

## **Der Schuh als Instrument des Körpers**

### **Wie der Schuh Körper-Technik-Kopplungen hervorbringt**

*„Aus der dunklen Öffnung des ausgetretenen Inwendigen des Schuhzeuges starrt die Mühsal der Arbeitsschritte. In der derbgediegenen Schwere des Schuhzeuges ist aufgestaut die Zähigkeit des langsamen Ganges durch die weithin gestreckten und immer gleichen Furchen des Ackers, über dem ein rauer Wind steht. Auf dem Leder liegt das Feuchte und Satte des Bodens. Unter den Sohlen schiebt sich hin die Einsamkeit des Feldweges durch den sinkenden Abend. In dem Schuhzeug schwingt der verschwiegene Zuruf der Erde, ihr stilles Verschenken des reifenden Kornes und ihr unerklärtes Sichversagen in der öden Brache des winterlichen Feldes. Durch dieses Zeug zieht das klaglose Bangen um die Sicherheit des Brotes, die wortlose Freude des Wiederüberstehens der Not, das Beben in der Ankunft der Geburt und das Zittern in der Umdrohung des Todes. Zur Erde gehört dieses Zeug und in der Welt der Bäuerin ist es behütet.“<sup>1</sup>*

In diesem kurzen Ausschnitt aus „der Ursprung des Kunstwerks“ von Martin Heidegger, beschreibt er das Bild eines Paares ausgetretener Schuhe von Vincent van Gogh. Heidegger interpretiert das Abbild des Schuhzeuges mit starken Verbindungen zum Körper, den Bewegungen und dem Überlebenskampf. Die „Zähigkeit des langsamen Ganges“ etwa bezeichnet das kontinuierlich, schwerfällige Voreinander setzen der Füße über unwegsamen Untergrund. In Heideggers Sicht auf das Abbild haftet der Gang dem Schuhzeug weiter an, auch wenn die Füße nicht zu sehen sind.

„Auf dem Leder liegt das Feuchte und Satte des Bodens“, damit zeigt Heidegger, dass der Schuh nicht nur den Innenteil, die Bewegung des Fußes an sich haften hat, sondern auch die Umwelt, die sich dem Schuhzeug aufgelegt hat und sich nun über die lederne Oberfläche zieht. Unter den Sohlen schiebe sich der einsame Feldweg hin, schreibt Heidegger und zeigt dabei, dass in seiner

---

<sup>1</sup> Heidegger, Martin (1936): Der Ursprung des Kunstwerks. S. 19.

Interpretation nicht die Schuhe die Bäuerin bewegen, sondern die Erde unter sich in Bewegung versetzen. Die ganze Mühsal einer bäuerlichen Gesellschaftsschicht scheint dem Schuh anzuhafeln, wenn Heidegger schreibt, „durch dieses Zeug zieht das klaglose Bangen um die Sicherheit“. Und der Schuh wird zum unentbehrlichen Werkzeug, wenn Heidegger schreibt, dass er in der Welt der Bäuerin behütet ist. Den Körper des Trägers nimmt er nicht in den Blick, der Schuh scheint in Heideggers Betrachtung fast eigenständig die Funktion der Fortbewegung auszuüben. Deutlich wird aber, dass der Schuh äußerlich die Rückstände der Umwelt an sich hat und darüber Verweise auf seine Funktion als ein Mittel zum Lebenserhalt zeigt.

Auch wenn der Fuß in unseren Breitengraden weitestgehend unbeachtet bleibt, seine Kleidung ist es nicht. Der Schuh ist ein ausgefeiltes Instrument. In der heutigen Zeit gibt es für jede Tätigkeit ein passendes Schuhwerk. Ob im Alltag als Statussymbol, im Sport als Leistungsstütze oder als Kokettiermittel; dem Schuh kommen verschiedenste Funktionen zu. Die Verbindung zwischen Schuh und Träger ist vielschichtig und weitgehend unerforscht. Daher wird in dieser kurzen Arbeit der Frage nachgegangen: Wie entsteht Körper-Technik-Kopplung zwischen Träger und Schuh? Dazu möchte ich zunächst den Körper genauer beleuchten, der den Schuh betrifft: Den Fuß. Danach versuche ich zu definieren, was den Schuh zum Zeug und was seine Nutzung mit dem Träger macht. An einem Beispiel aus der Schuhentwicklung versuche ich zu beschreiben, wie Körper und Schuh gekoppelt werden. Die Frage, die untersucht wird, lautet: Erfordert der Schuh körperliche Fähigkeiten, die angeeignet werden?

## **Das Wesen des Schuhs**

Der Schuh ist nur eine Kategorie für eine Menge an unterschiedlich Seiendem: zum Beispiel Pumps, Budapester, Sandalen, Sneaker und weitere Unterarten wie zum Beispiel Nikes, FlipFlops und zuletzt, dass was wirklich zuhanden ist: die Schuhe die man just in diesem Moment am Fuß trägt, die mit einer ganz persönlichen Geschichte und Note auf individuelle Art "wertbehaftet" sind. Der Schuh an sich ist als Werkzeug kaum zu verstehen, weil er - an den Fuß perfekt angepasst - fast unsichtbar wird. Aber dies kaum durch die gute körperliche Beherrschung ihrer Funktion, sondern durch die gute Passform an die Funktion unserer Füße. Sie legen sich so perfekt um den Körper, dass sie als ein Teil davon erscheinen.

Aufgrund seiner Alltäglichkeit, ja fast schon Allgegenwärtigkeit übersieht der Blick das Schuhzeug. Dabei haben wir es hier mit etwas Seiendem zu tun, das nützlicher und zuhandener - oder sollte man besser "zufüßener" sagen - nicht sein könnte. Aber vielleicht liegt es auch genau daran, dass wir es uns an die Füße schnüren anstatt damit zu hantieren. Selten richtet man doch seinen Blick zu Boden, weil man den Weg doch oft Blind für die Oberfläche des Bodens zurücklegt.

Heidegger betont in seiner Abhandlung über das Zuhandene, dass die Dinge nur dann sichtbar werden, wenn sie nicht mehr funktionieren (Heidegger (1967) Sein und Zeit: 73). Dass uns ein Schuh als ein „Laufzeug“ kaum noch bewusst ist, könnte auch damit zusammenhängen, dass uns die Schuhe so gut passen, die wir tragen und ihre Funktionen reibungslos erfüllen. Erst wenn Schuhzeug nicht funktioniert fällt es uns auf. Ist ein Schuh kaputt oder noch so neu, dass er nicht richtig passt, wird er uns auf unangenehme Weise bewusst und auch der Fuß wird offensichtlicher. Man hat Blasen an den Füßen und kann sich nicht richtig fortbewegen.

Der Schuh ist kein Zeug, um neues Zeug herzustellen. Er ist als Zeug fertig und dient nur noch dem Zweck Hülle für den Körper zu sein. Er umgibt einen Teil des Körper und leistet so als Schutzmittel, aber auch als Statussymbol seinen Beitrag zu allen möglichen Tätigkeiten. Er ist aber als Fußhülle nur noch sekundär beteiligt, außer im Sport, wo ihm als Werkzeug erneut eine ganz andere Funktion zukommt. Zum Beispiel als Fußballschuh zum Treten und Laufen oder als Kletterschuh für besseren Halt an der Wand.

George Herbert Mead geht von einem Weltverstehen aus, dass sich aus Kontakt und Distanzerfahrungen speist (1987). Betrachtet man den Schuh als Anschluss des Fußes an eine artifizielle Umgebung, so wirft dies die Frage auf: Welche Kontakterfahrung wir mit einem Untergrund machen, den wir grundsätzlich nur mit einem Schuhzeug betreten, das die ärgsten Eigenschaften des Untergrunds abfedert? Es scheint als würden wir schon mit unseren ersten Schritten dem Kontakt mit dem Boden enthoben, indem man uns in kleine Versionen von Sport und Markenschuhen steckt. Noch weiter spitzt sich dieser Körper-Boden-Kontakt zu, wenn wir uns bewusst machen, wie sich die Distanz zum Boden verändert, wenn es sich bei dem Schuh um einen High Heel oder einen Plateauschuh handelt. Diesem Gedanken folgend müsste man behaupten, dass sich unsere Erfahrung unserer Umwelt somit aus einer indirekten Kontakterfahrung konstituiert, die somit eher als eine Distanzerfahrung eingeordnet werden muss. Was wir dagegen gut kennen ist der direkte Kontakt mit dem Schuhwerk, das uns jederzeit umgibt.

Marcel Mause, der von Körpertechniken spricht, die rituell und durch Drill und Beherrschung eingeübt werden müssen, übersieht eindeutig, dass die meisten Körpertechniken nicht ohne Instrumente erlernt werden (Mause, Marcel (1975): Die Techniken des Körpers. S. 200). Das Laufen wird grundsätzlich in Schuhen ausgeübt. Und dem Schuh kommt besonders im Hochleistungssport keine Geringe Rolle zu, denn er wird als einziges erlaubtes Werkzeug des Sportlers zum einzigen Gegenstand, an dem man bedenkenlos innovieren kann, um die Leistung der Sportler zu unterstützen. Man denke nur an die Anbringung von Stollen zur Fußballweltmeisterschaft 1954 in Bern, die dem deutschen Team angeblich den entscheidenden Vorteil auf dem verregneten Spielfeld verschafften.

### **Eine kurze Studie des Laufens**

Der menschliche Fuß hat anders als bei den Vierfüßigen Tieren eine sehr lange Fläche. Fast die gleiche Länge wie die des Unterarms. Von den Groß- und Kleinzehenballen über das Fußgewölbe und die Sohle bis zur Ferse streckt sich die Unterseite. Die Zehen bilden nur noch ein sehr kleinen Teil, der den Boden berührt. Zehenballen und Ferse sind flexibel miteinander verbunden, so dass ein Abrollen des Fußes möglich ist. Wird der Fuß auf dem Boden aufgesetzt, so bildet die Ferse den Anfang, während der Rest vom Fuß nach oben gestreckt bleibt. Erst im weiteren Verlauf des Schrittes, wird auch der restliche Fuß auf den Boden gesetzt und mit Gewicht belastet. Beim Gehen verlässt zuerst auch wieder die Ferse den Boden, während das Gewicht sich auf Zehenballen und Zehen verlagert. Dann wird auch der Zehenballen vom Boden gehoben während die Zehen am Ende der Bewegung den letzten Schwung geben, um den ganzen Fuß am Ende von der Erde zu katapultieren. Der Fuß an sich erscheint als ein großartiges Werkzeug. Er ist anpassungsfähig und für viele Gangarten geeignet, sei es zum aufrecht gehen, klettern, sprinten, springen oder schwimmen. In der westlichen Kultur sind dies jedoch keine Qualitäten, die von großer Bedeutung sind. Hier scheint der Fuß eher etwas zu sein, dass es angemessen zu bekleiden gilt. Gerade in der urbanen Kultur verliert der Fuß an Bedeutung. Wo das Sitzen die dominante Tätigkeit des Körpers ist und es keine großen Hindernisse zur nächsten öffentlichen U-Bahn Station zu überwinden gilt, tritt die Anpassungsfähigkeit des Fußes in den Hintergrund. Betrachtet man die Menschen in der Stadt, wird deutlich: niemand bewegt sich ohne Schuhwerk durch den öffentlichen Raum. Unsere

artifizielle Umwelt scheint es dem Menschen nicht zu ermöglichen im direkten Kontakt zu ihr in Berührung zu stehen. Der nackte Fuß auf heißem Asphalt ist keine körperfreundliche Behandlung. Hart und starr werden vom Teer selbst die kleinsten Glassplitter und Müllreste abgestoßen, die sich dem Fuß als Tretmienenfeld entgegenstrecken. Die Gefahr sich zu verletzen ist so groß, dass es kaum jemand wagt nicht wenigstens eine dünne Sohle unter den Fuß zu binden. Auch der Blick wäre auf den Untergrund abgelenkt. Nur durch Schuhwerk kann der Mensch den Blick vom Boden lösen und durch die Gegend schweifen lassen. Ein weiterer Aspekt bedroht die Gesundheit des Fußes: die Barrierefreiheit des städtischen Raumes. So eine flache und harte Gegend wie die Bürgersteige einer Stadt, findet man nur im künstlichen Raum. Die Flexibilität des Fußes ist hier schlicht unterfordert und zerfällt ganz einfach, bis der Fuß selbst platt wie der Gehweg ist. Somit muss das passende Schuhwerk verschiedenste Funktionen erfüllen. Es bietet nicht nur Schutz vor der Außenwelt, sondern muss ebenfalls eine bewegungsfreundlichere Umwelt simulieren. So sind zum Beispiel Laufschuhsohlen dadurch geprägt, einen weichen Laufboden zu erzeugen, der den Körper besser abfedert. Dies wird einem weichen Waldboden nachempfunden. Einlegesohlen für Schuhe simulieren dem Fuß eine unebenere Lauffläche, indem sie den Hohlraum des Fußgewölbes zwischen Ferse und Ballen ausfüllen und die Ursprungsform des Fußes stützen. Von Medizinern und Orthopäden wird empfohlen das Schuhwerk außerdem regelmäßig zu wechseln, damit der Fuß einem abwechslungsreichen Untergrund ausgesetzt wird und nicht erschlafft.

Der High Heel hat dagegen keinerlei ausgleichende Funktion für den Fuß: Er fällt ins Auge. Zwar sieht man recht wenig Personen, die ihn tatsächlich als Fortbewegungsmittel nutzen, aber vor allem zu Repräsentationszwecken ist er ein wichtiges und vor allem weiblich konnotiertes Kleidungsstück. Auch am Abend nimmt die Stilettdichte in der Stadt deutlich zu. Hier könnte man die These aufstellen, dass Bewegungskomfort und Stil diametral zueinanderstehen. Auch erfordert ein solcher Schuh eine gewisse körperliche Fertigkeit. Denn das Abrollen des Fußes wird verhindert. Stattdessen muss „gestackt“ werden.

Die Höhe des Fußes verändert sich deutlich und Treppen absteigen wird zu einer völlig anderen Bewegung da jede Stufe mitunter doppelt so hoch sein kann, wie mit einem flachen Schuh. Optisch verkürzt sich der Fuß im High Heel. Er wirkt kleiner und zierlicher. Die Fessel wird durch das nach vorne drücken der Ferse betont und definiert, wie in keinem anderen Schuh. Zusätzlich wird das ganze Bein um einige Zentimeter gestreckt. Die ganze Proportion des Körpers wird so

manipuliert. Trägt der Fuß einen High-Heel, führt dies zu einer gänzlich anderen Körperhaltung. Die Spannung im ganzen Körper scheint zu steigen. Die Knie sind durchgedrückt und nach Innen gewinkelt, auch die Füße sind nach Innen gestellt. Die Hüfte schiebt sich nach vorne, wohingegen sich die Schultern nach hinten verschieben und die Brust hervorgedrückt wird. Die Arme sind so oftmals nicht mehr neben dem Oberkörper, sondern liegen leicht dahinter, so dass sogar die Brust noch stärker betont wird.

Welche Funktion diese Wirkung des Schuhs hat überlasse ich den kulturellen Deutungsmustern des Lesers und konzentriere mich nun darauf, welche spezifische Technik-Körper-Kopplung durch die Eigenarten des Schuhzeugs entstehen. Bei der Beobachtung, wie sich der Körper verändert, wenn er Schuhwerk trägt, wird deutlich, dass es nicht einfach wird, eine Unterscheidung zwischen artifizierlicher und natürlicher Haltung zu treffen. Der Fuß scheint so gewöhnt daran, eingepackt zu sein, dass sich der gesamte Körper in seiner Motorik verändert, wenn man ihm die Schuhe auszieht. Das Auftreten wird vorsichtiger, tastender und das Gewicht nur sehr kurz auf den Fuß verlegt, so dass ein kurzes Trippeln die Folge ist. Die Schritte werden schneller und die Belastung auf den vorderen Großzehenballen verlegt. Ist der Untergrund jedoch weich und anpassungsfähig, so wie Sand, wird der Gang dem in flachen Schuhen ähnlich.

### **Der Golfer und sein Schuhzeug**

Als ich 2010 mit meinem Designstudium fertig wurde bekam ich eine Stelle bei einer Bekleidungsfirma, die sich auf Golfsportbekleidung spezialisiert hatte. Der Verkaufsschlager waren Golfschuhe, die aussahen wie Sneaker. Als Assistentin hatte ich die Aufgabe dem Chefdesigner neue Entwürfe zu liefern und technische Details zu entwickeln. Der Golfschuh entpuppt sich nun als ein interessantes Beispiel für eine mikrosoziologische Betrachtung des Schuhwerks.

Der Golfschuh ist ein traditionsreiches Objekt, dass durch die feine englische Gesellschaft etabliert wurde. Dabei handelt es sich meist um einen eleganten Lederschuh im Budapester Stil, mit einer glatten Ledersohle, die sich gut auf dem Rasen dreht und ihn dabei nicht zerpfückt. Für lange Märsche über das grün sollte der Schuh gut gepolstert und bequem sein, als auch wettertauglich.

Wer nicht über passendes Schuhzeug verfügt darf das Grün eines Golfplatzes nicht betreten. Die Regeln dieser Gesellschaft werden beim Erwerb der Platzreife vermittelt. Dabei wird durch einen erfahrenen Trainer dem Schüler die Haltung beim Abschlag, die richtige Wahl beim Schläger und der höfliche Umgang mit anderen Spielern gezeigt. Auch die Kleiderordnung hat einen hohen Stellenwert. Schilder im Klubhaus erinnern daran, dass Straßenschuhe und Jeanshosen nicht gern gesehen sind. Wer sich nicht an die Regeln hält, wird höflich, aber bestimmt auf diese hingewiesen, was als peinlich gewertet werden muss, da man sich als ein Outsider zeigt. Doch der traditionelle Golfschuh hielt dem Trend der technischen Innovation nicht stand. Er erscheint als feiner Lederschuh für ein zunehmend rationalisiertes Sporterlebnis zu wenig ausgefeilt. Den größten Absatz machte die Firma, bei der ich arbeitete, mit wechselbaren Spikes, die man mit Schrauben in den Schuh drehen konnte. Dazu bedurfte es jedoch einer neuen Sohle. Die herkömmliche Ledersohle war zu dünn für die Schrauben. Sie musste verstärkt werden, damit auch die Gewinde darin Platz hatten. Zusätzlich wurde sie aus Gummi gefertigt, was eine günstigere Herstellungsweise ermöglichte und neue Formgebungsmöglichkeiten. So war es möglich einen Sportschuh, ähnlich einem halbhohen „Converse All Stars“ auf die Sohle zu setzen. Ein klarer Bruch gegen die Regeln der klassischen Golfergemeinde aber ein Verkaufsschlager beim jungen Klientel. Bei meiner Arbeit ging es vor allem darum die Sohle entscheidend darauf abzustimmen, dass die Bewegung beim Golfen perfekt gestützt werden. Dies war Millimeterarbeit bei der Positionierung der Spikegewinde. Immer wieder beobachteten wir die Abschlagsdrehung eines Sportlers, testeten die Prototypen und versuchten so die größtmögliche Übereinstimmung zu finden. Alles geschah an unserem Hausmodell. Von diesem Hausmodell ließen wir einen Fußabdruck nehmen, aus dem ein Leisten gefertigt wurde. Dieser Körperabdruck diente nun als Schablone für das Schuhdesign. Es gilt den Schuh perfekt dieser Körperform anzupassen. So sollen bestimmte Areale gestützt, andere geschützt und vorteilhaft geformt sein.

### **Fazit: Die Verbesserung des mangelhaften Fußes**

Bei diesem Beispiel lassen sich verschiedene Ebenen zeigen, die wir zu Beginn des Textes auch bei Heidegger fanden. Die Kopplung mit dem Körper wird in der Herstellung sichtbar. Gerade bei der Schnittentwicklung wird zuerst der Körper und seine Funktion besonders in den Blick

genommen. Erst dann wird der Schuh so akkurat wie möglich um die Körperform gebaut. Der Schuh wird um den Körper konstruiert. Erst wenn der Schuh fertig ist, kann der Körper, der in dem Abdruck festgehalten wurde aus dem Schuh entnommen werden. Der Schuh behält diese Fußform eingeschrieben. In der Gestaltung seiner Außenhaut zeigt sich der Verweis auf Bewegung und Gangart. Es entsteht nicht wie bei van Goghs Bild ein schwerer klobiger Arbeitsschuh, sondern ein leichtes sportliches Modell, das rasche Bewegungen ermöglicht und durch Verstärkungen im Innenmaterial die empfindlichen Fußstellen vor Verletzung schützt. Die Umwelt spiegelt sich im Material wider, das von Leder zu technischen Materialien weiterentwickelt wird. Das Material ist atmungsaktiv und wasserabweisend und zeigt, dass dieses Zeug für den sportlichen Außengebrauch erdacht wurde. Der Boden findet seine Kopplung in der Sohle wieder. Durch die Tornadospikes, die an vier Punkten in die Sohle gedreht sind, zeigen sich die wichtigsten Reibungspunkte beim Golfen. Die Drehrichtung des Fußes ist in der Windung der Spikes eingeschrieben. Die Spikes drehen sich mit kleinen Dornen in den Rasen und revers nach dem Schlag wieder heraus. Dabei ist es wichtig, dass sie der kostbare Rasen dabei nicht zerpfücken. Dieses sogenannte *Grün* wird gehegt und gepflegt, da von seiner Güte die Reibungslosigkeit des Abschlags abhängt und damit der Erfolg des Spiels. Für den Gebrauch der Schuhe außerhalb vom Grün, lassen sich die Spikes einfach herausdrehen, so dass man auf einer flachen Sohle laufen kann. Hier zeigt sich der Wechsel der Umgebung, den der Spieler dank der Beschaffenheit des Schuhwerks vollziehen kann, wenn er nach dem Golfen zu anderen Aktivitäten wechselt. Zu guter Letzt zeigt sich auch die soziale Norm einer Gesellschaft die über angemessenes Schuhwerk entscheidet. Dabei zeigen sich Anlehnungen in der Schnittform an den klassischen Budapester, gekoppelt mit dem sportlichen Aussehen eines Turnschuhs. Die Tradition in diesem Sport schreibt eine sehr genaue Kleiderordnung vor, doch gerade durch junge Profisportler\*innen und technische Innovationen in der Bekleidungsherstellung werden diese Traditionen übergangen und neu geschrieben. Die Farben werden bunter, um ein junges Publikum anzusprechen. Die Materialien werden zu hochtechnisierten Textilien oder weiterhin hochwertige Leder, was verdeutlicht, dass es sich um ein wohlhabenderes Milieu handelt. Zum anderen zeigt sich die Kopplung an den Körper und das Bemühen einen Schuh zu gestalten, der an möglichst vielen Körpern mit der gleichen Qualität sitzt. Hier wird deutlich welcher Aufwand die massenhafte Herstellung von Schuhe umgeht. Der Schuh ist nur noch dem hauseigenen Mannequin wirklich auf den Fuß geschnitten. Massenherstellung und Verlagerung der Produktion ins Ausland, aber auch der



fehlende Kundenkontakt würden eine Produktion der Schuhe auf Maß in unserer Gesellschaft verhindern.

Was sich an diesem Beispiel zeigt ist, dass der Körper, die speziellen Bewegungsabläufe der Sportart erwirbt. Dies kann aber nur in Kopplung mit dem Schuhwerk geschehen, da die Bewegung ohne Schuh mit weniger Präzision ausgeführt würde. Der Schuh erschwert oder unterbindet „falsche“ Bewegungen. So kann der Körper effektiver durch die Nutzung des entsprechenden Schuhzeug effektiver eingesetzt werden. Dies ist eine der wichtigsten Annahme für die Hersteller und das beste Kaufargument für den Kunden. Der Schuh erfährt daher eine Aufwertung als technisches Mittel, der Fuß wird degradiert zur Mangel Extremität ohne besondere Fähigkeit. Dies schlägt sich auch in der medialen Überhöhung von Sportschuhen nieder.

Damit wird der Schuh Teil einer Bewegungstechnologie. Er wird zum Außenskelett erkoren und macht den Fuß durch äußeren Einfluss zu einem effizienteren Bewegungsapparat. Umso wichtiger ist es daher, dass der Träger sich niemals die Bewegungsform ohne den Schuh aneignet, aber stets das passende Schuhwerk für die entsprechende Fortbewegungsart kennt und trägt. Die Körper-Technik-Kopplung die somit entsteht ist dem Schuh schon in der Konstruktion und Herstellung eingeschrieben und medial verstärkt worden.