

Trommel- und Tanzgruppe 2020 in Nals

Meditatives Tanzen lässt mich zur Ruhe kommen, innerlich und äußerlich. Tanzen heißt – leben, heißt lieben, heißt auferstehen, heißt in Einklang kommen. Tanzen ist Harmonie mit dem Weltall.

Jede Einheit wird begonnen mit Trommeln, dann tanzen wir und abschließend wird wieder getrommelt.



Die Indianertrommel. Sie wird uns zum Freund oder zur Freundin. Die Menschen früher und die Menschen anderer Kulturen hatten und haben neben einer anderen Gesellschaftsform eine ganz andere, eine erweiterte Wahrnehmung der Wirklichkeit.

Wir können über das Trommeln Botschaften empfangen. Sie sind mindestens genauso richtig und wichtig wie die Erkenntnisse der Wissenschaftler, ja mehr noch. Die Klänge der Trommel haben einen starken Einfluss auf

unser Bewußtsein. Sie können uns in einen Zustand bringen der, vereinfacht gesagt, auf der Schwelle liegt zwischen Alltagsbewußtsein und Traumbewußtsein. Trommeln, Atmen und in Kontakt gehen, das reicht schon.

Es ist eine wunderbare Kraftquelle für Menschen, die selbstbewußt und selbstbestimmt ihr Leben gestalten wollen. Eine schamanische Reise in die andere Wirklichkeit ist immer auch eine Reise in unser Unterbewußtsein, das stets sehr gut informiert ist und auf unterschiedliche Fragen Antworten geben kann. Wir nehmen jeden körperlichen Impuls, jeden körperlichen Zustand in unser Trommeln mithinein. Die Informationen die ich erhalte, können sich mir in Bildern mitteilen oder ich spüre wie sich die Information als eine Schwingung in meinem Körper ausbreitet, ohne dass ich gleich Worte dafür habe. Auszug aus dem Buch von Mariann Backa

Die Kreistänze sind locker, fröhlich, meditativ und bewegen uns äußerlich und innerlich. Sie bringen uns in die Selbstliebe. Sie halten fit, stärken das Gedächtnis und schaffen eine schöne und wohltuende Verbindung im Kreis. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Wo: Nals, St.Ulrichweg 5

Zeit: Montags, 17.00h bis 18.15h, siehe Liste der Monatsthemen

Beitrag: 15€ (bei Anmeldung für alle 12 Einheiten 160€ statt 195€)

Jeden Monat widmen wir uns einem weisen Zitat

13. Januar: Sei du selbst die Veränderung, die du dir ersehnt.

3. Februar: Oh Mensch bilde an deiner Seele mit Zartheit, Bewundere liebend die Schönheit der Welt

16. März: Ich lebe in meinen Träumen. Die anderen Leute leben auch in Träumen, aber nicht in ihren eigenen, das ist der Unterschied. Hermann Hesse

20. April: Vermittler zwischen den Welten zu sein

18. Mai: Wer kämpft kann verlieren, Wer nicht kämpft, hat schon verloren

15. Juni: Nicht an sich zu arbeiten heißt, den anderen keine Gelegenheit zu geben, eine bessere Version von uns kennenzulernen und das wäre bedauerlich. Varga von Kibét

13. Juli: Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.

10. August: Was ich bin ist gut genug, wenn ich es nur frei heraus wäre. Carl Rogers

7. September: Wer ständig glücklich sein möchte, muss sich oft verändern. Konfuzius

12. Oktober: Um dein Bedürfnis zu erfüllen, gib genau das, wovon du glaubst, dass du es brauchst. C. Spezzano

16. November: Die größte Entscheidung deines Lebens liegt darin, dass du dein Leben ändern kannst, indem du deine Geisteshaltung änderst. Albert Schweizer

14. Dezember: Wenn man etwas haben will, was man noch nie gehabt hat, so muss man etwas tun, was man noch nie getan hat. Peseschkian

Geom. Irene Mayrl, Pädagogische Leiterin für Kreistänze und Indianertrommel, Geometer und Feng Shui Beraterin

**St. Ulrichweg 5, Nals, Irene@kreistanz.it
www.kreistanz.it**

Tel. 0039 346/0840441 0471/679138