

# Biodanza Tagesworkshop

## Mutter Erde und unsere Ahnen



19.06.2011

10-17 Uhr

65 Euro,

Frühbucher bis 1.6.: 55 Euro

### Anmeldung und Info

Angela Raymann

Kirchbichler Strasse 12 · 83679 Sachsenkam

Tel. 08021-50 61 30 · Mobil 01 63-364 22 62

[www.biodanza-muenchen.info](http://www.biodanza-muenchen.info)

[info@biodanza-muenchen.info](mailto:info@biodanza-muenchen.info)



# Mutter Erde und unsere Ahnen

Erde Feuer Wasser Luft  
Gaia- Mutter allen Lebens  
Himmel und Erde  
Sein und Universum



## Vergangenheit und Zukunft

Die alten Völker sahen sich eingebettet in die Kraft der Natur und der wiederkehrenden Jahreszeiten. Die Rückkehr der Heiligkeit des Lebens offenbart sich in unserer Zeit mit aller Kraft - Rituale und Heilungstänze werden wieder ein wichtiger Teil unseres inneren Wachstums. Die Rückverbindung mit Mutter Erde als Kraft des Lebens, mit den Zyklen der Natur und meinen Ahnen ist die Grundlage meiner eigenen Geschichte - und hilft mir, mich selbst und meinen Ursprung zu verstehen.

Wir werden an diesem Tag mit Musik, Tanz und Ritualen eine Brücke bauen von der konkreten zur mythischen Wahrnehmung, wir werden uns mit den Elementen, mit Mutter Erde, den Himmelsrichtungen und unseren Ahnen verbinden, um so Heilungsenergie für das Universum und uns selbst zu kreieren. So lassen wir eine Vision für die Zukunft entstehen.

## Veranstaltungsort: Seminarzentrum Monika Funk-Hertlein

Klingenhofstrasse 50 c, 90411 Nürnberg  
Hauseingang ist an der Rückseite des gelben Hauses.  
Die Seminarräume befinden sich im 3. Stock.





# La Poética del encuentro!

Die Poesie der menschlichen Begegnung  
Biodanza bedeutet „Tanz des Lebens“ und ist ein System  
zur Befreiung menschlicher Potentiale mit Musik,  
Bewegungen und Begegnungen.

Der Soziologe, Anthropologe und Künstler Rolando Toro Araneda, der Biodanza in den 60er Jahren in Südamerika im Rahmen der Humanisierung psychologischer Heilungsmethoden entwickelte, stellte das unmittelbare Erleben des Lebendigen, des Seins im Hier und Jetzt in den Mittelpunkt. Ziel ist es, den Menschen den Zugang zu ihrer Kreativität, Lebensfreude und Liebesfähigkeit zu erleichtern, und sich wieder mit ihren ursprünglichen Funktionen des Lebens zu verbinden.

So werden Erlebnisse in tiefer Verbindung mit sich selbst, mit den anderen und mit dem großen Ganzen ermöglicht. Dies fördert ein ganzheitliches Empfinden in der Welt, d.h. im Leben zu stehen, mit allem verbunden zu sein, ohne aber dabei das Gefühl der eigenen Identität zu verlieren.

Diese Verbundenheit bringt einerseits Mut und Kraft, die persönliche Lebensgestaltung in die eigenen Hände zu nehmen, und andererseits die Hingabe an Ereignisse unseres Lebens, die wir nicht beeinflussen können.

Im Zentrum einer Vivencia (Erlebniseinheit) stehen das direkte Erleben von Lebensfreude, authentische Begegnungen mit anderen Tänzern, Anerkennung, kreativer Ausdruck der eigenen Empfindungen, Gruppenzusammenhalt, Entspannung und körperliches Wohlbefinden.

Im Alltag haben wir in der Regel viel zu wenig Raum für uns selbst – Biodanza hingegen bietet uns die Möglichkeit, uns selbst zu begegnen. Vitale und kreative Tänze lassen uns mit Freude in unserem Körper ankommen und uns in unserem ganzen Körper lebendig fühlen. In der ruhigen Phase der Vivencia können wir ganz mit uns sein.

Dieses Erleben wirkt vitalisierend, lindert psychosomatische Beschwerden und stärkt das Immunsystem. Langfristig wird die Eigenliebe, die Körperidentität, die Zugewandtheit zu anderen Menschen, eine Intensivierung der Naturwahrnehmung und die Genussfähigkeit und somit insgesamt die Lebensqualität gefördert.



Foto: Frank.siech@web.de

## Angela Raymann

Jahrgang 1966

Biodanzaleiterin unter Supervision,  
Aus- und Fortbildungen in verschiedenen  
Richtungen (Körperarbeit, Naturheilkunde,  
Schamanismus, Vision Quest),  
Erlebnispädagogin,  
Politologin und Redakteurin

*„Biodanza bringt mich immer wieder mehr zum  
Ursprünglichen, zu mir selbst, und zu dem,  
was ich möchte für mein Leben – und schenkt  
mir gleichzeitig Genuß, Lebensfreude und  
wunderschöne Kontakte mit anderen Menschen.  
Tanze ... fühle ... lebe!“*

