

Weibliche Schätze im Tanz entdecken

Schongau/Peiting – Tanzen kann nicht nur Spaß machen, sondern auch „verborgene Schätze“ ans Tageslicht bringen: Die Rede ist von den weiblichen Qualitäten, die in jeder Frau stecken – und die im Tanz quasi „wieder entdeckt“ werden können. Wie das geht, zeigt Tanztherapeutin Pramoda Sabine Habenicht, die mit ihrem „Tanz der Göttinnen“ alljährlich nach Schongau und heuer im Juli auch nach Peiting kommt.

„Ich komme jedes Jahr nach Schongau, um die Göttinnen zu tanzen – das ist für mich schon ein jährliches Ritual“, sagt eine Teilnehmerin, die auch heuer wieder beim offenen Tanzabend im evangelischen Gemeindehaus in Schongau dabei war. Einige Frauen nahmen dieses Jahr auch zusätzlich wieder am In-

tensiv-Seminar teil und nannten als Beweggründe „die Lust am Tanzen“, „einfach mal vom Alltag abzuschalten“ oder den Wunsch, mehr über sich selbst herauszufinden. Denn letzteres ist auch der tiefere Sinn der Tanzseminare: „Jede Frau kann beim Tanzen ganz eigenen Fragen nachgehen“, erläutert Habenicht – „und die Antworten in sich selbst und über den eigenen Körper zu finden, ist dabei besonders spannend – denn in ihm liegt ein großer Schatz, ein altes Wissen verborgen“.

Doch was haben nun die griechischen Göttinnen mit diesen weiblichen Schätzen zu tun? Sehr viel: Denn, wie die Tanztherapeutin aus Bremen erklärt, verkörpern diese sieben griechischen Göttinnen all die Ausdrucksmög-



Im Tanz entdecken die Frauen ihre „Göttinnen“. Ganz rechts Tanztherapeutin Pramoda Sabine Habenicht. FOTO: MS

lichkeiten, die jede Frau in sich trägt. Man spricht dabei von den „Archetypen“ einer Frau: Das heißt, jede Göttin steht für einen gewissen Frauentyp. Die Göttin Artemis steht für Kraft und Lebendig-

keit, Athene für Klarheit und Struktur, Hestia für Alleinsein und Erotik, Hera für Würde und Gemeinschaft, Demeter für Mütterlichkeit und Fürsorge, Persephone für Empfindsamkeit und das in-

tere Kind und Aphrodite für Lebenslust und Freiheit.

„Diese Archetypen sind innere Bilder, mittels derer sich jede Frau erkennen und besser verstehen kann“, sagt Habenicht. Sprich: Wenn eine Frau weiß, welcher Archetyp bei ihr vorherrscht, kann sie ihre persönlichen Potenziale leichter nutzen.

Da die meisten Frauen aber gar nicht wissen, von welcher „Göttin“ (oder welchen Göttinnen, denn manchmal sind es auch zwei Haupt-Archetypen) sie den größten Anteil besitzen, wurde dies beim Seminar in Schongau „erforscht“, indem die verschiedensten Musikstücke getanzt wurden – darunter auch viele bekannte Songs wie „I am what I am“, „I will survive“ oder „Bamboleo“. Und jedes dieser Musikstücke ist auch

einer bestimmten Göttin zugeordnet.

Doch wie kann eine Frau „ihre Göttin“ dann im Tanz erkennen? Dazu erklärt Habenicht: „Der Hauptarchetyp ist der Tanz, der aus der Frau quasi wie von selbst herausfließt.“ Denn jeder Frau würde ein ganz ureigener Tanzausdruck und Bewegungsrhythmus inne liegen, der sich dann mit Hilfe des Tanzes einer der sieben Göttinnen zuordnen ließe.

ms

Info

Wer den „Tanz der Göttinnen“ einmal ausprobieren möchte, kann dies bei einem offenen Abend am 13. Juli (19 bis 22 Uhr) im Zegala in Peiting tun. Anmeldung erforderlich bei Pramoda Sabine Habenicht unter Telefon 04408-923485. Ein Intensivseminar findet vom 17. bis 24. September auf Zypern statt.