

TANZ - AUSDRUCK - HEILUNG

Lebens-Kunst-Prozess nach ANNA HALPRIN

Die Tänzerin ANNA HALPRIN entwickelte eine Methode die über Bewegung, Tanz, Visualisierung und expressives Malen ganzheitliche Heilungsprozesse anregt.

Anna unterscheidet zwischen kurieren und heilen, kurieren geschieht auf der physischen Ebene, heilen bezieht sich auf die mentale, psychische, spirituelle Ebene und den künstlerischen Ausdruck.

Es geht in dem workshop um die Wiederentdeckung der Unbekümmertheit, Spontanität und Spielfreude im Ausdruck von Gefühlen. Leicht und spielerisch werden über den kinästhetischen Sinn, die Achtsamkeit und das Vertrauen das im geschützten Rahmen der Gruppe entsteht, die inneren Bilder geweckt. Indem wir die Bilder tanzen und malen führen sie uns zu den intuitiven Quellen der Heilung.

In dem workshop findet jede Frau ihren ureigenen heilenden Tanz.

Bitte bequeme Kleidung, dicke Wachsmalstifte und eine warme Decke mitbringen

Referentin: Gudula Steiner-Junker

„Anna war diejenige meiner Lehrerinnen die mich lehrte bei mir selbst anzukommen und meine Gefühle als Quelle von Kreativität und Heilung zu achten, in diesem Sinn gebe ich das was ich bei ihr gelernt habe weiter.“