

Dans är fantastisk. Dansare är fantastiska. Den gemenskap som ibland uppstår mellan dansare under några minuters dans är helt sanslös.

Lunds dansklubb Gåsastegets klubbtidning Gåsabladet kommer ut flera gånger per år

TANKAR OM DANS. Dansen är perfekt friskvård det kan nog många instämma i. Men alla vill väl även få en trevlig kväll på dansen, men måste den bli perfekt? Hur ser då den perfekta danskvällen ut? Troligen omöjligt att svara på och man får troligen lika många svar som dansare. Det kan bero på så många olika saker; förväntningar, sinnestämning, dansare, musiken, etc.

Nedanstående tankar är hämtat från danshatten och kan ge lite eftertankar.

En perfekt kväll

Jakten på den perfekta danskvällen, spänningen, ska detta bli kvällen?

Adrenalinet pumpar, pulsen är hög och kroppen spritter av energi som snart ska användas för att fånga de danser som står högst på önskelistan. *Men är den perfekta kvällen verkligen något att jaga?*

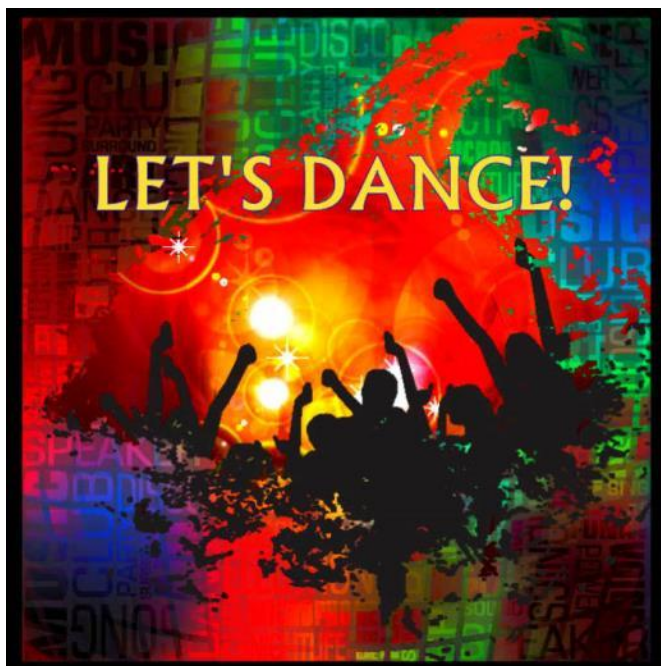


Jakten i sig skapar missnöje när du inte lyckas nå ditt mål och ju längre ifrån ditt mål du hamnar desto större misslyckande och därmed större missnöje. Ju närmre den perfekta danskvällen du kommer desto större är chansen att du inte nöjer dig med en ok danskväll. En dålig dans förstör möjligheten till en perfekt kväll. Du vet vilka du gärna har med på din lista om du ska få en perfekt kväll så jakten intensifieras och en ond cirkel har skapats.

Om du nu lyckas jaga fatt på din perfekta kväll ja då står du sedan där med någonting enormt, en fantastisk känsla i kroppen, men en kväll som du kommer att jämföra alla andra kvällar med. Och hur ska du nå dit igen? Ja, du måste jaga igen.

Är det värt det? För det finns ju ett annat sätt. Sluta jaga personer och lägg istället din glädje i dansen. Om du ser till att göra din egen dans rolig så kommer varje dans att bli lite roligare och du har själv kontroll över din dansglädje den är inte längre beroende av vem du dansar med. Blanda och dansa med en mix av bekanta och obekanta dansare. Ge dig ut utanför din komfortzon, prova nya saker och skapa glädje tillsammans med den du dansar med. På det sättet kan du få en fantastisk danskväll som inte är perfekt, för du kan inte planera den i förväg, den uppstår bara och därför går den inte att återskapa.

Fokusera på att ha roligt, inte på att nå en perfekt kväll.



Redaktören: Dansen är alltid ett perfekt sätt att träffa folk och ha roligt i en öppen och tolerant miljö.

Har du synpunkter eller har du något att berätta – skriv till Gåsabladet redaktor@gasasteget.se.

Tillsammans bygger vi vår förening, vi är många som gör lite var! "vi alla hjälps åt"