

Uschi Strobel



Im Jahr 2009 gab es in meinem Leben einen Impuls, der mich in den Kreis holte und mich auf die Entdeckungsreise mit der *Meditation des Tanzes*

schickte. Musik ganz unterschiedlicher Art - klassisch und modern, oder auch Folklore - bringt uns in Bewegung, im Außen wie im Innen. Einfache Schrittfolgen oder komplexe Choreographien, mit oder ohne Gebärden, fordern an ganz unterschiedlichen Stellen heraus, laden dazu ein, ganz im Hier und Jetzt zu sein. Die Gemeinschaft im Kreis gibt Geborgenheit und Halt. In Verbindung mit den uralten Symbolen der Menschheit, wie z.B. Kreis und Kreuz, wird eine Ganzheit erfahrbar, die berührt und begeistert.

Dozentin für Meditation des Tanzes, Ausbildung am *Institut Meditation des Tanzes – Sacred Dance – Friedel Kloke-Eibl* 2010 – 2012, Aufbaustudium 2018/2019

Uschi Strobel

Brombachstraße 9, 79618 Rheinfelden, 07623 79 75 63
uschi_strobel@web.de

*Die Blumen des Frühlings,
sind die Träume
des Winters*
Khalil Gibran

Meditation des Tanzes

Tanztag

mit

Uschi Strobel

14. März 2020

Vaihingen / Enz

Ort	Kirchgemeindehaus St. Antonius Heiligkreuzstraße 45, 71665 Vaihingen
Zeit	10.30 – 17.00 Uhr
Kosten	€ 45.- bis 65.- (Selbsteinstufung)
Essen	für das gemeinsame Mittagsbuffet bitte eine Kleinigkeit zum Teilen beitragen. Geschirr und Besteck ist vorhanden, wir können die Küche nutzen.
Anmeldung	bis 7 Tage vorher bei Delia Heinrich 07042 370 12 26 delia_heinrich@web.de
Anreise	Die Kath. Kirche St. Antonius ist vom Bahnhof Vaihingen ca. 2 Kilometer entfernt (mit Buslinie 579 bis Haltestelle Stadtbahnhof , von dort ca. 3 Minuten zu Fuß). Eventuell könnte auch eine Mitfahr- gelegenheit organisiert werden.

Meditation des Tanzes – Sacred Dance

Die Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens ist auch die Antwort auf die Frage nach den Gesetzen der Welt, die auf allen Ebenen in Kreisbahnen verläuft. *Bernhard Wosien*

Grundlage der Meditation des Tanzes ist ein ständiges Ausrichten auf das Wesentliche. Der Tanz ist Mittel – Mittler auf dem Weg zur Selbsterkenntnis, nicht Zweck – nicht Ziel.

Die Meditation des Tanzes weist auf eine geistige Zielsetzung hin und erschließt die religiöse Dimension des Tanzes. Sie ermöglicht den Tanzenden einen allmählichen Einstieg in die Stille, in die eigentliche Sammlung im Geist, so dass der Tanz im Einklang mit der Musik zum Gebet wird. Die Symbolik der Choreographien ist auch in der Struktur der zum Tanz erklingenden Musik wiederzufinden, in Takt, Rhythmus, in großer und kleiner Form.

Tanz sensibilisiert für Schönheit, Form, Ordnung in Raum und Zeit. Man erreicht eine Steigerung der Erlebnisfähigkeit und lernt, musikalische Prozesse (Zeitdimension) umzusetzen in Bewegungsabläufe (Raumdimension). *Friedel Kloke-Eibl*