

Biodanza Tagesworkshop Mutter Erde und unsere Ahnen



09.10.2011

10-17 Uhr

65 Euro,

Frühbucher bis 15.9. 55 Euro

Anmeldeschluß 2.10.2011

Anmeldung und Info

Angela Raymann

Kirchbichler Strasse 12 · 83679 Sachsenkam

Tel. 08021-50 61 30 · Mobil 0163-364 22 62

www.biodanza-muenchen.info

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:

Doris Tanzdiele
Leberblümchenstr. 21
80995 München





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
Zertifizierte Biodanzaleiterin
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!“*

