

## Einleitung



„Ich frage nicht, ob etwas möglich ist,  
ich frage nicht, ob etwas fertig wird,  
ich fange einfach an.“

**Don Gusto**

Jonglieren bereitet Kindern und Erwachsenen Freude, ob als Spielende und Übende oder als Zuschauer. Das Wort „Jonglieren“ kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie Witz oder Spaß.

Die ersten Jongleure waren Spaßmacher, die auf der Straße oder später auch am Hofe sich vergnügten und ihre Späße mit dem Publikum trieben. Sie spielten mit Bällen, Keulen und Worten, zeigten Zaubertricks und akrobatische Kunststücke, sie waren Fahrende und versuchten ihre Er-„Fahrungen“ spielerisch, in kleine Geschichten eingebettet, also unterhaltsam mit all ihren Sinnen, an andere weiterzugeben.

Auf dieser Tradition sollte meiner Ansicht nach das heutige Jonglieren aufbauen. Ein Jongleur muss beim Üben und vor allem bei den Vorführungen Spaß haben und anderen Spaß bereiten, er sollte etwas erzählen (können), ob mit Worten oder allein durch das Spiel der Bälle oder der anderen Geräte, die er einsetzt. Die möglichst perfekte Beherrschung der vorgeführten Techniken und Tricks, ist die Voraussetzung und das „Handwerkszeug“ einer gelungenen Präsentation.

Jonglieren kann in jedem Alter begonnen und in heterogenen Gruppen durchgeführt werden. In der Regel spielt man mit einfachen, farbenfrohen und angenehmen Materialien. Es ist eine vielseitige Individual-, Partner- und Gruppenaktivität, die meist nicht wettkampf- oder leistungsorientiert, sondern vornehmlich als spielerische Freizeitbeschäftigung betrieben wird. Jonglieren kann mit anderen Bewegungsformen und Künsten gut kombiniert werden, z.B. mit dem Theaterspiel, der Clownerei und der Akrobatik und eignet sich darüber hinaus auf jedem Niveau zur Präsentation, zur unterhaltsamen Vorführung.

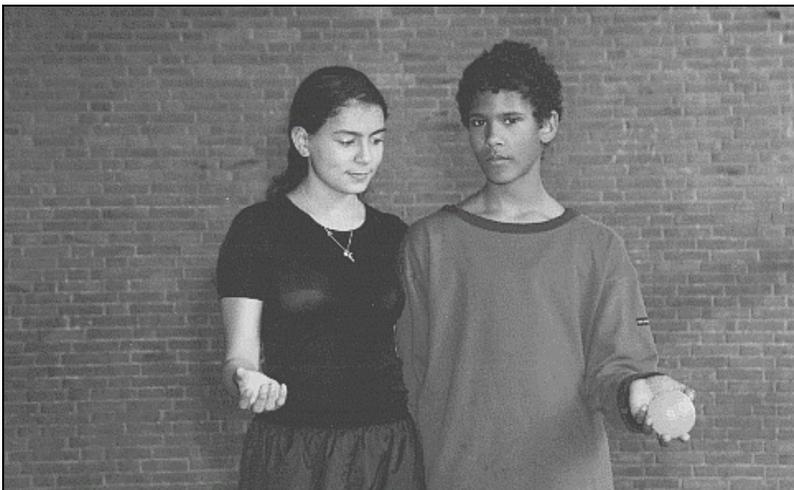


Jonglieren ist zudem unter sportmethodischen und -didaktischen Gesichtspunkten sinnvoll, zum Beispiel zur Auflockerung oder Abwechslung in Sportstunden und zur Vorbereitung auf diverse Ballspiele unter den Aspekten Fangen und Werfen, Antizipation, peripheres Sehen und Koordination. Jonglieren wirkt beruhigend und lockert die Arm-, Schulter- und Nackenmuskulatur.

„Es ist, als würde im Spiel  
Zeit entstehen und keine Zeit verbraucht.  
Es bringt Gegenwart hervor.“  
**Reinhard Kahl, Journalist**

Darüber hinaus schreibt man dem Jonglieren vielfältige positive pädagogische und psychologische Effekte zu. Jeder Übende kann beim Jonglieren auf jeder Stufe Lernerfolge verzeichnen. Kinder und Erwachsene lernen ihre Grenzen kennen, aber auch, sie immer wieder zu überschreiten. Jonglieren führt zu einer Harmonisierung von Körper und Geist. Gerade in unserer immer hektischer werdenden Zeit kann ab einem bestimmten Niveau Jonglieren eine entspannende, ja sogar meditative Komponente erlangen.

Beim Jonglieren können neue Bewegungsmuster entwickelt, nach einer bestimmten Zeit und einer gewissen Erfahrung Strukturen und Bewegungsbilder erkannt werden, die auch auf andere Lebensbereiche übertragen werden können. Einige Jongleure sehen sogar im Jonglieren eine „Metapher für das Leben“ und sogar eine Chance, die „Unendlichkeit zu meistern“. Ich will im Rahmen dieses Buches nicht ganz so weit gehen. Ich möchte vor allem den Spaß und die Erfahrungen aus den vielen Jahren des Jonglierens weitergeben.



Das Besondere an diesem Buch sind die vielfältigen spielerischen Anregungen, eine speziell weiter entwickelte und vielfach erprobte spiel- und partnerorientierte Lernmethode sowie viele detaillierte methodische Hinweise.

Der Schwerpunkt liegt in diesem Buch im Anfängerbereich, insbesondere auf der Hinführung zur Jonglage mit (drei) Bällen, die die Grundlage für viele andere Jonglierkünste darstellt. Daran anschließend beschreibe ich jedoch auch das Spiel mit einigen anderen ausgewählten Jongliergeräten und deren Besonderheiten. Den Begriff „Spielen“ verwende ich dabei nicht in einem engen und damit eingrenzenden didaktischen Sinne.

Über Querverweise, Literaturangaben und „Links“ ins Internet werden Hinweise zur Weiterführung und Professionalisierung gegeben und auch die Nutzung des neuen Mediums empfohlen, in dem sich interessante Entwicklungen abzeichnen.

Das Buch „Jonglieren – spielend lernen“ ist ein „lebendiges“ Lern- und Lesebuch für Jung und Alt. Es soll beim Lesen Spaß bereiten, genauso wie das Jonglieren selbst. Deshalb sind die vielen praktischen und methodischen Hinweise präzise und gleichzeitig anregend beschrieben. Durch eine Mischung aus erklärenden und spontanen Fotos sowie realitätsnahen Zeichnungen werden die vorgestellten Tricks und Anregungen veranschaulicht und leichter nachvollziehbar.

„Wenn du ein Schiff bauen willst,  
dann trommle nicht Männer zusammen,  
um Holz zu beschaffen, Aufgaben zu vergeben  
und die Arbeit einzuteilen,  
sondern lehre sie die Sehnsucht  
nach dem weiten endlosen Meer.“

**Antoine de Saint-Exupéry**

Ich wünsche mir, dass Kinder, Jugendliche und Erwachsene mithilfe dieses Buches, ob in der Schule, im Sportverein, in der Freizeit oder zuhause, einen spielerischen Zugang finden und mit all ihren Sinnen die Kunst des Jonglierens leicht und mit viel Freude erlernen.

Wilhelm Kelber-Bretz  
Hamburg,  
im Sommer 2002

