

ATEM-LABOR



Im einmal pro Monat stattfindenden Atem-Labor teilt Chris Leuenberger Methoden und Tools seiner langjährigen Recherche zum performativen und choreografischen Potenzial des Atems.

In seiner künstlerischen Praxis rund um das Atmen interessiert ihn sowohl die Körperlichkeit des Atems (die Art und Weise, wie er Bewegung formt und beeinflusst) als auch dessen Klangfülle (die Art und Weise, wie er Klang erzeugt und färbt).

Ausgehend von Prinzipien aus dem Yoga und anderen somatischen Praktiken erforschen wir den Atem als Klanginstrument, Resonanzkörper und Quelle der Bewegung.

Durch die Arbeit mit verschiedenen Atem-Scores treten wir in Dialog mit uns selber, mit dem Raum und mit den anderen atmenden Körpern. Dabei tauchen wir in meditative und performative Zustände ein.

- Das Atem-Labor richtet sich an Tänzer*innen, Schauspieler*innen, Choreograf*innen, Musiker*innen und alle, die an der Arbeit mit Atem und Bewegung interessiert sind.
- jeweils am dritten Dienstag im Monat von 17:30 - 19:30 Uhr
- Wo: TANZhaus BERN Dalmaziquai 69, 3005 Bern
- Kostenpunkt: 15.- CHF
- Termine: 21. März 17:30-19:30
18. April 17:30-19:30
16. Mai 17:30-19:00
20. Juni 17:30-19:00



“Seit über 10 Jahren interessiere ich mich für die Beziehung zwischen Atem und Bewegung.

Das Praktizieren von Yoga und Pranayama hat dieses Interesse über die Jahre verstärkt und die bemerkenswerte Wirkung spezifischer Atemmuster auf körperlicher und energetischer Ebene hat nach und nach auch meine choreografische Arbeit beeinflusst.

Später wurde mein Interesse am Atem durch Continuum Movement und durch andere Methoden und Traditionen der Körperarbeit wie z.B. Holotropes Atmen und die Arbeit von Ilse Middendorf weiter genährt und vertieft.

Seit 2008 habe ich das choreografische Potenzial des Atems in meiner eigenen Arbeit kontinuierlich erforscht. Darüber hinaus habe ich den gesammelten Erfahrungsschatz über die performativen Möglichkeiten und Verbindungen zwischen Atem und Bewegung in Workshops weitergegeben.

Der Atem verbindet als existentieller Vorgang alle Lebewesen und ist somit immer auch Begleiter von subtiler bis zu heftiger Bewegung. Er fährt schockartig in einen hinein beim Erschrecken und bricht schwallmässig aus einem heraus beim Lachen. Er kann emotional, narrativ aber auch politisch eingesetzt werden. Die Dringlichkeit, die die Arbeit mit dem Atem beim Performer selbst auslöst, überträgt sich unmittelbar auf das Publikum.”

www.chrisleuenbergerproductions.com