

---

# Inhaltsverzeichnis

---

I.	Ursprünge und Tendenzen des Volkstheaters Programmatische Überlegungen von Dario Fo	11
II.	Geschichte der Pantomime Römische Pantomimen (16) – Pantomime in Deutschland (17) – Pantomimen und Clowns in England, Italien und Frankreich (18)	16
III.	Geschichte des Volkstheaters und der Einfluß auf die Pantomime Volkstheater in Deutschland 22 Die letzten deutschen Hanswurst-Darsteller 24 Volkstheater in Frankreich 27 Die Romantik und ihre Ideale 30 Pantomime und Sprechtheater 33 Zum Beispiel: Dario Fo 33	22
IV.	Die Gesten des Menschen sind ein Resultat des Kampfes ums Überleben Arbeitsgesten – die Wurzeln der italienischen Kultur 39 Arbeitsritual und Tanz 39 Rituale im Maschinenzeitalter 41	36
V.	Technik der Pantomime Spannung und Entspannung der Körperpartien (45) – Atmung (45) – Innere Kontrolle (46) – Imaginäre Gegen- stände (46) – Hände (46) – Kopf (46) – Räume (47) – Spielimprovisationen (47) – Gefühle, Emotionen, Grund- stimmungen und Eigenschaften (47)	45
VI.	Körpertraining und pantomimische Übungen 1. Bodentraining 51 Entspannung des Oberkörpers (51) – Entspannung des ganzen Körpers (51) – Brust- und Bauchatmung (51) – Training der Wir-	51

belsäule (52) – Taschenmesser (52) – Streckung der Beine (52) – Froschposition (52) – Gleichgewichtsübungen (54) – Japonaise (54)

## 2. Training der Körperteile 54

Bewegungskanon – Brechungen (54) – Bewegungskanon – Körperwelle (55) – Verschiedene Gänge (57) – *Arme*: – Mechanik mit den Armen (57) – Welle mit dem Arm (58) – Fliegen (58) – Zeitlupebewegungen (60) – Übung mit dem Luftballon (60) – Übung Federball (60) – Der pantomimische Tock (61) – Bewegungskanon – Impulse (61) – Bewegungskanon – Verschiebung der Körperpartien (61) – Bewegungskanon – Kreisen der Körperpartien (62) – Gegengewichtsübungen (62) – Seilziehen (62)

## 3. Imaginäre Gegenstände 64

Griffübungen (64) – Eine imaginäre Stange (64) – Eine imaginäre, bewegliche Stange (65) – Eine imaginäre Wand (66) – An der Wand entlang gehen (66) – Improvisation (66) – Übung Fließband (66) – Kästen auf dem Fließband (67) – Luftballon aufblasen (67) – Teig kneten (67) – Welle der Hand (67) – Übung Fensterputzen (68) – Marionette (68)

## 4. Zur Anwendung der Bewegungstechnik 69

---

VII.	Mimik und Gesichtsausdruck	71
	Augen (71) – Spiel mit einem imaginären Partner (71) – Mimik und Gestik (71) – Mimik und Haltung (74)	
<hr/>		
VIII.	Improvisationen	75
	Raum-Improvisationen (75) – Boden-Improvisationen (75) – Durch den Fluß (76) – Psychologisches Spiel (76) – Tischdecken (77)	
<hr/>		
IX.	Bewegungen im Alltag	80
	Situationen und Haltungen (80) – Soziale Maske (80) – Schichtspezifische Bewegungen (81) – Geschlechtsspezifische Bewegungen (82)	
<hr/>		
X.	Stehende Bilder – Mimoplastische Bilder	83
	Die Erbschaft 84	
<hr/>		
XI.	Grommosprache	86
	Das Handtuch 87	

XII. Kostüm und Maske	92
Kostüm als Körpermaske (92) – Kleidung (92) – Hüte (93) – Schuhe (93) – Künstliche Körperobjekte (95)	
XIII. Gesicht und Maske	96
Die Vollmaske – Die Halbmaske (96) – Clownsnase (96) – Requisiten mit Maskenwirkung (98) – Schminke (98)	
XIV. Spiele mit Objekten	99
Grenzverletzung im Gebirge (99) – Torschlußpanik (100) Die Wohnküche der Mama Pimpernell (101)	
XV. Spiel der Clowns	105
Der naive Clown (105) – Der Clown als Außenseiter (105) – Der Clown als Pedant (106) – Kein Platz für Clowns? (106) Das Clownprinzip bei den Fools (107)	
XVI. Festival of Fools	109
Festival of Fools – Amsterdam 112 Festival of Fools – Berlin – Tempodrom 113	
XVII. Lache erst über dich . . .	115
Quellen und Literatur	118
Über den Autor	119