



# Bewegte Tanzmeditation

Die Wüstenväter haben im 4. Jahrhundert Energien und Haltungen beschrieben, die jedem Menschen innewohnen und mit denen er umgehen muss. Später wurden sie moralisch verurteilt, Papst Gregor der Große nannte sie die sieben Todsünden. Damit wurden sie in den Körper hinein verdrängt. Dort aber hüten sie verhindernd Kreativität und Ganzheitlichkeit. In der Bewegten Tanzmeditation werden diese Energien herausgerufen, können sich im Tanz bewegen und sich damit ihrer Verwandlung öffnen. Denn nur was angenommen ist, kann auch erlöst werden. In der Regel werden nach einem Warming Up die sieben Energien in freien Bewegungen getanzt. Die dazu ausgewählten Musikstücke entsprechen deren jeweiligen Charakter. Der Abend schließt mit einer Ruhephase.

## **Bitte nicht-beengende Kleidung tragen und eine Liegematte mitbringen!**

- Zeit:** 7 Abende, 19.30 – 21.30 Uhr, 21.11., 5.12., 12.12.18, 9.1., 23.1., 6.2., 20.2.19. Die Abende können auch einzeln besucht werden.
- Ort:** Kath. Pfarrheim St. Peter und Paul, Pfarrstr. 12., Olching
- außer 12.12.:** Kath. Pfarrheim St. Elisabeth, Schloßstr. 10, Olching-Esting
- Leitung:** Wolfgang Baldes, Diakon im Pfarrverband Esting-Olching, Student bei EZETTERA, München
- Eintritt:** 3 Euro pro Abend