

Sitzen auf Stühlen

Entstehungsgeschichte eines Massenphänomens in unserer zivilisierten Welt.

Aus der Broschüre „sitzen“ bei einer Ausstellung des Deutschen Hygiene-Museums in Dresden

Die meiste Zeit des Tages verbringen wir sitzend im Büro, beim Essen, vor dem Fernseher und fast immer auf Stühlen. Was heute selbstverständlich ist, war einst eine geweihte Haltung, die nur dem König zukam. Der König wurde auf ein Gestell gesetzt, da man glaubte, er würde in der begrenzten Beweglichkeit übersinnliche Kräfte ausbilden. Durch den Aufstieg des Bürgertums sind Thron und Throne demokratisiert worden.

Von der Französischen Revolution an durfte jeder sitzen. Um 1850 beginnt die Massenproduktion des Wiener Caféhaus-Stuhls.

Sitzen auf Stühlen ist Symbol für die Entmachtung des Adels und Markenzeichen für Bürgerlichkeit. Die Fortschritte der abendländischen Kultur sind kaum zu verstehen ohne die Bedingungen, die sich aus dem Stuhlsitzen ergeben.

Die religiösen, arbeitstechnischen, kulturellen und medizinischen Besonderheiten und ihre Wirkungen auf den Menschen verständlich zu machen, ist das Ziel der Ausstellung.

Auf Stühlen sitzen ist Schwerarbeit.

Auf Stühlen sitzen ist uns nicht in die Wiege gelegt. Von Kindesbeinen an formt Stuhlsitzen stark den menschlichen Organismus.

Nicht nur, dass es den natürlichen Bewegungstrieb einschränkt.

Es hebt die physiologische Krümmung der Wirbelsäule auf, verspannt die Skelettmuskulatur und vermindert die Atmung.

Stuhlsitzen ist ein Akt körperlicher und geistiger Disziplinierung.

Durch immer neue Erkenntnisse versucht die Orthopädie ein verbessertes Sitzen zu erreichen. Doch auf die Frage nach dem *richtigen Sitzen* gibt es so *viele Antworten*, wie es *Ansichten*, *Vorurteile* und *Weltanschauungen* gibt.

Der Thron des Königs ist das Vorbild aller späteren Stühle.

Archaische Könige wurden von ihrem Volk gewaltsam gesetzt. In dieser Position - so der Glaube - würden sie übersinnliche geistige Kräfte erlangen, Einfluss auf das kosmische Geschehen nehmen können und so das Wohl ihres Volkes befördern.

Im Abendland beginnt das Thronen mit dem römischen Kaiserthron.

Auch das Christentum übernimmt die Idee, indem es Christus zunächst thronend in der Art römischer Kaiser darstellt. Der Thron ist die Position der Macht. Erst wenn die ihn tragenden Machtstrukturen überwunden sind, kann der Thron zum Stuhl werden, auf den sich jeder setzen kann.

Nomaden und Sesshafte

Es gibt Kulturen, die ohne Stühle leben.

Basis der Jäger, Sammler und Nomaden ist der Fuß. Ihr Leben ist geprägt von Bewegung und Unterwegssein. Wenn sie ruhen, sitzen sie nicht auf Stühlen, sondern knien, kauern oder hocken auf dem Boden. Als Sesshafte haben wir unsere körperlich bewegte Lebensweise zugunsten einer höheren geistigen Mobilität aufgegeben.

Sitzen, Bildung und Arbeitssitzen

In modernen Bildungsstätten unterliegt der einzelne einer kollektiven Disziplinierung. Wer die Schule nach Jahren verlässt, ist Homo sedens (ein sitzender Mensch).

Die Schule bildet die Fertigkeit aus, den Bewegungstrieb zugunsten einer geistigen Ordnung aufzuschieben zu können. Immer wieder hat man in der Vergangenheit Geräte entwickelt, die den kindlichen Körper einengten, stützten und in die angestrebte Sitzposition einpassten.

Zunehmend verrichtet der moderne Mensch Dienstleistungen, da Maschinen immer mehr seine Tätigkeiten übernehmen. Immer häufiger werden stehende Tätigkeiten in sitzende umgewandelt. Folge des Sitzens ist die Zunahme der Rückenleiden.

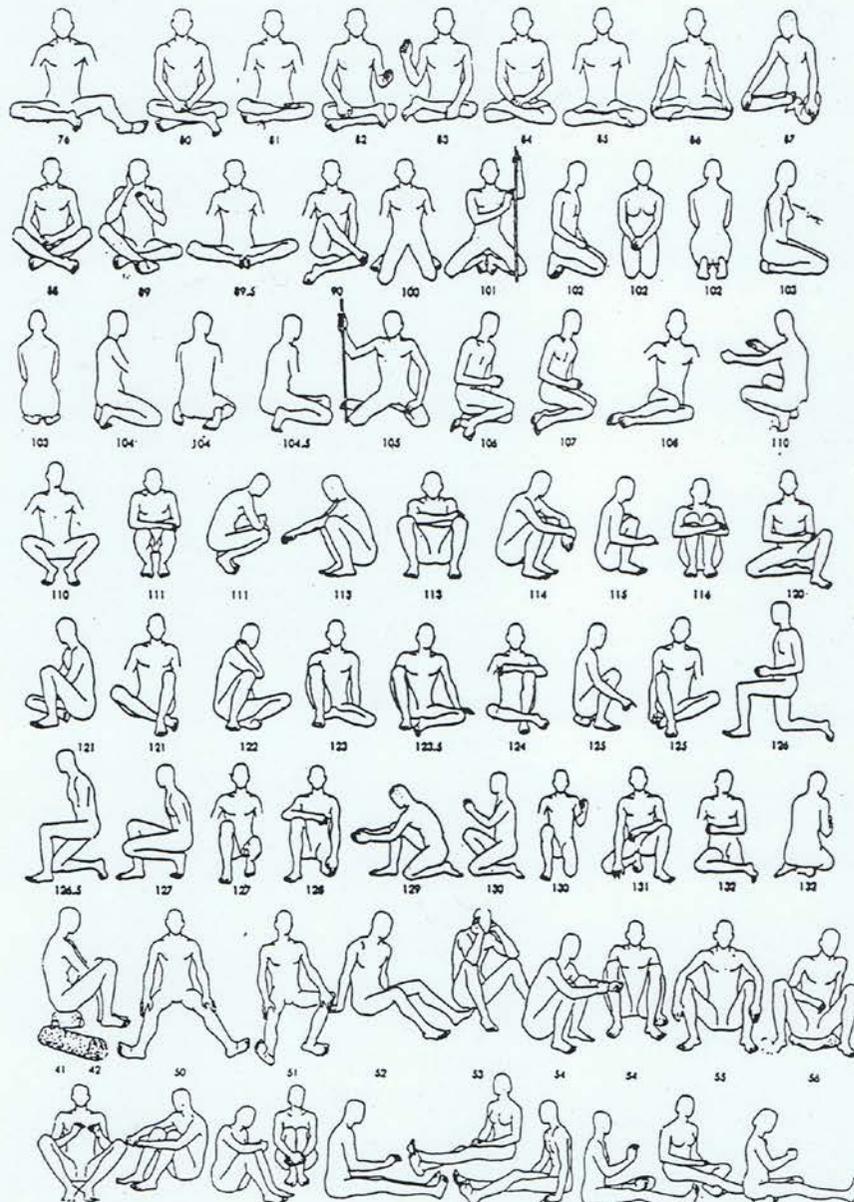
Sitzmöbel, die das starre Sitzen dynamisieren, sollen der Misere vorbeugen. Daneben gibt es Stehsitze, Stehtische und Arbeitsplätze, die einen Wechsel zwischen Stehen und Sitzen ermöglichen.

http://www.dguv.de/medien/iag/publikationen/dokumente/jour2014_01.pdf

Nächste Seite:

Eine Auswahl der Körperhaltungen von Menschen ohne Anlehnungsbedürfnis

Unsere Kulturen kennen über 1000 unterschiedliche *Sitzhaltungen* - wieviele praktizieren wir selbst?



10 Eine Auswahl der Körperhaltungen von Menschen ohne Anlehnungsbedürfnis.
Gordon W. Hewes, *Anthropology of Posture*, Copyright © 1957, Scientific American, Inc.