



## Kopf hoch, tanzen

*„Da hast du mein Klagen in Tanzen verwandelt, hast mir das Trauergewand ausgezogen und mich mit Freude umgürtet.“*

(Psalm 30, 12)

In diesen Wochen wird wieder an vielen Orten gefeiert – Fastnacht, Fasching, Karneval. Eine wichtige Rolle spielt dabei der Tanz. Tanzen ist ein Ausdruck der Lebensfreude, es erhebt und beflügelt. Das wusste auch der heilige Augustinus:

*Ich lobe den Tanz,  
denn er befreit den Menschen  
von der Schwere der Dinge  
bindet den Vereinzelten  
zu Gemeinschaft.*

*Ich lobe den Tanz  
der alles fordert und fördert  
Gesundheit und klaren Geist  
und eine beschwingte Seele.*

*Tanz ist Verwandlung  
des Raumes, der Zeit, des Menschen  
der dauernd in Gefahr ist  
zu zerfallen ganz Hirn  
Wille oder Gefühl zu werden.*

*Der Tanz dagegen fordert  
den ganzen Menschen  
der in seiner Mitte verankert ist  
der nicht besessen ist  
von der Begehrlichkeit  
nach Menschen und Dingen  
und von der Dämonie  
der Verlassenheit im eigenen Ich.*

*Der Tanz fordert  
den befreiten, den schwingenden Menschen  
im Gleichgewicht aller Kräfte.*

*Ich lobe den Tanz.*

*O Mensch  
lerne tanzen,  
sonst wissen die Engel  
im Himmel mit dir  
nichts anzufangen.*

### **Augustinus von Hippo (354 - 430)**

"Kopf hoch, tanzen" – so lautet der Titel eines 2007 erschienenen Songs von Herbert Grönemeyer, über den er folgendes sagt: "...Da geht es darum, dass man aufhören sollte, alles ständig zu vergrübeln, alles ständig zu sezieren... Dass man einfach auch den Moment zelebriert, sich freut... einfach eine Lebenslust, das Leben annehmen, dem entgegen gehen und sich daran freuen..." [Verknüpfung](#)

### **Impulse**

- Geben Sie Ihrer Freude Ausdruck – vielleicht, auch gegen die Schwerkraft.
- Kopf hoch, tanzen! [Verknüpfung](#)

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Elisabeth Prügger-Schnizer

Bild: S. Hofschlaeger @ [pixelio.de](https://pixelio.de)

Mit Spurenleger [Kontakt aufnehmen](#)

Eine gesegnete Woche wünschen Ihnen Ihre Spurenleger

Nikola Beth, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Ulrike Hofmann, Dr. Christoph Klock, Heinz Lenhart, Elisabeth Prügger-Schnizer, Eva Reuter, Heiko Ruff-Kapraun und Dr. Hans Jürgen Steubing

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt  
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt

KIRCHE & CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt  
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt