24. Mai

Neuro-Embodiment + Grenzen setzen „leicht gemacht“

Gerade uns Christen scheint es manchmal unglaublich schwer Grenzen zu setzen.

Vielleicht hast auch du dein Leben nach den wunderschönen Werten der Hingabe, Fürsorge und den 1. Blick auf das DU ausgerichtet.

Das ist wunderbar und diese Ausrichtung will ich dir auch sicher nicht nehmen. Aber falsch verstanden ist sie dann, wenn sie zu deiner Selbstaufgabe führt. Wenn du gibst, obwohl dein Becher leer ist.

Ich möchte dich an diesem Tag ermutigen, aus der Fülle zu geben. Ich werde dich ermutigen, dass Selbst-Fürsorge nichts mit Egoismus zu tun hat, sondern der 1. Auftrag, den du von Gott hast. Denn die 1. Seele die dir anvertraut ist, ist deine eigene.

Was gemeint ist, mit „gesunden“ Grenzen und was das alles mit deiner Identität zu tun hat, diesen Fragen werden wir uns an diesem Tag stellen.

WER, WIE, WAS...

Das Angebot dieser Tanztage vereint meine Leidenschaft, mein Wissen und Können: Tanz, Theologie, Therapie und Spiritualität: Bewegte Exerzitien mit den Methoden der Tanztherapie: Musik, Kreativität, Ausdruck, Bewegung und Tanz.

Es sind dafür keine Vorerfahrungen notwendig, nur die Offenheit für das jeweilige Thema und die Bereitschaft mit sich in Berührung zu kommen und zu schauen, wohin dich dein persönlicher Weg führt.

ANMELDUNG:
bis jeweils 14 Tage vor Veranstaltungstermin unter:

ausdruckstanz@gmx.at

oder über die Homepage - Kontakt

www.bewegtesinnenleben.at

KOSTEN : 95 € /Seminartag

VERANSTALTUNGSORT:

Zeit.Raum.Weng

Vorderploin, Weng 15, 5622 Goldegg

Bitte gib bei deiner Anmeldung an, wenn du eine Mitfahrgelegenheit benötigst - öffentlich nicht erreichbar!

BEWEGTES INNENLEBEN

TANZTAGE 2024/25

16. November
18. Jänner
15. März
24. Mai
in der
Vorderploin, Goldegg, Pongau

16. November 2024

Würde + Scham

Entdecke dein Würde-Ich neu, tritt durch deine Scham

Zwei ungleiche Partner, magst du im 1. Moment denken - doch nein, Würde und Scham brauchen einander.

Die Scham ist unglaublich spannende Emotion, die es wert ist, ihr mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Erst wenn wir sie in unser Bewusstsein rücken, steuert sie uns nicht mehr, hindert uns nicht und lähmt uns nicht.

Gleichzeitig aber, ist sie auch der Parameter für unser Würde-Ich, sie schützt das Kostbarste das wir haben.

Wenn du dich sehnst nach mehr Lebendigkeit, wieder neu in Berührung kommen möchtest mit dem kostbaren Gut deiner Würde, dann schenke deinem Würde - Ich deine Aufmerksamkeit an diesem Tag.

18. Jänner

Sehnsucht…

…nach mehr…

…nach dir…

Sehnsucht und Träume berühren die Lebendigkeit in uns. Nicht umsonst sagt man: „Wer nicht träumt, der ist schon tot!“

Doch schnell fesseln und begraben Angst, Trauer oder auch Scham diesen Keim des Sehnens und lassen ihn ersticken.

Zuerst also gehen wir auf die Suche nach unseren Träumen und Wünschen.

Neben all den Dingen, die in unserem Leben nicht (mehr) zu ändern sind, gehen wir also auf die Suche nach Möglichkeiten, gehen wir auf die Suche, nach dem Mut, unsere Sehnsucht ernst zu nehmen und seine Kraft in Handeln umzuwandeln. So wie Kiergegaard in „Der Augenblick“ schreibt:

‚Wenn etwas ich mir wünschen dürfte, so wünschte ich mir weder Reichtum noch Macht, sondern die Leidenschaft der Möglichkeiten.‘ Gerade uns Christen scheint es manchmal unglaublich schwer Grenzen zu setzen.

15. März

Mein Leib, Tempel des Hl. Geistes

Theologie des Leibes und Embodiment

Manchmal scheint es mir, als kämen wir, wenn wir uns mit Ganzheitlichkeit und Körperarbeit beschäftigen nicht um Esoterik herum.

Über viele Jahrhunderte haben bestimmte Philosophische Strömungen unser christliches Denken über den Körper bestimmt. In unserer heutigen Zeit ist es nicht mehr die Philosophie, sondern das Gewicht liegt auf der Ratio, Wissenschaftlichkeit und unser Fokus auf Leistung, die uns wieder dazu veranlassen, nur ja nicht auf unser „Bauchgefühl“ zu horchen.

Die Theologie des Leibes ist nicht nur in der Theologie revolutionär, sondern auch in der Betrachtung und Aufwertung des Leibes.

Dieser Tag will ein Versuch sein, die Theorie der TDL mit Erfahrung zu füllen - eine Bestärkung darin, Verstand und Herz in gleichem Maße zu „bilden“. Ein Tag der Ermutigung, mit uns in Berührung zu kommen und damit auch mit IHM, der sich durch seine Menschwerdung berühr- und erfahrbar gemacht hat. Deinem Leib als Tempel des Hl. Geistes!