Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 4 | 19.03.2019 08:55 Uhr | Peter Otten

Tanzen

Tanzen
Neuerdings gehen meine Frau und ich am Sonntag tanzen. Seit Jahren haben wir uns bereits vorgenommen, gemeinsam einen Tanzkurs zu machen. Vielleicht liegt es daran, dass wir uns Karneval quasi beim Schwofen kennen gelernt haben. Der Tanz war sozusagen beziehungsstiftend für uns. Ohne das Tanzen an Karneval wären wir gar nicht verheiratet. Letztes Jahr Weihnachten haben wir dann Nägel mit Köpfen gemacht und uns angemeldet, Standard und Latein. Für Anfänger. Sonntags um drei. Die Tanzschule ist nicht weit von zu Hause weg, wir können ganz stressfrei zu Fuß hingehen und verbinden das mit einem kleinen Spaziergang. Ich war erstaunt, wer heutzutage einen Tanzkurs besucht: Frischverliebte; Paare, die kurz vor der Hochzeit stehen und einen vernünftigen Hochzeitswalzer aufs Parkett legen wollen; Hochzeitseltern sind da; Männer, die ihren Frauen zu Liebe hingehen und umgekehrt; aber vor allem Menschen, die den Rhythmus im Blut haben und den einfach gern mal rauslassen.
Wie meine Frau und ich.
Was soll ich sagen? Es macht wirklich einen Riesenspaß. Eins, zwei, Chachacha – oder eins, zwei Wiege-Schritt – Rumba also - und sogar die Helene-Fischer-Dauerschleife: Atem-los-durch-die-Nacht – eins, zwei, Tipp. Diskofox bis zum Abwinken. Jede Woche kommen Figuren dazu: Die Promenade, die Brezel, Eindrehen und Ausdrehen und weiß Gott noch was alles. Da wird das Tanzen auch mal zu einer Wissenschaft. Und nichts geht ohne Üben zu Hause. Da starten wir auch schon mal die Spotify-Tanzmusik-Liste und drehen uns abends durch das Wohnzimmer. Naja, so gut es geht, wir wollen dem Hund, der am liebsten mittanzen möchte, nicht auf die Pfoten zu treten. Ganz ehrlich: Sich gemeinsam im Rhythmus der Musik zu bewegen, aufeinander zu achten, mit Blicken und kleinen fast unmerklichen Zeichen. Die Bewegung des anderen wahrnehmen, aufnehmen, reagieren, im Moment also schöpferisch sein – eine wunderbare Erfahrung. Für uns beide.
Aber auch Wissenschaftler sagen: Tanzt, was das Zeug hält! Forscher fanden heraus, dass Jugendliche, die viel tanzen, mit mathematischen Aufgaben besser zurechtkommen und ein gutes räumliches Verständnis entwickeln. Und Wissenschaftler an der Uni Bochum entdeckten, dass Tänzer nicht nur glücklicher, sondern auch reaktionsschneller und beweglicher sind und sich besser konzentrieren können. Dazu wird der Körper beim Tanzen mit jeder Menge Glückshormonen geflutet. Das kann ich echt bestätigen.
"Du hast mein Klagen in Tanzen verwandelt, mein Trauergewand hast du gelöst und mich umgürtet mit Freude.“ An diesen Psalmvers aus der Bibel muss ich häufiger denken, wenn meine Frau und ich durch den Tanzsaal wirbeln. Und dabei spüren, wie gerne wir beide miteinander leben.