

# WWW.TANZ-BIODANZA.DE

NACHRICHTEN 01-2014

---

Verbindlichkeit...

in der Online-Version des Duden auch als „freibleibend“ geschrieben. Viele Assoziationen springen in unseren Köpfen auf, wenn wir dieses Wort hören.

Wer von euch schon einen größeren Vertrag für ein Auto oder gar ein Haus eingegangen ist, hat an das viele Kleingedruckte eventuell negative Erinnerungen... dieses Gefühl beim Banker die Unterschrift leisten zu wollen mit einem kleinen Beigeschmack der ewigen Bindung... und dann kommt da diese Version im Duden mit freibleibend... frei... ungebunden... in diesem Zusammenhang? da sollte etwas doch nicht stimmen können...

Am Mittwoch hat die Vivencia bei Cordula die Biodanza-Schulleiterin Helene Levy Benseft aus Frankreich gegeben. Alle von euch, die dieses Ereignis miterlebt haben, sind sicherlich angetan von der Klarheit dieser Frau. Auch ich und ich habe mich in den folgenden Tagen noch sehr angeregt mit ihr unterhalten.

Wir sind immer wieder auf das Thema der Verbindlichkeit zurückgekehrt, einen Grundpfeiler unserer biozentrischen Arbeit in Biodanza. Wenn ich mich verbinde mit dem was ich tue, bin ich auch verbunden. Und dann ist die Version im Duden genau richtig... frei... bleibend. Ich bleibe frei, frei von Wankelmut, Sucht, Neid und dem Versuch auf allen Hochzeiten tanzen zu wollen, um bloß nichts zu verpassen... verpasse ich dabei nicht die Essenz von dem was ich gerade mache? kann ich mich einlassen und genießen... das aufzunehmen was ich mir eigentlich vorgenommen hatte?

Das soll nicht bedeuten rigide und starr zu werden, nicht flexibel zu bleiben, ein Muss mir aufzuerlegen.

Es bedeutet mir den Impuls zu geben, für mich einzustehen, mich ernst zu nehmen und mir die Freiheit zu gönnen mit allen Sinnen auszuschöpfen und zu genießen, ohne Hast und innerer Unruhe, wofür ich mich „verbindlich“ entschieden habe. So bin ich in der Lage, und da bin ich mit Helene ganz einer Meinung, mir etwas Guten zu tun und mich mit mir mehr verbunden zu fühlen. Ein Gefühl nach dem wir uns in dieser schnelllebigen Zeit alle sehnen. Wir haben es selbst in der Hand, mit uns verbindlich und frei... bleibend umzugehen.

Ich möchte euch einladen mit euch gut zu sein, euch mit euch zu verbinden. Auf eine liebevolle Art euch wertzuschätzen und euch „frei“ und „bleibend“ zu fühlen.

Denkt bitte auch an das Biodanza-Fest im MaRah Pfingsten 2014. Noch gibt es ein paar freie Plätze. Das wird mit Vivencias von vielen Leitern aus verschiedenen Ländern unserer geliebten Erde wieder ein sehr schönes Highlight. Frühzeitig anmelden kann kein Fehler sein. Mehr Infos unter [www.biodanza-fest.de](http://www.biodanza-fest.de)

Euch ein schönes Rest-Wochenende, vielleicht bis Montag 19:30 Uhr... ich bin verbindlich da und freue mich auf euch...

André

