

# SEELENTANZ



Bewegung birgt die Möglichkeit, uns in das Heim der Seele zu befördern, in die Welt in unserem Inneren, für die wir keinen Namen haben.

Bewegung erreicht unsere tiefste Natur und Tanz bringt dies auf kreative Weise zu Ausdruck.

Durch Tanz können wir Einsichten in das Mysterium unseres inneren Lebens gewinnen.

Wenn Tanz aus unserem Inneren kommt und vom Wunsch nach persönlicher Veränderung getragen wird, verfügt er eine tiefgründige Macht, Körper, Seele und Geist zu heilen.

Anna Halprin

Auch wenn sich unsere Lebensgeschichten unterscheiden, so sind wir doch im Kern als Menschen alle gleich. Ein zufriedenes Leben zu führen - daran hindern wir uns in der Regel selbst durch überholte Vorstellungen, Meinungen und Vorurteile über uns selbst und andere.

Im **SEELANTANZ** richten wir unseren Blick auf das Verbindende und auf die „guten Kräfte“ in uns.

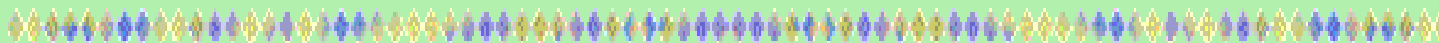
Die Sehnsucht nach Seelenfrieden, Freiheit, Unabhängigkeit und Lebensfreude begleitet uns ein Leben lang.

Das ist der Wunsch unserer Seele. Um diese Stimme wahrzunehmen, bedarf es der liebevollen und achtsamen Begegnung mit uns selbst, die im **SEELANTANZ** ihren Raum findet.

Mithilfe vielfältiger Übungen (Tanz und Bewegung, Entspannung, Gesprächen) öffnet sich eine schöpferische Dimension in uns. Wir kommen in Kontakt mit der Stimme unseres Herzens und werden uns unserer Seele wieder bewusst. Dem inneren Ruf nach Selbsterkenntnis folgend kann sich Selbstwertschätzung und ein Gefühl von Verbundenheit entfalten.

Ort: DRK Familienzentrum Oberlau  
Aulendorfer Weg 1, 48727 Billerbeck  
Zeit: 20.00 - 22.00 Uhr  
Anmeldung: Tel. 02543 - 219987 oder [info@gemeinsamwachsen.com](mailto:info@gemeinsamwachsen.com)

Gratisstunden **SEELANTANZ** zum Kennenlernen **ab Sommer 2021**



Der Einstieg ist jeweils zu Beginn eines neuen Kurses möglich. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bei Interesse an einer Kennenlernstunde bitte vorher anmelden!

Für weitergehende Fragen kann jederzeit Kontakt zu mir aufgenommen werden.

Weitere Informationen zu meiner Person und meiner Arbeit unter: [www.gemeinsamwachsen.com](http://www.gemeinsamwachsen.com)