

ERHEBT EUCH BEFREIT EUCH VEREINT EUCH UND TANZT

One Billion Rising for Revolution

Weltweiter Aktionstag gegen Gewalt an Frauen und Mädchen, für Wertschätzung, Selbstbestimmung und Gerechtigkeit

One Billion Rising for Revolution ist eine internationale Kampagne, die weltweit gegen Gewalt an Frauen und Mädchen vorgeht. Gründerin ist die Autorin und Aktivistin Eve Ensler mit der Organisation „V-day“. Die Kampagne setzt sich für Gerechtigkeit ein, fordert und fördert die Gleichstellung der Geschlechter und die Selbstbestimmung und Wertschätzung von Frauen und Mädchen. Weltweit sind Männer und Frauen von Gewalt betroffen. Jede 3. Frau war bereits Opfer von Gewalt, wurde geschlagen, zu sexuellem Kontakt gezwungen oder in anderer Form misshandelt. 1 Milliarde Menschen erheben sich an dem Tag und tanzen. Berühmte Persönlichkeiten wie Jane Fonda, Robert Redford und sogar der Dalai Lama u.a. haben schon die weltweite Kampagne befürwortet.

Ziele der Aktion sind:

Gemeinsam sich zu verbünden und Stärke zu zeigen gegen Gewalt für die Sichtbarmachung, die Kraft und die Aufwertung von Weiblichkeit, Tanz und Körper

Von Edda Lorna, Kulturwissenschaftlerin, Tanztheaterpädagogin

Gewalt zu verurteilen, gemeinsam sich für Gerechtigkeit einzusetzen

- Gemeinsam zu tanzen und zu visualisieren, Verbindung zu schaffen, Schweigen zu brechen und der Realität ins Auge zu schauen: Jede 3. Frau – 1 Milliarde Frauen ist betroffen.

Scham und Schuld aufzulösen, weil Frauen nicht Schuld sind. Die Scham und Schuld tragen die Täter. Ziel ist es aus der Isolation auszubrechen, sich zu verbinden, gemeinsam gegen das Unrecht anzugehen und sich in Gemeinschaft gestärkt zu werden.

Frauen wertschätzen und respektieren - das sogenannte Weibliche aufwerten

Menschenrecht ist auch Frauenrecht.

Aufwertung der sogenannten weiblichen Anteile, wie zart, weich, empathisch, umsorgend, hingebend. Verleugnung des sogenannten weiblichen in Frauen und Männern, bewirkt eine Abspaltung seiner Selbst. Leugnung, Verurteilung des weiblichen ist Gewalt.

Wertschätzung und damit Aufwertung des weiblichen löst Gewalt bringt Freiheit und Frieden.

Erfolge von der Aktion One Billion Rising - Mut machen

Veranstaltung soll Mut machen! Nach OBR 2013 hat es vielen Frauen auf der ganzen Welt Mut gemacht, sich zu erheben. Aufstände, Gesetzesveränderungen, Täter wurden angezeigt, sich gemeinsam verbunden haben hat viel Veränderung bewirkt.

Tanz als Widerstand: Sichtbar werden und Aufwertung

Gesellschaftliche Zwänge, Traumatische Erlebnisse können den Körper stark verspannen, beschneiden und zur Erstarrung bringen.

Körperbewusstsein und Tanz können uns aus der Starre lösen.

Der Körper liebt es sich zu bewegen. Ziel ist es sich die Bewegungsfreude und Körperfreude zurück zu holen. Kinder sind uns ein gutes Vorbild, wie ungezwungen, wild und voller Lebensfreude sie sich bewegen können.

Der Tanz bringt uns zu unserem Körpergefühl zurück und damit können wir unsere Grenzen, unseren Raum und unsere Bedürfnisse spüren. Wenn wir tanzen sind wir stark. Wenn wir gemeinsam tanzen sind wir noch stärker.

Tanz ist ein uraltes Mittel der Lebenskraft, Stärke und der Verbindung schafft.

Körper wertschätzen und achten

Unser Körper hilft uns zu erkennen, was Unrecht ist. Der Körper lügt nicht, wenn er schmerzt. Unsere Verantwortung ist es auf unseren Körper zu achten, sorgsam zu schützen und Verletzungen benennen. Nur wenn eine Wunde sichtbar wird, kann sie beginnen zu heilen, kann man erkennen, was sie braucht zum Heilen, sonst eitert sie im Unbewussten. Mit Bewusstsein können wir im liebevollen,achtsamen Sein die Wunden reinigen, verbinden und Veränderung bewirken.

Der erste Schritt zur Heilung ist immer das Gesehen werden.

Wir leben in einer körperfeindlichen, körperentfremdeten Leistungsgesellschaft. Der Körper ist heilig. Wir können unseren Körper wertschätzen, lieben und schützen.

One Billion Rising for rEVOLution ist das Wort LOVE enthalten. „Körper als Heimat.“ Anna Oppermann

Auch in unserer westlichen Gesellschaft ist jede 3. Frau von Gewalt betroffen.

Ein tanzend, aufgerichteter Körper befreit sich und andere.

Lied: „Break the chain“

Das Lied: „Break the chain“ von Tena Clark wird an Valentinstag auf der ganzen Welt gespielt und darauf getanzt. In Bremen tanzen wir auch auf das Lied nach der Bremer Tanzchoreografie. Infos unter: www.edda-lorna.de

Tena Clark beschreibt in dem Liedtext sehr ausdrucksstark was für eine Bedeutung der Tanz haben kann (Ausschnitt):

*Ich habe keine Angst mehr ...
Ich gehe durch diese Tür ...*

*Ich tanze, weil ich liebe.
Ich tanze, weil ich nicht mehr weg sehen will.
Ich tanze, um das Schweigen zu brechen.
Ich tanze, um die Schreie zu stoppen.*

*Ich tanze für die Freiheit.
Ich tanze für Gerechtigkeit.
Mein Körper ist heilig und wundervoll.*

(frei übersetzt)

Kommt tanzt mit!