinen weiblichen Anteilen zu verbinden und zu meinem Frausein zu stehen. Ebenso hat er mir einen gehörigen Aufschwung meines Selbstwertgefühles beschert.

Aufgrund meines psychologischen Hintergrundes (individualpsychologisch-analytische Berater(innen)ausbildung, ein Jahr Körpertherapieausbildung) weiß ich das sehr zu schätzen und einzuordnen und führe meinen Unterricht auch mit diesem Wissen um die möglichen Wirkungen des Orientalischen Tanzes im Hinterkopf durch. Es befriedigt mich sehr, meine ganz persönlichen Lernerfahrungen mit dem Orientalischen Tanz im Unterricht „an die Frau bringen“ zu können.

*OM: Zur Durchführung eines großen Events wie der Probeprobühnenshow gehört mehr als nur die Begeisterung für den orientalischen Tanz?*

Samara: Als Sozialarbeiterin liegt mir der Umgang mit vielen Menschen und die Koordinationsarbeit, die größere Projekte - wie diese zweite Probeprobühnenshow - mit sich bringen. Grundsätzlich „tanze ich auf vielen Hochzeiten“ im orientalischen Bereich: Ich führe seit fünf Jahren meine Tanzkleiderboutique „Boutique Eva“, und organisiere große und kleine Bazare, Orientfeste und Shows. Außerdem trete ich sehr gerne bei guten Gelegenheiten auf. Neben meiner Unterrichtstätigkeit organisiere ich Workshops hier in der Schweiz, vor allem mit Shahrazad.

Eines meiner Hauptanliegen ist es mitzuhelfen, den Orientalischen Tanz in allen seinen Erscheinungsformen in der schweizerischen Öffentlichkeit bekannter zu machen, aus dem Schatten- und Szenendasein herauszuführen und zu einer etablierten Tanz- und Ausdrucksform zu machen. Diese Probeprobühnenshow, in der ich eine Auswahl aus der Vielfalt der Orientalischen Tänze präsentiert habe, und Schülerinnen sowie Profis eine Bühne zur Verfügung gestellt habe, um gut Geübtes zu präsentieren oder Neues zu wagen, ist ein Schritt in diese Richtung gewesen.



Samara

*OM: Gibt es noch andere Anliegen, die Du mit dem Orientalischen Tanz verbindest?*

Samara: Mein weiteres Hauptanliegen ist es, die starken gesundheitsfördernden Wirkungen des Orientalischen Tanzes bekannter zu machen. Immer mehr Schweizer Frauen erkennen den prophylaktischen und den „Wellness“-Effekt dieser wunderschönen Tanzform. Die schweizerische Öffentlichkeit und auch die medizinische Fachwelt haben immer noch Mühe, die Existenz und den Wert dieser Ausdrucks- und Tanzform zur Kenntnis zu nehmen; wohl auch wegen immer noch existenter sexuell angehauchter Vorurteile dieser Tanzform gegenüber. Frauen machen jedoch immer mehr die Erfahrung, daß dieser weiblichste aller Tänze viele Leiden mildern helfen kann. Menstruationsbeschwerden können sich abschwächen, und der Tanz ist sehr geeignet als Geburtsvorbereitung. Hier ist die Verbindung zu einer der Ursprünge dieses Tanzes. Oben erwähnt habe ich schon den vorbeugenden und heilende Effekt bei rheumatischen Beschwerden.

*OM: Und der psychologische Effekt?*

Samara: Der psychologische Wert ist auch unschätzbar: Eine Frau, die orientalisches tanzen lernen möchte, kommt nicht umhin, sich mit ihrem Körpergefühl, ihrem Selbstwertgefühl und ihrer Weiblichkeit und Erotik auseinanderzusetzen. Natürlich gilt der gesundheitsfördernde und -erhaltende Aspekt für Männer in vielen Bereichen (Rheumatismus, Körper- und Selbstwertgefühl u.a.) genauso! Frau/man wird durch das Erlernen dieser Tanzform beim Tanz sowie im Leben sozusagen „zwangsläufig“ aufrechter und selbstbewußter!

Der Orientalische Tanz kann wie bereits erwähnt auch als aktive Meditation ein Weg zur Zentrierung, Selbstfindung, seelischen Ruhe und Ausgeglichenheit sein. Öfters durfte ich selber die Erfahrung machen, den Orientalischen Tanz als Trancetanz, als direkten Weg ins „Hier und Jetzt“, in den Augenblick ohne Vergangenheit

und Zukunft zu erleben. Wer dies erlebt hat, kann nicht mehr aufhören zu tanzen. - Die orientalische Tanzparty am Schluß der Probeprobühnenshow mit Live-Musik war deshalb für mich ein Muß.

*OM: Eine Show-Veranstaltung ist doch eher ein kulturelles Ereignis, oder?*

Samara: Ein drittes Hauptanliegen von mir, welches mich direkt inspiriert, große Veranstaltungen wie diese Orientalische Nacht zu organisieren, ist es, den kulturellen Austausch und die menschliche und kulturelle Verständigung zwischen den hier in Zürich lebenden ausländischen Mitbewohnern und der einheimischen Bevölkerung zu fördern. Ich möchte die Menschen über das Herz erreichen, nicht über politische Diskussionen. Über das Gefühl, das Erleben gemeinsamer kultureller Anlässe, an denen die Schweizer den Wert ausländischer Kultur erleben können und die Ausländer sich hier zuhause fühlen, weil sie einen Teil ihrer Kultur und ihrer Tänze hier sehen und erleben. Die gemeinsame Freude, und im Falle meines Projektes, der Probeprobühnenshow, die Freude an gemeinsamen Tanzen und am gemeinsamen Tanzen möchte ich in den Mittelpunkt stellen. Der Raqs Sharqi dient mir als Medium, als integrative Kraft, um die Menschen zusammenzubringen. Wer gemeinsam feiert und gemeinsam Freude hat, ist eher geneigt, Vorurteile abzubauen oder diese gar nicht erst aufzubauen.



Schülerinnen auf der Probeprobühnenshow

## Probeprobühnenshow auf Video

Von der Orientalischen Nacht am 23. September 2000 in Zürich (die 2. Probeprobühnenshow, siehe ORIENT-MAGAZIN Nr. 1/2001) mit Schülerinnen, Tänzerinnen aus dem In- und Ausland sowie Meistertänzerin Shahrazad und Meisterdrummer Sayed Balaha mit Mohammed Zaki erscheint in Kürze ein erstklassiger Tanzfilm, von dessen ausgezeichnetem technischer Qualität sich das ORIENT-MAGAZIN bereits vorab überzeugen konnte.

Ansehen kann man das Video auf den Basaren mit Evas Boutique.

Info: Samara, Tel.: 01 / 262 30 62