

**Christiane Heidrich**  
**Mein Körper hält still**

Mein Körper hält still. Das Zurückgelehnte und die Anspannung sind endlich verwickelt, und ich, komm da nicht mehr hin. Was übrig bleibt, ist das Winken von einem Dach, das Winken mit Leerstellen, das Unkraut, gepresste Eigenschaften, die auf Entladung nicht warten, die solche Zeitlichkeit nicht haben, das Komprimierte hat sich zurückgezogen und verweigert sein Potenzial. Gegen Entfaltung. Mein zusammengefasstes Fleisch, das hier spricht. Betrug der Leichtigkeit, Träger zu haben. Die verschiedenen Zustände, die nicht mehr voneinander abrücken, die eng zusammenstehen unter einem Körper mit Namen. Hält das, das hält. Noch dieselbe wie vorher. Gespräch: Mein rennender Körper ist einem anderen rennenden Körper ähnlicher als meinem eigenen, der sitzt. Abfolgen, Zustände. Ich rufe alles noch mal auf. Gesten, die kaum durchführbar sind. Skelette, von denen meine Bewegungen kommen, stimmen mit meinem Skelett nicht überein. Werden Bewegungen so verschiebbar. Ich hab das nicht ausgelöst, ich hab das nicht eingelöst, ich hab es nicht mal getroffen. Nur eine kurze Überlagerung war mein Auftritt, ein fast plumpes Zittern im Arm, das Witzelnde, das Dösende, das Unverstaute der Sätze. Trennung von Bewegung in Gliedmaßen, von Gliedmaßen in Bewegung. Vierteldrehung, Vierteldrehung aus dem Bild in ein anderes.

aus: Christiane Heidrich, *Spliss, Gedichte*, kookbooks Berlin 2018, S. 49

## Lyrik plus X

### Ideen für den Unterricht

von lyrix, Bundeswettbewerb für junge Lyrik

### „Werden Bewegungen so verschiebbar.“

Monatsthema Juni 2019 zum Gedicht „Mein Körper hält still“ von Christiane Heidrich

#### Vorbemerkung

Christiane Heidrichs „Mein Körper hält still“ beschreibt eine Bewegungsfolge, ob die eines Tanzes oder einer sportlichen Übung, lässt sich spekulieren. Der Text ist in „Spliss“, ihrem ersten Lyrikband, im Jahr 2018 bei kookbooks erschienen. Die Gedichte ordnen sich thematisch acht unterschiedlichen Kapiteln zu, „Mein Körper hält still“ findet sich in dem Kapitel „Performance“. Bewegung, Choreographie, Gesten sind die Hauptmerkmale dieses Abschnittes.

#### Inhaltlicher Einstieg: „Werden Bewegungen so verschiebbar?“ – erste Schreibanregungen

Das Cover des Buches von Christiane Heidrich wurde von Andreas Töpfer illustriert und lässt sich zu einem Plakat auseinanderfalten (siehe letzte Seite). Ein Einstieg in das Thema ist sowohl über den Text als auch über das Bild denkbar, das eigens für die Gedichte gestaltet wurde.

##### 1. Text:

Der Titel des Gedichtes „Mein Körper hält still“ scheint auf den ersten Blick einen Kontrast zum Thema und der Zeile „Werden Bewegungen so verschiebbar“ zu bilden. Wo im Text bilden sich Stillstand, wo Bewegungen ab?

- Die Schüler\*innen bilden Kleingruppen und lesen sich das Gedicht gegenseitig wiederholt vor. Sie überlegen, wo beim Zuhören oder auch Vortragen entstand das Gefühl von Bewegung, wo das von Stillstand?
- Jede\*r für sich markiert in dem Text Wörter oder auch Wortgruppen, die Stillstand assoziieren und Wörter, die sich mit Bewegung verbinden lassen. Manche Wörter bzw. Wortgruppen lassen sich vielleicht auch beiden Begriffen zuordnen?
- Die Schüler\*innen tauschen sich über ihre Zuordnungen aus und ergänzen, wenn sie möchten, weitere Wörter zu den Begriffen.
- Im Anschluss erstellen sie in 2er-Gruppen aus dem Material eine Wortliste von ca. 5 bis 8 Wörtern zu dem Thema „Werden Bewegungen so verschiebbar“. Zu zweit oder auch allein versuchen sie sich an einem ersten Gedicht zu folgender Aufgabenstellung:
  1. Stellt euch eine Situation vor, in der ein Körper in Bewegung gerät. Es kann eine selbst erlebte, beobachtete oder auch eine Kombination aus mehreren Situationen sein.
  2. Versucht diesen Moment der Bewegung oder des Bewegungsablaufs in ein Gedicht zu fassen, nutzt dazu die Wörter aus eurer Liste.

##### 2. Bild:

Wie schafft die Illustration von Andreas Töpfer\* eine Verbindung zum Text? Die Jugendlichen beschreiben ihre Eindrücke und ordnen die einzelnen Abschnitte des Textes einzelnen Bereichen der

Zeichnung zu. Dazu kann das Gedicht auseinandergeschnitten werden und die Begriffe, Satzteile und Sätze werden auf die entsprechenden Bildausschnitte gelegt. Wo ließe sich z.B. die „Vierteldrehung, Vierteldrehung aus dem Bild in ein anderes“ in der Illustration verorten?

Im Anschluss versuchen sich die Schüler\*innen an konkreter Poesie. Sie beginnen ähnlich wie in der Aufgabe, die sich an den Einstieg über den Text anschließt:

1. Stellt euch eine Situation vor, in der ein Körper in Bewegung gerät. Es kann eine selbst erlebte, beobachtete oder auch eine Kombination aus mehreren Situationen sein.
2. Notiert euch dazu passende Wörter und Wortfolgen und ordnet sie auf einem Blatt so an, dass sie die Bewegung der Situation nachvollziehen lassen.

## Vertiefung Inhalt und Form / Arbeit am Text

### Was fällt stilistisch auf?

- lyrischer Fließtext, aus Deklarativsätzen bestehend
- Wortwiederholungen: Körper, das Winken, Bewegungen, Gliedmaßen, Skelett(e)
- Chiasmus: Hält das, das hält. / von Bewegung in Gliedmaßen, von Gliedmaßen in Bewegung
- Zäsur: Gespräch: Mein rennender Körper ist einem anderen rennenden Körper ähnlicher als meinem eigenen, der sitzt.
- Anapher: Ich hab das nicht ausgelöst, ich hab das nicht eingelöst, ich hab es nicht mal getroffen.

### Körper und Bewegung

Besonders die Worte „Körper“ und „Bewegung(en)“ tauchen sehr häufig im Text auf, manchmal auch als Synonym, z.B. als „Skelett(e)“.

- Welche Positionen nimmt der Körper im Laufe des Gedichtes ein?
- Wie verändert sich das lyrische Ich in der Bewegung?
- Wie steht der Anfang „Mein Körper hält still“ der „Vierteldrehung, Vierteldrehung“ zum Ende gegenüber?

### Das Komprimierte hat sich zurückgezogen und verweigert sein Potenzial

„Was übrig bleibt, ist das Winken von einem Dach, das Winken mit Leerstellen, das Unkraut, gepresste Eigenschaften, die auf Entladung nicht warten, die solche Zeitlichkeit nicht haben, das Komprimierte hat sich zurückgezogen und verweigert sein Potenzial. Gegen Entfaltung. Mein zusammengefasstes Fleisch, das hier spricht.“

- Welche Wortspiele finden sich in diesem Abschnitt?
- Welche Synonyme für „Körper“ lassen sich identifizieren?
- Welche anderen Synonyme?

- Welche Aussagen stehen sich gegenüber? Was ist oben, was ist unten?
- Welche Interpretationsmöglichkeiten fallen den Jugendlichen speziell zu diesen Sätzen ein?

### Bewegung Gliedmaßen Vierteldrehung

„Trennung von Bewegung in Gliedmaßen, von Gliedmaßen in Bewegung. Vierteldrehung, Vierteldrehung aus dem Bild in ein anderes.“

- In welche Stimmung versetzt dieses Ende des Textes die Rezipienten?
- Wie lässt sich die Bewegung nachzeichnen?

„Vierteldrehung, Vierteldrehung“. Den Zuschauenden wird zum Abschluss der Rücken zugedreht, oder das Gesicht, je nach Perspektive oder Ausgangssituation?

- Steht das lyrische Ich auf einer Bühne und hat ein starres Publikum vor sich?
- Befindet sich das lyrische Ich inmitten eines Publikums und wird während der Bewegungen und Drehungen von unterschiedlichen Zuschauenden aus unterschiedlichen Perspektiven gesehen?
- Bewegt sich das Publikum auch? Welche Textstellen belegen/widerlegen das?
- Sind all die Bewegungen und Abfolgen überhaupt für ein Publikum? Vielleicht „tanzt“ das lyrische Ich für sich selbst.

### **Vertiefung unter verschiedenen Aspekten**

Für die weitere Auseinandersetzung mit dem Gedicht und einer möglichen Vertiefung des Themas bietet sich in Kleingruppen ein Vergleich mit einem anderen Text an.

Die Schülerinnen und Schüler vergleichen die beschriebenen Bewegungsabläufe in Christiane Heidrichs „Mein Körper hält still“ mit dem „Tanz“ in Ludwig Uhlands „Auf eine Tänzerin“.

Auf eine Tänzerin  
 von Ludwig Uhland  
 (deutscher Lyriker, 1787 – 1862)

Wenn du den leichten Reigen führest,  
 Wenn du den Boden kaum berührest,  
 Hinschwebend in der Jugend Glanz:  
 In jedem Aug ist dann zu lesen,  
 Du seiest nicht ein irdisch Wesen,  
 Du seiest Äther, Seele ganz.

Mir aber grauet: wenn nach oben

Du würdest plötzlich nun enthoben,  
Wie wärest, Seele, du bereit? –  
Wohlan! der sich auf Blumen schaukelt,

Der Schmetterling, der ewig gaukelt,  
Ist Sinnbild der Unsterblichkeit.

- Welche Parallelen lassen sich inhaltlich zwischen den beiden Texten finden?
- Welche Unterschiede in Form und Inhalt sind erkennbar?
- Man kann ein besonderes Augenmerk auf die letzten beiden Sätze bzw. Verse legen:

- o **Trennung von Bewegung in Gliedmaßen, von Gliedmaßen in Bewegung. Vierteldrehung, Vierteldrehung aus dem Bild in ein anderes.**

*versus*

- o **Der Schmetterling, der ewig gaukelt, Ist Sinnbild der Unsterblichkeit.**
- Beide Gedicht-Enden verweisen über einen Abschluss hinaus. Wodurch geschieht das? Wie lassen sich beide Texte weiterschreiben?
- Könnte man beiden Gedichten auch jeweils ein anderes Ende geben?

### Weiterführende Anregungen für Schreibaufgaben

Auch andere Zeichnungen Andreas Töpfers können der Inspiration zu einem eigenen Gedicht zum Thema „Werden Bewegungen verschiebbar“ dienen. Es bietet sich an, entweder im Vorfeld eine Illustration auszusuchen oder den Schülerinnen und Schülern selbst die Möglichkeit zu geben, in einem der „Kapitel“ seines Werkes (<https://salon.io/vektorbarock>) zu stöbern, z.B. <https://salon.io/vektorbarock/paul-chan>.

Vom gewählten (neuen) Bild ausgehend, verfassen die Jugendlichen einen eigenen lyrischen Text zum Thema „Werden Bewegungen so verschiebbar.“ Die Ergebnisse der Analyse sowie die eingangs gefundenen Assoziationen und ersten Texte können zur Unterstützung genutzt werden.

Zum Schluss stellen die Schüler\*innen der Gruppe ihre Texte vor. Es bietet sich auch eine kleine Ausstellung an, in der die Texte zu den Bildern gestellt werden.

### Weiterführende Materialien

## Die Autorin

Christiane Heidrich wurde 1995 in Karlsruhe geboren. Die Lyrikerin studiert Bildende Kunst und Sprachkunst in Stuttgart und Wien. Ihre Gedichte wurden in Zeitschriften, Anthologien und im Internet veröffentlicht, u.a. „Edit“, „randnummer literaturhefte“, „Babelsprech. Lyrik von Jetzt 3“ (2015) und „all dies hier, Majestät, ist deins. Lyrik im Anthropozän“ (2016).

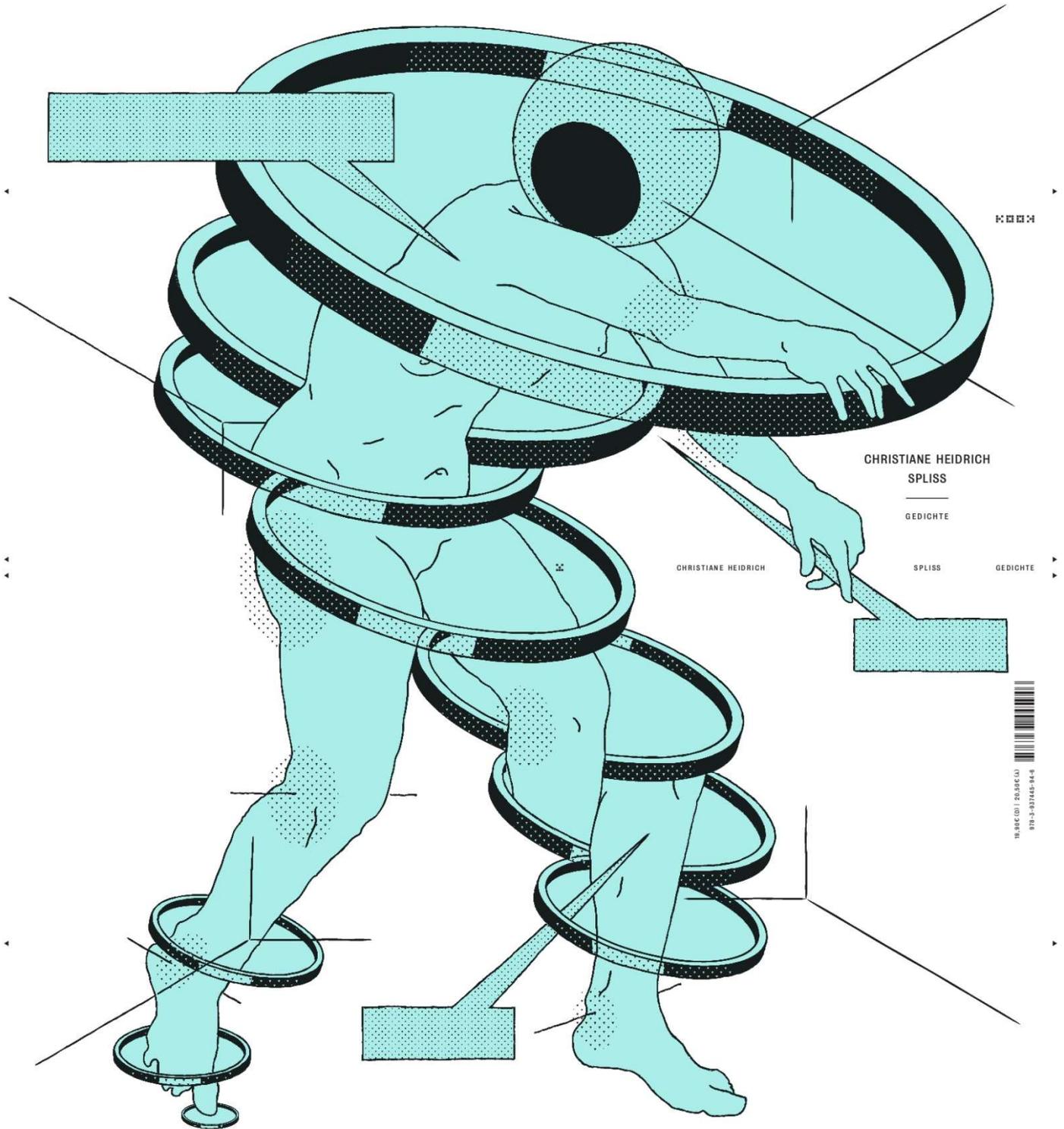
„Von 2010 bis 2012 gewann Christiane Heidrich dreimal den lyrix-Jahrespreis. Bald wurde sie über den Wettbewerb hinaus für ihre Bildsprache bekannt, die unter anderem innere wie äußerliche Widersprüche teilweise harsch, aber sehr poetisch darstellt. In den folgenden Jahren veröffentlichte sie ihre Gedichte zunächst in verschiedenen Zeitschriften und Anthologien. Nun ist [2018] mit „Spliss“ ihr erster Lyrikband bei kookbooks erschienen.“ [Kai Gutacker]

## Die Links

Gedicht „Auf eine Tänzerin“, Ludwig Uhland, <https://www.aphorismen.de/gedicht/221409>

Weitere Werke Andreas Töpfers <https://salon.io/vektorbarock>

\*Das von Andreas Töpfer gestaltete Cover von Christiane Heidrichs „Spliss“\*



Der Bundeswettbewerb lyrix wird ausgerichtet von lyrix e.V.

Weitere Informationen:

[bundeswettbewerb-lyrix.de](http://bundeswettbewerb-lyrix.de)

[facebook.de/lyrix.wettbewerb](https://facebook.de/lyrix.wettbewerb)

[instagram.com/lyrix.wettbewerb](https://instagram.com/lyrix.wettbewerb)

Die Unterrichtsmaterialien werden im Rahmen des lyrix-Projektes zur kostenfreien Nutzung zur Verfügung gestellt, Autorin: Claudia Bergmann.

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung