

Eve und Ina

Wenn der Frühling auf die Tanzfläche kommt



Ende April da feiern, tanzen, lachen wir, manchmal bis in den Morgen – und irgendwie fühlt sich das genau richtig an.

Aber warum, wieso, weswegen - woher kommt das eigentlich?

Die Wurzeln liegen in einem bunten Mix aus alten Frühlingsbräuchen, heidnischen Festen und späteren christlichen Traditionen.

Besonders bekannt ist der Zusammenhang mit der Walpurgisnacht in der Nacht vom 30. April auf den 1. Mai. Klar, denn in dieser Nacht sind böse Geister, Hexen und dunkle Mächte besonders aktiv. Lärm, Feuer und ausgelassenes Feiern sollen sie vertreiben. Wie in der schwäbischen-alemannische Fasnet.

Gleichzeitig stehen wir am Übergang: Der Winter ist vorbei, die Natur erwacht und der Frühling zeigt endlich, was er kann. Super, so was muss gefeiert werden.

Noch älter sind vermutlich Frühlings- und Fruchtbarkeitsfeste, wie sie in verschiedenen europäischen Kulturen gefeiert wurden. Der Mai stand schon früh für Neubeginn, Wachstum, Liebe und Lebensfreude – also für alles, was grünt, blüht und sich entfaltet. Das Tanzfest steht also nicht nur für Party, sondern auch für ein Ritual: Man begrüßt die warme Jahreszeit mit Bewegung, Musik und Gemeinschaft.

So weit so gut, aber warum gerade „Tanz in den Mai“ und nicht „Feiern“, „Party“ oder „Spaß“ in eben diesen Wonnemonat?

Die Antwort: Tanzen ist weit mehr als nur Bewegung im Takt. Es bringt den Körper wie Spinning in Schwung, verbessert darüber hinaus aber noch Koordination und Körpergefühl. Gleichzeitig wirkt es auf die Psyche: Wer tanzt, baut Stress ab, hebt die Stimmung und erlebt oft ein Gefühl von flow-ähnlicher Leichtigkeit.

Musik, Rhythmus und Bewegung zusammen sind für die meisten Menschen darum ein echtes Glücksrezept. Dazu kommt der soziale Effekt: Gemeinsam zu tanzen verbindet. Man erlebt Nähe, Zugehörigkeit und oft auch eine besondere Form von Freiheit.

Tanzen kann also etwas, das viele andere Dinge nicht so leicht schaffen: Aktivität, Ausdruck, Gemeinschaft und Glück in einem – und alles ohne Leistungsdruck. Man muss dafür kein Profi sein. Schon ein paar Schritte, ein guter Beat und etwas Mut reichen aus, um den Kopf freizubekommen.

Genau deshalb passt der „Tanz in den Mai“ auch so gut in diese unsere spaßfreie und stressreiche Zeit. Er zeigt, wie einfach es ist und wie gut es tut, den Alltag hopsend abzuschütteln.

Deshalb tanzt und feiert mit uns: Jacke aus, Sorgen leiser, Musik lauter – und rein in den Mai.

Es grüßen euch ganz maitanzverrückt

Eve und Ina

