

Dans är konsten att få undan
fötterna så fort att föraren inte
hinner trampa på dem.

Förningen måste vara TYDLIG!

Lunds dansklubb Gåsastegets klubbtidning Gåsabladet kommer ut flera gånger per år

FRÅN REDAKTÖRENS HORISONT, TANKAR OM DANS:

Hemma igen efter en trevlig och intressant resa till Nordmakedonien och Albanien men tyvärr där blev det inte det minsta lilla danssteg.

I Tirana, Albaniens huvudstad hamnade vi en lördagkväll på en populär bar, Hemingway, det såg ut som man kan tänka sig det ser ut i Havanna. Baren hade många gäster och bra stämning, mycket bra och blandad musik, men ingen dans. Resan blev totalt utan dans. Resans dansabstinentsymtom kunde dock snabbt botas på tisdagsdansen av många trevliga och följsamma damer. Och lugnet är tillbaka när flera danstillfällen aviseras på FB och jag börjar åter kunna se dans på agendan.

Lundatrakten är nog rätt unik med ett så stort utbud och intresse av dans.



Bilder från Tirana, Hemingway bar och redaktören

En del kurser går mot sitt avslut medan nya tillkommer, idéerna och entusiasmen verkar finnas i överflöd och det är populärt bland oss som är roade av dans. Missade de närliggande tävlingarna men har kunnat glädjas åt resultaten för alla duktiga gäss på FB. Vi ses väl på höstfesten 18 november och medlemskvällen 22 november.



Funktionell magnetresonanskamera används mer och mer för att registrera rörelser i olika hjärnområden. Genom att använda starka magnetfält kan tvärsnittsbilder av hjärnan registreras hos professionella dansare, som uttrycker svåra eller enkla rörelsesekvenser. Efter hjärnregistrering av den professionella dansarens uppfattning av sina egna rörelsesekvenser används materialet även på ovana dansare. Man intresserar sig för hur den ovana dansaren uppfattar eller speglar dansarens rörelser i sin hjärna. Frågan är om det går att passivt registrera komplexa rörelsemönster och deras känslomässiga laddning, även om man inte har tillgång till de koder som den professionella dansaren har. Forskargrupper som har intresserat sig för att undersöka hur vi kan uppfatta andra människors emotioner är på god väg att kunna förklara dessa mekanismer.

Forskarna menar att vi kan träna upp vår förmåga till känslomässig avläsning genom att titta på dansrörelser som innehåller olika känslomässiga kvaliteter. Hjärnan kan lära sig att känna igen nyanser i rörelseavläsning genom att spegla olika mer eller mindre laddade känslonyanser från en dansande rörelse.

Våra tankar påverkar kroppen på samma sätt som vår kropp påverkar våra tankar. Bjuder vi in avläsning av kroppen till vårt medvetande kan vi förstärka vår medvetenhet om våra tankar. Inom dansforskningen har därför kroppsspråksavläsning börjat användas eftersom kroppen visat sig signalera förändring långt innan förändringar syns i olika biologiska systemmarkörer. Vid rörelseanalys av kroppen används en videotolkningsmetod för att få patienter att tidigt i sjukdomsförloppet lära känna och se sina subtila kroppsspråksförändringar. Inom konstnärliga terapier, däribland dansterapi, börjar även självbildsteckning att användas före och efter olika interventioner. Patienten får rita en bild av sin kropp som han eller hon känner sig just nu, före och efter en behandling, och själv tolka förändringar över tid. Vi forskare har även börjat kvantifiera dessa bilder genom att till exempel beräkna storleken på bilderna, antalet kroppsdelar i bilden och kraften med vilken man ritat bilden. Dessa bilder jämförs sedan under och efter en intervention med en kontrollgrupp som inte erhållit någon behandling. // Fortsätter i nästa blad.



Gåsalyckan aktiviteter blir bara fler och ytterligare intresserade medlemmar behövs för att hålla klubben igång. Ibland behövs städ och fixdagar där medlemmarna hjälper till att göra Gåsalyckan än trevligare och bättre. Musiken är viktig och det är trevligt om det är varierat och det finns ju så otroligt mycket olika stilar. En danslista för en tisdag bör innehålla ca 60 låtar, 2 bugg och 2 fox i olika tempo och genrer. Varför inte försöka

få till en danslista med dina favoriter som även andra kan gilla att dansa till. Prata med Jan-Erik som kan ge dig många tips från sin erfarenhet med bra musiklistor. Vill du vara med och utveckla musikbanken och även vara DJ någon gång? Kontakta:

info@gasasteget.se.

GÅSASTEGET KOMMITTÉER; Tävlings- och Tränarkommittén, Seniorkommittén, Festkommittén, Tisdagsgruppen, PR& kommunikation och Lokalkommittén.

Som medlem är du alltid välkommen att kontakta styrelsen med frågor, synpunkter på aktuell verksamhet eller om du vill bidra med någon idé som hjälper klubben att utvecklas. Alla funktionärer inom klubben arbetar ideellt.

Dansglädje

Knappast dansglädje men en bisarr berättelse som kan vara sann och passande i Halloween-tider. Text är från tidningen Historia.

EUROPEISK STORSTAD DRABBADES AV MÄRKLIG DANSMANI.

År 1518 drabbades Strasbourg av en bisarr epidemi: Hundratals stadsbor tyckte helt ha förlorat förståndet och dansade runt på gatorna som i extas. Många dansade i flera dagar tills de blödande sjönk ihop och dog.

Till en början var det ingen som lade märke till fru Troffea när hon gick ut genom ytterdörren. Hon rörde sig visserligen underligt och ”hoppande” men år 1518 var Strasbourg en stad med ett myllrande gatuliv. Så småningom började folk emellertid vända sig om. Den normalt så rediga kvinnan gick inte – hon dansade runt som i trans. Och trots julivärmen fortsatte hon bara, även sedan hennes man försökt få henne att lugna sig.



Den kände målaren Pieter Breughel d.ä. blev ögonvitne till dans manin och tecknade de här drabbade kvinnorna som förs ut ur staden med våld. © Wellcome Images

400 smittade fyllde gatorna. När fru Troffea vaknade nästa morgon steg hon genast upp och fortsatte sin vilda dans trots att hennes fötter var täckta av blåsor och öppna sår. Till en början var det några som trodde att hon uppförde sig så för att förödmjuka sin man offentligt för någonting han hade gjort. Men dansen fortsatte och fortsatte, och snart begrep alla att den utmattade och plågade kvinnan inte kunde kontrollera sina egna ben.

Efter några dagar hade ett dussintal invånare låtit sig ryckas med av dans manin. Staden började likna ett dårhus. Överallt såg man människor som hoppade och skuttade. Och de dansade inte för nöjes skull – de bad till Gud och helgonen medan de grät av smärta och i klara stunder bad sina åskådare om hjälp.

Hela staden var i uppror. Myndigheterna ville ingripa – men visste inte hur. Läkarna rekommenderade att låta de dansande fortsätta så att de kunde svettas ut ”de onda vätskorna”. Myndigheterna följde rådet, anlätade musikanter och spärrade av marknadsplatsen. Där samlades de drabbade, och till ljudet av säckpipor och trummor dansade de oavbrutet. Men det fanns ingenting som tydde på att detta hjälpte – vanvettet fortsatte att breda ut sig.

Minst 400 smittades av dansmanin i Strasbourg, och många dog av utmattning eller hjärtstillestånd. **Tusentals dansade i trans** från ort till ort och smittade andra med dansfebern.

Utbrottet av dansfeber år 1518 var varken det första eller det största. Från 1100- och 1200-talen finns beskrivningar av liknande ”epidemier”.

Krönikan talar om tusentals män och kvinnor som dansade i trans och hoppade runt, samtidigt som de skrek av smärta och bad Gud om nåd.

Utbrottet i Strasbourg år 1518 utmärker sig dock genom att det är det mest väl dokumenterade av alla; det inträffade sedan boktryckarkonsten uppfunnits och i en stad med en relativt väl utvecklad förvaltning.



Källorna omfattar läkarjournaler, predikningar, lokala krönikor och protokoll från stadens administration.

Genom århundradena har läkare och historiker presenterat olika teorier om orsaken till dansmanin. De har gissat på allt ifrån mjöldrygeförgiftning och kätterska ritualer till ett slags smittsam variant av Huntingtons sjukdom eller epilepsi.

I dag är forskarna överens om att orsaken var en masshysteri som utlöstes av synnerligen svåra levnadsvillkor och befolkningens religiösa föreställnings värld.

Kyrkans press orsakade hysterin. Åren före utbrottet år 1518 hade varit svåra för Strasbourg och landsbygden runt omkring staden.

Renässansen var inte bara en gyllene epok då konst och filosofi blomstrade vid furste hoven. För den stora majoriteten av fattiga människor var det en svår och otrygg tid. De flesta barn nådde aldrig vuxen ålder, krig och återkommande epidemierskordade många dödsorsaker, och missväxt ledde till hungersnöd.

Strasbourgborna led av flera års missväxt och skyhöga priser på spannmål. Kyrkan och klostren utnyttjade situationen och gjorde stora förtjänster på den säd som de hade krävt in från bönderna i form av tionde och andra avgifter.

Framför ögonen på de svältande bönderna rullade vagnslassen med brödsäd iväg till rikare trakter. Tusentals människor dog, och ännu fler var svårt undernärda.

Masshysteri, eller *mass psychogenic illness* som diagnosen kallas i läkarkretsar, är ett fysiskt uttryck för psykisk stress. Och på 1500-talet var det kyrkan som skapade den pressen.

Allas tankar präglades av religionen och folk uppfattade världen som ett slagfält för det goda och det onda, Gud och Satan.

Helgdagar och högtider definierade året och varje dag innehöll böner och kyrkbesök. Man kunde hoppas på den eviga saligheten efter döden, men helvetets lågor hotade alla. Mitt i kampen för överlevnad skulle man sona sina synder genom ritualer, fasta och böner.

År 1518 var invånarna i Strasbourg övertygade om att helgonet Sankt Vitus (Sankt Veit) hade sänt en förbannelse i form av dansen för att straffa dem för deras synder.

När hysterin grep dem tog de emot domen så som deras religiösa samvete bjöd: De gav sig hän i en extatisk dans – och varje nytt offer som lät sig ryckas med bekräftade åskådarnas tro på att detta var ett verk av högre makter. Epidemin var ett faktum.

Staden skickade iväg fru Troffea. I dag vet vi ingenting om vad som hände med fru Troffea. Källorna berättar bara att hon efter sex dagars dansande skickades till Sankt Veits kapell.

Myndigheterna hade gett upp försöken att få de drabbade att svettas ut danssjukan och hade i stället börjat sända dem på pilgrimsfärd till kapellet som låg en dryg dagsmarsch utanför staden. Många tillfrisknade under vandringen och i september 1518 ebbade dansmanin ut. //

Läs mer John Waller: *A Time to Dance, A Time to Die. The Extraordinary Story of the Dancing Plague of 1518*, Icon Books, 2008.



Vitus var alltså en siciliansk martyr som dog år 303 efter vår tideräkning. I Tyskland brukade man fira Sankt Vitus fest med dans framför hans staty. Den här dansen ledde senare till att den neurologiska sjukdomen Sydenhams korea fick namnet Sankt Vitus dans. Det ledde också till att Vitus anammades som skyddshelgon för dansare och för underhållare i allmänhet. Vitus sägs också skydda sina efterföljare mot blixtnedslag, djurattacker och sjusoveri. //



Håll utkik på FB gruppen och Gåsastegets hemsida:

Tips på evenemang och kurser. Följ klubbens duktiga tävlingsdansare och se trevliga bilder från event.

Ripedia s Danslista: Vi fortsätter på bokstaven I, J och K och där finns många kända danser som Isdans, Jazzdans, Jitterbugg, Jydk på Näsen, Jive, Jenka, Kadrilj, Keraus, Klassisk Balett, Köra och Körepolska.

*Dans är ett sätt för människor i alla åldrar att hålla sig i form. Utöver att det är kul har dansen också stor positiv inverkan på kroppen och knoppen. Man rör på sig, håller hjärnan i mental form och får samtidigt närhet, glädje och gemenskap med andra.
Den får dig att känna dig lycklig.*

Har du synpunkter eller något att berätta–skriv till Gåsabladet redaktor@gasasteget.se
Fortsätt dansa! Hoppas vi ses på ett dansgolv någonstans! // Thomas P.S. Har lyckan nått dig – släpp den inte!

Nu skall alla felsteg genomgås och ingen kommer att undgås.

Jag ser inget fel begås som
jag inte själv har gjort mig skyldig till.

Bra för följargåsen är ofta bra även för förargåsen.



© www.ClipartsFree.de

Halloweengås

I en förening måste alla hjälpas åt, få till en stark vi-känsla och känna sig delaktiga!

Tillsammans bygger vi vår förening, vi är många som gör lite var!