

**SPIRITUALITÄT:** Bousch Bardarossa und Ursula Günther führen in die „Tänze des universellen Friedens“ ein / In Bewegung zu sich selbst und seinen Mitmenschen finden

## Miteinander den Frieden erleben

Von unserer Mitarbeiterin Jasmin Mohr

**HOFGARTEN.** In den sechziger Jahren entwickelte der Sufilehrer Samuel Lewis in den USA die Tänze des universellen Friedens. Diese finden nun auch regelmäßig in Wertheim statt.

Unter dem Motto "Gemeinsames Singen & Tanzen - Einfach mal die Seele baumeln lassen" finden unter der Leitung von Bousch Bardarossa alias Michael Benz und Ursula Günther einmal im Monat in der Begegnungsstätte im Wohnstift Hofgarten Friedenstänze statt.

Die Tänze des universellen Friedens sind eine Sammlung von Gesängen, Tänzen und Gebeten aus den Religionen der Welt und anderer geistiger Wege. Samuel Lewis hat gesagt: "Der Tanz ist der Weg des Lebens, der Tanz ist die Bewegung des Lebens, was das Leben uns schenkt, soll sich widerspiegeln im Ausdruck unserer Körper, Herzen und Seelen." Als gebürtiger Jude hatte er viele spirituelle Traditionen studiert und gelehrt. Maßgeblich prägte ihn sein Sufilehrer Hazrat Inayat Khan mit der Weisheit: "Die Wahrheit im Herzen aller Religionen ist dieselbe Wahrheit". Dies ist der Wahlspruch, mit dem die Teilnehmer beziehungsweise Tänzer und Sänger auch im Hofgarten eingeleitet wurden. Mit diesem werden die Friedenstänze immer begleitet. Dazu inspirierte Samuel Lewis eine Pionierin des modernen Ausdruckstanzes, Ruth St. Denis. Von da an lehrte der alte Meister die Musik und Tänze, um durch Erfahrung Seligkeit im eigenen Selbst zu finden.

Hier in Wertheim möchten Bousch Bardarossa, Liedermacher und Märchenerzähler aus Reicholzheim, und Ursula Günther, die ansonsten als ganzheitliche Therapeutin unter anderem Yoga im Hofgarten unterrichtet, den Menschen die Friedenstänze näher bringen.

Die Traditionen stammen unter anderem aus dem Judentum und Christentum, dem Buddhismus, Hinduismus, Islam, Sufismus, der "Großen Göttin" und den Naturreligionen. Da sie aus diesem Weisheitsschatz schöpfen, können die Musik und Bewegung ein tiefes Verständnis für innere und äußere Friedensprozesse unterstützen. Beide sind im Laufe ihrer professionellen Aus- und Fortbildung quasi "wie von ganz allein" mit den Friedenstänzen in Berührung gekommen. Seit einigen Jahren nun nehmen sie weltweit an Friedenstänzen teil. Es gibt ganze Reisen, welche mit und um diese Idee herum stattfinden.

Es gibt die Friedenstänze an vielen Orten mit regelmäßigen Gruppen, Tanztagen, Retreats und Wochenendcamps. Sie finden in Kindergärten, Schulen, Frauen-, Friedens- und Ökologiegruppen statt. Die Tänze und Gesänge sind Teil von Fortbildungen, gemeinsamer Therapien, von Ritualen und Meditation. In Bosnien gibt es beispielsweise seit Kriegsende Projekte, bei denen die Friedenstänze den Menschen helfen, langsam wieder zu einem Alltag in ihrem Leben zu finden. Hier leisten die Tänze Aufbau- und Heilarbeit. Zum Teil gibt es dort Schulen, die die Friedenstänze in ihren Lehrplan aufgenommen haben. Daraus haben sich auch Kontakte und Freundschaften gebildet. Bousch Bardarossa ist zertifizierter Tanzleiter der Friedenstänze und war lange damit unterwegs. Das Projekt mit Ursula Günther in Wertheim möchte er persönlich nicht nur darauf begrenzen, sondern auch heilsame und Herzenslieder mit einfließen lassen. "Auch der Liedermacher in mir lässt hier und da gerne mal was Eigenes mit einfließen", sagt Bardarossa. Er mache auch gerne etwas ohne Bewegung, wie kleine Chorsätze oder anderen klanglichen Erfahrungen. Einen Satz wird man bei den Veranstaltungen immer hören: "Friede sei mit dir", auch in anderen Sprachen, wie "Haywa ga anadtane", "Om Shanti Om", "Shalom aleichem". Vor Ort erfahren die Teilnehmer mehr interessante Übersetzungen.

Auch im Hofgarten werden dazu einfache Melodien und Mantren angeleitet gesungen und getanzt. Dabei werden leicht erlernbare Bewegungen ausgeführt. Die Gesänge und die Bewegungen helfen, den Atem bewusst wahrzunehmen und zu entspannen. Beim Tanzen im Kreis erlebt man miteinander den Frieden in sich und um sich herum. Ursula weiß aus ihrer Yoga- und Therapieerfahrung: "Die Grundlage aller Sprachen

ist die Körpersprache". Beim Singen und Tanzen wird ein Prozess innerer und äußerer Heilung erfahren, der einer ganzheitlichen Entwicklung des Menschen dient.

Hier drückt sich die Einheit von Körper, Seele und Geist aus. Bei den Friedenstänzen lassen sich alle Teilnehmer, auch die zwei Leiter, auf einen Weg "nach innen" ein. Es werden neue Erfahrung gesammelt und Wege eröffnet, die mehr Kraft, Vertrauen und Sicherheit geben.

© Fränkische Nachrichten, Dienstag, 19.04.2016

#### **GEMEINSAM DIE SEELE BAUMELN LASSEN: NÄCHSTER TERMIN IST AM FREITAG**

- Unter dem Motto "Gemeinsames Singen & Tanzen - Einfach mal die Seele baumeln lassen" ist es den beiden Wertheimer Veranstaltern wichtig auch eigene Herzenslieder und andere heilsame Lieder zu singen. Dies fördert das friedvolle Miteinander in einer offenen Begegnung.
- Bei gemeinsamen Friedenstänzen einmal im Monat in der Begegnungsstätte im Wohnstift Hofgarten möchten sie helfen, die eigene Mitte zu spüren und im Herzen zu Hause zu sein. Die nächsten Termine sind am 22. April um 19 Uhr sowie am 20. Mai und 17 Juni um 19.30 Uhr
- Treffpunkt ist im Wohnstift Hofgarten. Anmeldung ist erwünscht bei Ursula Günter Telefon 0 93 42 / 48 88, E-Mail: [UrsulaGB@web.de](mailto:UrsulaGB@web.de), [www.lebensquell-wertheim.de](http://www.lebensquell-wertheim.de) oder bei Bousch Bardarossa, Telefon 0160/92839517, E-Mail: [bousch@gmx.net](mailto:bousch@gmx.net), [www.bouschi.de](http://www.bouschi.de). Um eine Spende wird gebeten.
- Weiterführende Informationen zu den Tänzen des Universellen Friedens unter [www.friedenstaenze.de](http://www.friedenstaenze.de). Das Netzwerk der deutschsprachigen Länder ist Teil eines internationalen Netzwerk des Friedens. *jam*