

B a l a n c e

Zeitschrift der Dance Community Meditation des Tanzes— SacredDance e.V.

NR.1 // 2026 *Labyrinth – Der Weg zur Mitte*



SPUREN

1	Editorial / Ulla Röber
3	Das geheimnisvolle Labyrinth / Gernot Candolini
8	Tanzendes Urbild / Agnes Barnettler
11	Stille und Labyrinth / Caroline Krüger
15	Rilke als Lebensbegleiter / Ulla Röber
16	Theseus im Labyrinth / Christine Kondschat
22	Tanzbeschreibung / TSAKÓNIKOS
23	Quellennachweise zum Tanz TSAKÓNIKOS / Friedel Kloke-Eibl

24-25 AUSBILDUNGSINSTITUT

Ausbildungslehrgang 2026 – 2027

Ankündigung 3-teiliger Weiterbildungszyklus 2027

27 FACHVERBAND

Einladung Jahreshauptversammlung 22. Oktober 2026

Einladung Tanz-Symposium 22. - 25. Oktober 2026

28 AUTOR*INNENVERZEICHNIS

29 IMPRESSUM

Bildnachweis

Titelbild:	„Grünes Labyrinth“ – Susanne Hauenstein	Seite 17:	„Labyrinth-Herz“ * – Alfred Bast
Seite 2:	„Knotenpunkt“ – Christiane Lesch	Seite 19:	„Labyrinth in Gold“ – Susanne Hauenschein
Seite 5:	„Labyrinth-Foto“ – Gernot Candolini	Seite 24:	„Labyrinth-Foto“ – Gernot Candolini
Seite 7:	„Frühlingstreppe“ – Christiane Lesch		
Seite 9, 11, 12:	„Labyrinthplätze Zürich“ – mit Genehmigung von Cornelia Weber		

Alfred Bast:

„Ich verstehe Kunst als Forschungsbereich, in dem durch Gestaltungsprozesse neue EINSICHTEN möglich werden. Arbeit am Bild heißt: Arbeit am inneren Menschen. Arbeit am inneren Menschen heißt: Arbeit am Ganzen.“ www.alfred-bast.de

* Das Labyrinth-Herz auf Seite 17 ist ein Teil eines neuen Buches: Herzspuren mit Texten von Susanne Valerie und Bildern von Alfred Bast. Weitere Infos und zu bestellen unter: ullaroeber-kunstkloster@email.de

Christiane Lesch:

Mit großer Intensität verfolgt sie einen künstlerisch-malerischen Weg, der sie in Bereiche führt, wo Farben und Formen Ausdruck nicht sinnlicher Erfahrung werden. Jedes Bild ist eine Suchbewegung, ein Wagnis. Die Künstlerin will in ihren Bildern auf das antworten, was „hinter den Dingen“ ist.

Susanne Hauenstein:

(* 1958), hat in München Malerei studiert und lebt in Andechs, Oberbayern. Ihre künstlerische Position formuliert sie so: „Für mich ist die Malerei ein Weg. Ein Weg auf die Welt zu, aber auch ein Weg zu mir selbst. Innere und äußere Wahrnehmungen verschmelzen ebenso zu einer Einheit wie Handwerk und Empfindung. Im Prozess des Malens erfahre ich immer wieder neu, wie ich die Welt sehe. Denn: Malen ist nicht zuletzt ein Nachdenken über das Leben – in Bildern. Sie ist im wahrsten Sinne des Wortes Weltanschauung.“ www.susanne-hauenstein.de

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

dies ist nun die erste „Balance“, die nicht in Papierform erscheint, sondern online auf unserer neuen Homepage zu lesen ist. Wir hoffen, dass sie Euch gefallen wird, auch wenn sie mit einer gedruckten Version natürlich nicht konkurrieren kann. Wir geben uns aber Mühe, sie im gewohnten Duktus zu gestalten.

Wie angekündigt, möchten wir uns dem Thema „Labyrinth“ widmen. Ein Labyrinth ist mehr als ein Muster aus Wegen. Es ist auch eine Metapher für das menschliche Leben. Ein Weg voller Wendungen, Pausen, vielleicht Klarheit und eine Pforte zur inneren Mitte.

In meiner Nähe wurde vor ein paar Jahren, anlässlich der Landesgartenschau in Schwäbisch Gmünd, im Weleda-Garten ein Labyrinth angelegt. Der Weg war rechts und links mit einer kleinen Hecke gekennzeichnet und dazwischen wuchsen Heilkräuter. In der Mitte, am Ziel des Weges, stand ein Apfelbaum und davor lag ein schöner, großer Stein, auf dem man verweilen konnte. Umringt war das Labyrinth von den sieben Planetenbäumen: der Hainbuche (Saturn), der Esche (Sonne), dem Kirschbaum (Mond), der Eiche (Mars), der Ulme (Merkur), dem Ahorn (Jupiter) und der Birke (Venus). Viele Male habe ich das Labyrinth besucht. Obwohl es mir bekannt war, war es doch immer neu. Der erste Schritt zu einem Ziel, einer Antwort hin, vielleicht zu einem Sehnsuchtsort, löste jedes Mal Herzklopfen aus. An einer besonderen Stelle, sieht man sich dem Ziel ganz nah, dann eine Wendung und das Ziel ist weit weg. Verzweiflung: Erreiche ich das Ziel überhaupt, entzieht es sich mir, habe ich die Kraft, weiterzugehen? Diesen Schmerzpunkt habe ich immer wieder erlebt. Aufgeben?! Wäre jetzt ganz einfach. Nein, jetzt geht der Weg erst los. Jeder konzentrierte Schritt wurde zur Chance, zur Möglichkeit. Der Sinn des Weges lag nicht im schnellen Durchschreiten der Mitte, sondern im Durchlaufen des Weges selbst. Das Labyrinth erinnerte

mich daran, dass Lernen, Verstehen und Verwandlung oft ganz langsam wachsen. Es fordert Geduld, Reflexion und die Bereitschaft, auch im Trüben weiterzugehen – Schritt für Schritt, bis die innere Mitte sichtbar wird und sich in die Welt hinein ausstrahlt.

Lasst uns nun gemeinsam mit unseren Autorinnen und Autoren den Weg durchs Labyrinth wagen. Gernot Candolini, der viele Bücher zum Labyrinth geschrieben hat, gibt uns einen Einblick in das Geheimnis und die Symbolik des Labyrinths. Agnes Barnettler nimmt uns ein Stück mit in die Geschichte des Labyrinths und erzählt vom Entstehen des Labyrinthplatzes in Zürich. Von der inneren und äußeren Stille und einem „Dazwischen“ berichtet Caroline Krüger. Christine Kondschat nimmt uns in ihrem Artikel mit auf eine mythische Reise zu Theseus im Labyrinth. Sie gibt uns wunderbare Einblicke in das Dance Community – Wochenende vom 17. – 19. April 2026 in Bad Herrenalb mit Friedel Kloke-Eibl und Krisana Kirchner. Der Mythos von Theseus enthält, über die vordergründige Handlung hinaus, auch eine universale Botschaft mit wunderbaren Symbolen. So ist das Symbol des Helden eine Kraft, die jeder von uns in seiner Innerlichkeit entdecken kann, um den Weg aus dem Labyrinth der Erscheinungswelt herauszufinden.

Der Tanz „Tsakónikos“ zeigt uns Schritte zum Gehen ins Labyrinth. Friedel Kloke-Eibl gibt noch einige Hinweise zu diesem Tanz. Und natürlich dürfen auch in dieser Ausgabe Worte von Rainer Maria Rilke nicht fehlen und dazu noch ein paar Gedanken.

Wir wünschen Ihnen Anregung und Freude bei der Lektüre und wenn Ihnen ein Labyrinth begegnet – lassen Sie sich vielleicht darauf ein?!

Wer ein Labyrinth begeht,
macht sich auf den Weg der Wandlung.

Gernot Candolini



Das geheimnisvolle Labyrinth

von Gernot Candolini

Die Geschichte des Labyrinths ist so lang und so seltsam wie sein verschlungener Weg. Das Ziel ist die Suche nach der geheimnisvollen Mitte. Das Labyrinth fasziniert und erfreut, es weckt Ängste und Neugier, es ist unergründlich und einfach, es verwirrt und kommt dennoch unserem Bedürfnis entgegen, Ordnung in das Chaos zu bringen.

Das Labyrinth hat in einer Vielzahl von Kulturen Fuß gefasst, manchmal wie ein scheinbar beiläufig verwendetes Kuriosum, manchmal mit einer tiefen Bedeutung, die damit verbunden wurde. Es scheint, als wäre in seinen Linien etwas Besonderes verborgen, etwas, das mit dem ursprünglichen Wesen unseres Daseins zu tun hat.

Das Labyrinth ist ein Rätsel, ein heiliges Zeichen, ein uraltes Symbol. Wo immer man es findet, ob in Kathedralen oder auf einsamen Inseln, in alten Handschriften oder in den Bergen Mexikos, nie lässt es sich bis ins Letzte erklären, immer bleibt ein merkwürdiger, undurchdringlicher Rest, ein Geheimnis. Seine Spuren in der Geschichte, seine Verwendung in den Kulturen lassen zwar manches erkennen, deuten und verstehen, aber viele Fragen bleiben ungeklärt. Sie drängen sich auf, sie wecken die Neugier und ein wenig Wehmut über das, was scheinbar endgültig verlorengegangen ist in den Tausenden Jahren seiner Geschichte.

Das Labyrinth weckt aber auch Lust, es wiederzufinden. Es neu in Gebrauch zu nehmen, es wieder einzubauen in Geschichten, Spiele und Tänze, die das Leben spiegeln. Es weckt Lust, die kosmischen Wahrheiten zu spüren, die sich in diesen scheinbar so einfachen Linien verbergen.

Die grundlegende Symbolik

Das Labyrinth ist nicht einfach nur eine schöne und interessante Dekoration, sondern in dieser verschlungenen Wegfigur steckt eine reiche Symbolik, eine nahezu unerschöpfliche Fülle an Deutungen und Bedeutungen.

Das Labyrinth verbindet in einzigartiger Weise das Quadrat und den Kreis zu einer Figur. Quadrat und Kreis gelten als grundlegende symbolische Zeichen von Erde und Himmel, Vater und Mutter, Mann und Frau, Körper und Geist.

Die Verbindung von Quadrat und Kreis erinnert an die berühmte Quadratur des Kreises. Erde (Quadrat) und Himmel (Kreis) sind in einem Zeichen verbunden, das die Ganzheit des Universums symbolisiert. Wenn man es nicht als mathematisches Problem sieht, sondern als kosmisches Prinzip, so kann man sagen, dass das Labyrinth die einzig formal gelungene Quadratur des Kreises ist. Das Labyrinth ist somit ein Symbol der Ganzheit, ein Symbol des Kosmos, der Welt und des Lebens. Der Mensch hat sich immer als Schnittpunkt der Ganzheit betrachtet, denn in ihm vereinen sich Geist und Körper.

Die Linien, die ein Labyrinth bilden, umgrenzen einen Weg, der zur Mitte führt. Deshalb ist das Labyrinth ein Symbol des Weges, des Unterwegs-Seins, ein Symbol für den Lebensweg des Menschen.

Weitere Bedeutungen, die mit dem Labyrinth verbunden werden sind Geburt, Schoß, Einweihung, Fruchtbarkeit, Stadtmauern, Pilgerschaft,