



5Rhythmen Köln

Newsletter September 2008

Inhalt

- S. 1 Kalender
- S. 2 Beginn **Jahresgruppe** Moving Paths
- S. 2 Teilnehmerinnen-Stimmen
- S. 3 Frühbucher-Ermäßigung für **Heartbeat** bis 10.09.08
- S. 3 **Alain Allard** über Heartbeat
- S. 4 **Achtung** Live-Waves Okt./Nov **Änderungen**
- S. 4 **Datum für Cycles** mit Jonathan Horan 2009 und
- S.5-6 Artikel über Cycles und Jonathan von Tom Schulz
- S. 7 Vorschau
- S. 7 **NEU:** Gutscheine
- S.8-9 **Musikvorstellung** und Konzert-Empfehlung von Shanti
- S. 9 Schlussworte mit Wolfsgeheil von Julia

| Datum | Tag | Ort | Uhr-Zeit | Was | Wer |
|--------|------------|-------|-----------|----------------------|-------|
| 02.09. | Dienstag | Tor28 | 20.-22.30 | Waves | Heera |
| 04.09. | Donnerstag | Tor28 | 20.-22.30 | Sweat Your Prayers | Heera |
| 09.09. | Dienstag | Tor28 | 20.-22.30 | Waves, offener Abend | Adam |
| 10.09. | Mittwoch | Tor28 | 12.-18.00 | Beginn Jahresgruppe | Adam |
| 11.09. | Donnerstag | Tor28 | 20.-22.30 | Sweat Your Prayers | Adam |
| 16.09. | Dienstag | Tor28 | 20.-22.30 | Waves | Heera |
| 18.09. | Donnerstag | Tor28 | 20.-22.30 | Sweat Your Prayers | Silke |
| 23.09. | Dienstag | Tor28 | 20.-22.30 | Waves | Heera |
| 25.09. | Donnerstag | Tor28 | 20.-22.30 | Sweat Your Prayers | Silke |
| 30.09. | Dienstag | Tor28 | 20.-22.30 | Waves | Heera |

Die Adressen zu den Veranstaltungsorten findest du ganz unten.
 Alle Informationen und Links zu Wegbeschreibungen
 immer aktuell auf der Homepage
www.moving-waves.de

Die Welle der 5Rhythmen **Jahresgruppe**
Moving Paths mit **Adam Barley**

ist schon stark spürbar. Keine 2 Wochen mehr, bis die Reise am Dienstag, den 09.09.2008 mit einem offenen Abend um 20.00 Uhr beginnt.

Dank an Heera, der Adam wieder den regulären Waves-Übungsabend zur Verfügung stellt. Ein solcher für alle offener Abend ist für diesen Preis der Waves-Class (15Euro) nicht üblich, und somit schon eine besondere Gelegenheit.



Zudem ist es die letzte Chance auf die Welle aufzuspringen, wenn es dann noch freie Plätze gibt.

Noch ist es möglich in einen bunt-gemischten Kreis von enthusiastischen und neugierigen Tänzern aus allen Ecken Deutschlands, Belgiens, Holland und Luxemburg einzutauchen, von denen die meisten an diesem Abend schon anwesend sein werden. (Darum bitte rechtzeitig kommen ☺)

Mehr Informationen wie immer auf der Website und bei mir
Julia@moving-waves.de



Tänzerinnen –Stimmen:

Deepa aus Freiburg über Adam:

Es ist jedes Mal eine Inspiration, ihn zu erleben: Feuer, Spontaneität, Verletzlichkeit, Ausdruck sind Worte, die mir einfallen, wenn ich beschreiben soll, was mich fasziniert. Und wie lange die Erlebnisse und Einsichten der Workshops in mir nachklingen...

Feedback nach Adam im Juli08 von Iris:

Im Workshop fand ich die letzte Übung gnadenlos gut, die mit den Rhythmenwechseln, um wirklich bei mir zu bleiben, gleichgültig was der andere tanzt. Und auch die, die uns durch jeden Rhythmus geführt hat, so habe ich glaube ich die Rhythmen sehr verinnerlicht.

Ich würde gerne einen **Appell an die Männer**, die sonst zu den Waves erscheinen, losschicken: es ist total schade, dass so wenige zu den Workshops kommen, dabei könnten sie gerade von Adam unglaublich viel lernen oder mitnehmen -
nicht umsonst ist er ja so ein Magnet für uns Frauen. Wäre doch toll, wenn unsere Männer noch mehr magnetische Energy hätten. Fand ich übrigens an dem offenen Abend bestätigt - ich hatte so tolle Begegnungen mit den anwesenden Männern. Danke,
Dir liebe Julia für alles.
Iris

Für den HEARTBEAT – Workshop **The Movement of Emotion**
mit **Alain Allard** vom 10.-12. Oktober im Tor 28

gibt es noch bis zum 10. Sept. die Frühbucher-Ermäßigung von 200 Euro.

Alain Allard:

**Dear dance person - whoever you are for what ever
reason you are reading this**

"Hello!"

Ein paar Sätze von mir zu "Heartbeat" – was er für mich bedeutet und warum ich so gern mit diesem Teil der 5Rhythmen-Landkarte arbeite.



Bewegung ist die ursprünglichste und im Grunde Haupt-Sprache des Körpers.

Wir können unser Bewusstsein dahin lenken, wie wir uns bewegen und mit Fokus und Aufmerksamkeit neue Bewegungsmuster entstehen lassen. Wir können üben Bereiche unseres Seins zu bewegen, die stillgelegt sind, ganz einfach und ohne Drama.

In einem sicher gehalten Workshop – Rahmen können wir mit Fokus und Aufmerksamkeit neue Bewegungsmuster erforschen.

Es ist die Absicht des Workshops "Heartbeat - The Movement of Emotion" dies einfach zu üben, die 5 unterschiedlichen Rhythmen als Vehikel zu nutzen, um zu erforschen, wie wir uns mit den alltäglich auftauchenden Gefühlen wie Angst, Wut, Traurigkeit und Freude, die zu unterdrücken, verkomplizieren, vermeiden, ignorieren oder rationalisieren wir neigen, fließender bewegen können.

Über das Trainieren können wir sehr entspannt werden und in Frieden mit den ständig wechselnden Gefühlen des täglichen Lebens kommen. Fließender und weniger dramatisch.

Darum arbeite ich so gern mit diesem Stoff. Ich denke, es ist eine praktische Art zu lernen, gut zu eben. Die Fähigkeit zurück zu erlangen, präsent zu sein.

Dies tun wir Schritt für Schritt, als Übung, als Tanz. Das ist keine Kopfsache. Es ist Kunst, kreativ. Es ist einfach.

Wenn du in den Bauch geschlagen wirst, hat dein Herz eine Reaktion, weil dein Herz in deinem ganzen Körper ist. Dein Kopf und Verstand wird meistens nicht zulassen, dass du da hingehst, die Erfahrung machst. Er wird separieren und abschneiden.

In der Heartbeat Arbeit lernen wir, dies nicht zu tun: das Separieren, das Halten und aus unseren Gefühlen Gedanken machen. Wir lernen zu fühlen und zu bewegen. Beides physisch, beides energetisch.

So weit, so gut, dies dazu, warum ich mit diesem Stoff immer und immer wieder gern arbeite.

Genug Worte, ich hoffe, ich habe es deutlich gemacht.

Ich hoffe mit dir zu tanzen, zu lernen und zu teilen. Wenn wir üben, lernen wir gemeinsam. Das ist großartig! Wenn du schon Erfahrungen mit den 5Rhythmen gesammelt hast und diese Emotionen-bewegen-Erkundung etwas ist, das du gern ausprobieren möchtest, dann komm.

Herzlich willkommen!

Mehr dazu und zu Alain auf der Website.

Achtung Live-Waves Okt./Nov **Änderungen**



Am 4. Oktober findet die Live-Waves unter der Leitung von Heera statt, der seine liebe Frau Heike sicher gut vertreten wird, da er als 5Rhythmen-Lehrer und Musiker eine besondere Verbindung mit der Live-Waves hat.

Am 1. November ist ein Termin hinzu gekommen, den Silke Richter aus Aachen anbieten wird.

Außerdem, was alle wissen und viele bestätigen, der Preis für dieses sagenhafte Live-Event rechtfertigt weder den Aufwand noch reflektiert er die Qualität. Deshalb genießt noch die kommenden beiden Termine das Herschenken der Beteiligten zum bekannten Preis von 15€ (und wenn ihr wert auf die Ermäßigung legt, kommt mit der 10er-Karte vom Dienstag). Im nächsten Jahr müssen wir den Preis deutlich erhöhen.

Das **Datum für „Cycles“** mit Jonathan Horan 2009

steht nun endgültig fest.

Er kommt vom **25.-29. MÄRZ 2009** nach Köln.

Der Termin wurde noch mal verschoben, weil Andrea Juhan Anfang Mai mit einem sehr empfehlenswerten Workshop in Stuttgart sein wird.



Dieser Cycles ist bereits auf der internationalen 5Rhythmen-Website in englisch zu sehen (klick www.5Rhythms.com und dann schedules, search, event type: workshop, certification level: Cycles, search, Cycles in Cologne anklicken)

Da Heartbeat - Erfahrung Voraussetzung für diesen fortgeschrittenen Workshop ist, kannst du dort auch nach Heartbeat -Workshops suchen.

Falls dir der Termin hier in Köln im Oktober gerade nicht passt: Adam wird auch einen Heartbeat-Workshop im Oktober anbieten und zwar in Freiburg.

Und eine der begeisterten Rückmeldungen auf die Ankündigung im letzten Newsletter sah so aus:

...Ich bin grade wenige Tage zurück aus Berlin mit Dance into Trance with Jonathan. Bei 34°Celsius im Schatten war Trancedance wie dahinschmelzende Schokolade! Laachen von Schweißwasser lagen auf der Tanzfläche, die alle 2 Stunden aufgesammelt wurden. Toll, wie unterschiedliche Geschlechter sich im Tanz auflösten, wie eine wabende Körpermasse nur noch im Dasein.

Carlos

Hier noch einen Artikel von Tom Schulz (5Rhythmen-Lehrer in Hamburg) zu einem **Cycles Workshop, der 2005** in Hamburg stattgefunden hat (in deutsch ☺)

Jonathan Horan: „Der Tanz der Fünf Rhythmen bringt uns mit den einzelnen Lebenszyklen in Verbindung“



Der Tanz der ungezähmten Herzen

Jonathan Horan ist Gabrielle Roths engster Mitarbeiter und Mitglied ihrer internationalen Moving Center School. Als ihr Sohn ist er mit den Fünf Rhythmen aufgewachsen. In ihrer Weiterentwicklung und Verbreitung spielt er eine zentrale Rolle, seit über 15 Jahren gibt er Workshops in den USA, Südamerika und Europa. Jonathan Horan ist außerdem Schauspieler und DJ und im Juni wieder zum Tanzen in Hamburg.

Kinder bedeutender Eltern haben es oft nicht leicht, das übermächtige Erbe abzuschütteln. Um nicht dauernd verglichen zu werden, wechseln manche sogar den Namen, wenn sie den Beruf des Vaters oder der Mutter ergreifen. Bei Jonathan Horan liegt der Fall anders. Er trägt zwar von Geburt an den Nachnamen seines Vaters, ist aber mit dem Lebenswerk seiner Mutter derart verbunden und identifiziert, wie sie es in ihren kühnsten Träumen nicht zu hoffen gewagt hätte. Gabrielle Roth, die Begründerin der Fünf Rhythmen – einer sich zunehmender Beliebtheit erfreuenden Methode, Bewegung als spirituelle Praxis zu üben – nennt ihren Sohn Jonathan den „Hüter der Flamme“; sie sagt es ohne Stolz, denn sie begreift diese Fügung als Gnade, nicht als Verdienst.

Wie Pianistinnensöhne unter dem Flügel groß werden, auf dem die Mama zu Hause spielt, hat Jonathan Horan seine Kindheit unter den Dächern der Workshopräume in Esalen/Big Sur und anderswo verbracht, in denen seine Mutter die Fünf Rhythmen unterrichtete. Schon als Dreikäsehoch wurde er immer wieder Zeuge, wie erwachsenen Leuten durch die Erfahrung des Tanzes der Panzer der Abgrenzung herunterfiel, wie plötzlich lang verschüttete Geschichten durch die Verlebendigung ihres Körpers ans Licht kamen, wie Traumata sich durch die intensive, lang anhaltende Bewegung des Tanzens zu erkennen gaben und aufzulösen begannen – oft schmerzvoll, noch öfter befreiend.

Mit acht Jahren machte Jonathan Horan seinen ersten ganzen Workshop mit – und die fundamentale Erfahrung, dass er als Kind von all den erwachsenen Teilnehmern für voll genommen wurde. In der Pubertät hatte er dann die beneidenswerte Gelegenheit, den Veränderungen in seinem Wesen tanzend nachzuspüren und der Verwirrung all den Raum zu geben, den sie in dieser Lebensphase braucht.

Ein paar Dutzend Workshops später wusste der Achtzehnjährige, dass er eines Tages selber die Fünf Rhythmen unterrichten würde. Doch erst nach einem schweren Snowboardunfall, der es zunächst ungewiss erscheinen ließ, ob er je wieder laufen, geschweige denn tanzen können würde, integrierte Jonathan Horan das, was er bisher in der Arbeit mit seiner Mutter gelernt hatte, und reifte in der körperlichen Unbeweglichkeit seiner mühsamen Rehabilitation zum Lehrer mit Tiefgang heran. Er hat die Fünf Rhythmen wie kein zweiter Mensch auf dieser Erde mit der Muttermilch in sich aufgesogen. Doch die Art und Weise, in der dieses Primärgetränk seine Zellstruktur geprägt hat und mit der er

diese wunderbare Arbeit seit etwa zehn Jahren an Tänzer in aller Welt weitergibt, ist ganz seine eigene geworden.

Im Juni kommt Jonathan Horan nach drei Jahren wieder nach Hamburg, diesmal, um allein einen „Cycles“-Workshop zu unterrichten. Er schreibt: „Zu diesem Thema habe ich eine besonders tiefe Beziehung. Die Lehren, die der Workshop bereithält, haben mich dazu inspiriert, in jedem Menschen, der mir begegnet, das Kind, den Teenager, den Erwachsenen und den alten Menschen zu lieben, zu respektieren und zu nähren. Ich bin immer wieder erstaunt und überrascht, wie tief uns die Praxis der Fünf Rhythmen mit den einzelnen Lebenszyklen in Verbindung bringt, mit den Mustern und Wellen, die uns von der Geburt bis zum Tod bewegen. Geheilte Lehren und Lehrer gehören zu jedem Lebenszyklus; oft sind wir auf uns allein gestellt, wenn es darum geht, diese brüchigen Fäden wieder zu finden und sie nicht nur in unser Leben zu integrieren, sondern auch in unserem Tanz zu verkörpern.“

Während des Workshops werden wir unsere persönliche Beziehung zu den Rhythmen und Ritualen, den Lehren und Traumata und zu den Menschen und Orten, die uns geprägt haben, gründlich erkunden. Er bietet die Gelegenheit dazu, ein paar Leerstellen zu füllen, einige biografische Bruchstücke aufzusammeln und unsere Aufmerksamkeit auf Dinge zu lenken, die für uns alle wirklich wichtig sind.

Ich finde es ausgesprochen traurig, dass Kinder und alte Menschen in unserer Kultur kaum als diejenigen angesehen werden, die uns etwas beibringen können. Mir scheint, das hängt damit zusammen, dass wir das Kind und den Alten in uns selbst nicht wahrhaben wollen. Dabei stehen sie für Unschuld und für Weisheit – beides ist gleichermaßen starke Medizin, beides ist unverzichtbar zur Heilung des Einzelnen und zur Heilung der Erde. Wir müssen diese tief in uns verborgenen Stimmen wieder aufspüren und ihnen in der Welt um uns Gehör verschaffen. An vielen Orten der Welt sehe ich mit Schrecken, wie sehr die Alten isoliert worden sind, und ich frage mich, ob diese Vereinsamung wirklich das ist, was wir uns für sie wünschen, für uns selbst und für unsere Kinder.

Dieser Workshop ruft all diejenigen zur Arbeit an sich selbst auf, die eine starke Gemeinschaft aus Menschen mit ungezähmten Herzen bilden wollen – bereit, die Stationen ihrer Vergangenheit ebenso zu würdigen wie jene, die ihnen noch bevorstehen, und willens, aus fehlenden Teilen Medizin zu machen. Wenn wir uns gemeinsam in einer Gruppe bewegen, in der so viele unterschiedliche Geschichten, Erfahrungen, Sprachen und Kulturen zusammenkommen, ist das eine Bereicherung für unser Leben. Gemeinsam können wir die Spur zu dem Weg aufnehmen, der uns nach Hause bringt, durch unsere Wurzeln hindurch, zurück in unsere Mitte.“

Jonathan Horans Unterrichtsstil ist von Liebe, Humor und viel Kraft geprägt, wobei er die eigene Verletzlichkeit nicht verbirgt. Das macht ihn authentisch. Die Musik, die er zum Tanzen auflegt, ist warm und pulsierend. Sie regt alle Sinne an und beflügelt den Körper. Am Vorabend des „Cycles“-Workshops leitet er eine dreistündige so genannte High-Vibration-Wave, die ihren Namen zu Recht trägt, denn sie verhilft den Tänzerinnen und Tänzern dazu, sich in eine Hochstimmung aufzuschwingen, bei der jede Zelle lebendig wird.

Er kommt gerne nach Europa, weil er immer wieder erlebt, wie viel dichter hier das Netz geknüpft ist, auf dem sich der „Tribe“ der Fünf-Rhythmen-Begeisterten zum Tanzen trifft. Viele von ihnen machen ihre Tanzerfahrungen in England, Deutschland, in der Schweiz, in Holland, Belgien oder den skandinavischen Ländern, doch auch in den osteuropäischen Staaten finden die Fünf Rhythmen inzwischen immer mehr Anhänger. Weil hier mittlerweile viele „Basis-Workshops“ stattfinden, in denen Grundlegendes über die Bewegungsabfolge der fünf Rhythmen beigebracht wird – vom Flowing über Staccato, Chaos und Lyrical bis zur Stillness –, richtet sich der „Cycles“-Workshop an etwas fortgeschrittene Tänzer. Wer daran teilnehmen möchte, sollte schon mindestens drei „Waves“ und einen „Heartbeat“-Workshop mit zertifizierten Fünf-Rhythmen-Lehrern gemacht haben. Die „High Vibration Wave“ steht auch denen offen, die bisher noch nie etwas von Gabrielle Roth und ihrer Bewegungspraxis gehört haben. Eine schönere Initiation in die Welt der Fünf Rhythmen lässt sich kaum denken. *Tom R. Schulz*

www.5Rhythms.de

Vorschau

Oktober

04. Live-Waves mit Heera, Volker Kaczinski, Stefan Feike und Tobias Sturmer

10.-12. Heartbeat mit Alain Allard

November

01. Live-Waves mit Silke, Volker, Stefan und den Mambas

02. Tagesworkshop – ConTakt mit Silke Richter

Dezember - 2. Modul Jahresgruppe: Adam in town

2009 kommen für Workshops

Jan 30.-Feb. 01.: **David Rose** mit *Dancing Presence*

Feb-Juni: **Heera** mit *The Journey*

19.-22. März: 3. Modul Jahresgruppe - **Adam in town**

24.-29. März: **Jonathan Horan** mit *Cycles*

03.-07. Juni: 4. Modul Jahresgruppe in der Eifel

11.-13. Sept: **Julie Deal** mit *Goddess and Whore* (nur für Frauen ☺)

01.-04. Okt: 5. Modul Jahresgruppe - **Adam in town**

Mitte Oktober: **Amala** mit *In the Middle of the Storm*

13.-15. Nov: **Heike Fuhsy** und **Heera** mit *Connections*



NEU: Gutscheine

Nicht, dass es nicht schon immer möglich gewesen wäre, Gutscheine für allerlei 5Rhythmen-Tänze zu bekommen, nur JETZT sind sie auch noch schön anzusehen ☺ und tragen somit mehr das Herz des Schenkenden weiter.

An dieser Stelle mal ein ganz besonderes DANKESCHÖN und Lob an Jonas Dorner von www.DesignArtShivas.de der nicht nur vielen unserer Flyer, sondern auch dem Tor 28 Kalender mit Herz und Hand ihre besondere Note verleiht.

Musikvorstellung und Konzert-Empfehlung von Shanti

PREM JOSHUA & Band

IN CONCERT

www.premjoshua.com



Gerade höre ich die CD nun zum siebten Mal und immer wieder gibt es neue Eindrücke, neue Wahrnehmungen. Zuerst einmal: für eine Live- CD ist sie sehr sauber aufgenommen bzw. abgemischt. An vielen Stellen kann man nur durch den Applaus im Hintergrund wahrnehmen: das ist Live.

Mit zwei neuen Stücken bieten Sie auch den Kennern von Prem Joshua und seiner Band Neues: Besonders das Stück „Jhule Lal“ hat es mir angetan.

So weich, so empfindsam zwischen dem sehnsuchtsvollen Gesang zu Beginn und der klaren Dynamik, die sich in dem nachfolgenden Part erkennen lässt.

Es groovt schleichend heran, um damit sehr trancebetont über eine weite Strecke den Hörer mitzunehmen in die Welt der tänzerischen, fließenden Bewegungen, intensiven Gerüche und der durch die Musik fast auf der Haut fühlbaren monsoonhaften Feuchtigkeit Indiens.

Das zweite neue Stück „Seven Bubbles in Bottle“ beginnt leicht und spielerisch mit einer Flöte, um dann mit der Unterstützung durch Satygan Fukudas Bass und Raul Senguptas Tabla die Sitar von Prem Joshua lyrisch swingen zu lassen und über die 6 Minuten lange Strecke keinen Zweifel zu lassen: Indian Beats und Indian Tempo lassen dich nicht unbewegt.

Mein Lieblingsstück auf dieser CD ist Funky Guru, das auch laut den Erzählungen von Chintan schon auch diverse indische Geschäftsleute mächtig in Bewegung versetzt hat. In dieser Version ist es etwas langsamer als in der Studioversion, wirkt dadurch spielerischer und leichter.

Die Spielfreude und die Lust vor Menschen zu spielen lässt sich bei jedem Track hören, aber besonders bei Funky Guru ist ihnen der musikalische Enthusiasmus absolut anzuhören.

Einige Tracks stehen auf der Seite www.tarasattvamedia.de in Ausschnitten zum Anhören zu Verfügung.

Über die Musiker

Prem Joshuas hochkarätige, internationale Band, die sich einst in dem lebendigen und chaotischen Hexenkessel einer indischen Metropole formierte, verkörpert heutzutage eine der erfrischendsten, multikulturellen Musikevents zwischen Bombay und Berlin.

Prem Joshua und seine Band sind ein einzigartiges Phänomen im Bereich ASIA-Weltmusik. Sie erforschen und erschaffen eine neue musikalische Verschmelzung jenseits der kulturellen Grenzen von Asien und dem Westen. Berührende und fesselnde Melodiefolgen auf Sitar, Bambusflöte oder Sopran-Saxofon heben ab zu treibenden Rhythmen auf Tabla oder orientalischer Perkussion. Uralte Sanskrit-Sutras und Sufi-Gedichte erwachen zu neuem Leben in einem zeitgenössischen und weltumspannenden musikalischen Kontext. Prem Joshua und Band touren jedes Jahr - USA, Zentraleuropa,

Russland, Türkei, Israel, Indien, Malaysia und Singapur-. Sie sind experimentierfreudige Grenzgänger zwischen indischen Musiktraditionen, globalem "Urban Lounge", "Sufi-Trance" und modernen Dance Grooves. 2006 wurde Prem Joshua als Künstler für den renommierten "World Music Listener's Award" des BBC in England nominiert. Februar 2007 wurde seine Musik zu einer Film-Dokumentation über indische Fürstenhäuser mit dem Indian TV Award als beste Filmmusik im Jahr 2006 ausgezeichnet.

In Indien spielen PREM JOSHUA & BAND vor dem Premierminister von Indien, in England vor Prince Edward und in Köln vor uns!



Musiker:

Prem Joshua (Italien):

voice, sitar, guitar, soprano sax, flute, duduk

Chintan Relenberg (Italien):

keyboards, voice, electronic loops

Raul Sengupta:

percussion/ tablas (Bombay/ Köln)

Satgyan Fukuda (Japan): bass

World Fusion from India

2008 ALBUM WORLD RELEASE TOUR

EINZIGER AUFTRITT IN NRW: Freitag 26. September 2008

50678 Köln - Stollwerck - Dreikönigenstr. 23

Beginn: 20:00 Uhr - **AK:** 21 € **VVK:** 19 €

Konzertorganisation Köln

Tara Sattva MEDIA Tel: 02202 284848

E-Mail: info@tarasattvamedia.de

www.tarasattvamedia.de

Schlussworte mit Wolfsgeheul von Julia

Warum Wolfsgeheul?

Liebe Freunde der Waves und des Tor28,

es geht darum, das Rudel zusammen zu rufen ☺, das bereit ist, mehr Bewegungsfreiheit im Studio zu mobilisieren.

Ich hatte schon ein paar wenige angesprochen, die gern helfen würden, in einer lustigen Aktion die Fall-Türen im Studio auszubauen.

Jetzt wird es ernst.

Ein mögliches Datum könnte zwischen dem 19. und 21. September liegen. Wir wollen das aber flexibel angehen und Spaß dabei haben.

Wer also generell Lust hat, dabei zu sein, bitte einfach antworten, um weitere Details zu klären.

Und da wir schon mal beim Tor28 sind, möchte ich ein paar aufklärende Worte zur aktuellen **Dusch-Situation** äußern.

Das ist jetzt sicher nichts für ganz neu hinzu gekommene Interessierte. Und es macht wohl auch keinen Sinn, Zahlen oder Rechnungsbelege vorzulegen, wer will schon zu den eigenen die Rechnungen der anderen sehen (Steuerberater vielleicht; wie gut, dass es auch solche Menschen in der Gemeinschaft gibt!) Mit Sicherheit hat Vibha einen Grund, gestiegene Energie-Kosten umzulegen (;o) Wir Mieter sind sehr froh, dass sie nicht allen die Miete erhöht, weil wir dadurch unsere Preise genauso halten können. Andernfalls werden auch wir gezwungen, die Preise anzuheben, und dann zahlen ALLE, auch die, die nicht duschen. Und in der Tat sind wir 5Rhythmen – Tänzer die größte Duschgruppe von allen. So ist es wohl am gerechtesten, wenn diejenigen, die tatsächlich duschen einen kleinen Gegenwert dafür geben. In unserem Fall hat Vibha sogar angeboten, dass Kurz- bzw. Spar-Duscher nur 50 Cent in das grüne Sparschwein auf der Theke werfen. Das hätte zudem den Vorteil, dass evtl. auch die letzten Tänzer noch WARM duschen könnten.

Nun ein kleines Beispiel der Realität: letzten Donnerstag waren wir mit 56 Leuten in den Räumen. Als ich duschen ging, war das Wasser kalt, sprich, 500 Liter warmes Wasser sind verbraucht worden. Und weil ich nachher grad da stand, und wir im Gespräch darauf kamen, habe ich mal „das Schwein“ geschüttelt..... es war sehr leicht zu hören: EINE Münze war drin.

(Wahrscheinlich der Euro für das geliehene Handtuch)

Wie auch immer, es mag jeder denken und handeln, wie er will; für mich spiegelt dies das kurzsichtige und leider immer noch moderne Denk- und Handlungsschema, mit dem wir früher oder später auch unsere liebe, geduldige Großmutter Erde zur Weißglut treiben: Was schert mich das Morgen, wenn ich heute einen Euro einsparen kann, oder ihn wohlmöglich sogar gewinnbringend vermehren kann, ohne zu hinterfragen, WIE. Früher oder später wird Vibha sich eine andere Lösung für das Problem überlegen.....

Nee, Moralapostelne, das steht mir nicht.

Ich hoffe aber, ein wenig mehr Wertschätzung erweckt zu haben, für das, was wir da haben. Und wenn ihr mir einen schöneren, zentral gelegenen Ort nennen könnt, an dem wir so laut sein können, ich schau mich da gern mal um!

Bis dahin lasst uns doch einfach Hand in Hand, herzlich und flexibel die gegebene Situation annehmen.

DANKE Vibha, euch Tänzern und Lehrern und überhaupt allen Wesen, die uns diesen Weg in Schönheit ermöglichen!

Und wenn ich nicht schon so viel geschrieben hätte, würde ich sicher noch eine Geschichte hinzu fügen, wie alltagstauglich dieses regelmäßige Tanzen für mich ist (ganz abgesehen davon, dass ich hier immer wieder meine Batterien auflade, in der Verbindung mit mir selbst, dem Leben und den anderen).

Aber ich denke, ihr alle habt auch ganz viel zu sagen! Schreibt, was euch berührt, was euch bewegt! Es macht einen Unterschied!

Noch ganz viele warme Tage, milde Abende und bunte Himmel
wünscht uns
Julia

Die Veranstaltungsorte:

Tor 28, Machabäerstr. 28, 50668 Köln (Nähe Hauptbahnhof, Breslauer Platz)

Aikido Dojo, Neusser Str. 26, 50670 Köln (Nähe Ebertplatz)

Dieser Newsletter hat Dich erreicht, weil Du an einem 5Rhythmen-Seminar teilgenommen hast, Du Dich auf der Verteiler - Liste eingetragen hast, ich einen Hinweis bekam, dass Du an diesen Informationen interessiert bist oder weil du auf der Website gestöbert hast ☺. Wenn Du jemanden in deinem Bekannten und Freundeskreis kennst, der/die Interesse an den 5Rhythmen - Angeboten haben könnte, freue ich mich über die Weiterleitung dieser pdf!!

Falls Du kein Interesse an weiteren Infos hast, so bitte ich um Rücksendung der Email mit Betreff - Löschen-, so erhältst du keine weiteren Emails mehr von Moving Waves. Danke!

Solltest du aber diese Informationen nicht missen wollen und hast schon Nachrichten aus deinem **Spamfilter** fischen müssen, überprüfe bitte mal, ob es hilft julia@moving-waves.de in deinem Adressbuch abzuspeichern oder deiner White-List hinzu zu fügen. Bitte melde dich auch bei anderen Ungereimtheiten zurück, damit ich die Ursache erforschen und gegebenenfalls ändern kann.

Diese Email wurde gesendet von

Julia Knezevic, Theodor-Fontane-Weg 14, 51503 Rösrath

für MOVING WAVES Cologne, <http://www.moving-waves.de/>