



Biodanza und Schamanismus

Free as a bird...

Die vier Tiere in Biodanza

Die vier Tiere in Biodanza sind archetypische Bilder. Sie stehen für die Verbindung zu unseren Instinkten. Sie haben ihren ganz besonderen Ausdruck und einen deutlichen existenziellen Bezug. Die Tiere besitzen bestimmte Qualitäten, denen wir uns über Bewegung, Ausdruck und Verinnerlichung nähern können.

Spielerisch und trotzdem intensiv bieten die vier Tiere eine Möglichkeit, ganz unterschiedliche Facetten unserer Persönlichkeit neu zu entdecken.

Vier Sonntage in diesem Jahr sind jeweils einem der vier Tiere intensiv gewidmet.

Gut ist es, alle 4 Tiere zu tanzen, um ein Gleichgewicht der Kräfte in uns zu erreichen und Unterschiedlichkeit zu erleben.

Die anderen Termine und ausführlichere Informationen findest du [hier](#)

Der Reiher ist verbunden mit dem Wunsch nach Weite, Freiheit, der Suche nach neuen existenziellen Horizonten und mit der Offenheit für die dazu manchmal notwendige Veränderung.

Die Welt stellt sich im Tanz mit dem Reiher als ein Raum voller unendlicher Möglichkeiten dar, in dem wir eingeladen sind, unsere Flügel auszubreiten und zu fliegen. Idee und Vorstellungskraft, Vision, dazu Anmut und Leichtigkeit... das ist Bild des Phönix, der sich aus der Asche erhebt und immer wieder neu geboren wird. Dabei ist der Reiher zutiefst mit dem Leben verbunden. Sein Tänze unterstützen uns darin, Kreativität im Alltag auf unsere eigene Weise zu leben, das Leben nach unserer eigenen Vorstellung zu gestalten und auf heilsame Art zu verändern. Mit Humor, Witz und Lachen ebenso, wie mit den Fähigkeiten zu träumen, uns hinzugeben und der Kraft der Transformation zu vertrauen. Wir reisen an diesem Tag auf den Flügeln unserer Fantasie und entdecken die Leichtigkeit neu...

Der Reiher
So. 20. November 2016
11– 14 Uhr
Dein Raum, Köln– Poll

[Kosten](#)

[HIER ZUR ANMELDUNG](#)

