

# TRANSITION

29. Dezember 2023  
bis 1. Januar 2024  
im Jurtendorf Luthernbad  
mit Anja Gysin



MEDIZINTÄNZERIN

Anja Gysin

# TRANSITION

**Freitag, 29. Dezember 2023  
bis Montag, 1. Januar 2024**

**im Jurtendorf Luthernbad  
mit Anja Gysin**

*«Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.  
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
In andre, neue Bindungen zu geben.  
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.»*

*Aus Stufen von Hermann Hesse*

Übergänge ereignen sich in jeder Sekunde in deinem Körper: von Zelle zu Zelle, von Nerven zu Muskeln, aus Nahrung wird Energie und aus Sauerstoff CO<sub>2</sub>. Ebenso wechselst du als Person verschiedene Zustände: erwachst aus dem Schlaf, verlässt das Reich der Träume und dein Bett, raus aus dem Pyjama, hinein in den Alltag und die Kleider, Frühstück, Zähneputzen und raus aus dem Haus in den neuen Tag, an die frische Luft. Übergänge stecken voller Potential und sind Momente der Kreativität.

Grafik: Nora Althaus

Wo gehe ich hin? Was lasse ich hinter mir? Wo sage ich ja – wo nein? Was nehme ich auf und integriere es in mein Leben und mein System – was nicht? An solchen Entscheidungen zeigt sich die Beziehung zu mir selbst und zum Reichtum des Lebens. Ein Übergang ist eine Einladung, bewusst einen Schritt in den nächsten Lebensabschnitt zu machen und sei er noch so klein. Als Gruppe wollen wir zusammen den Fokus setzen, solche Momente wahrzunehmen und anzunehmen und diese in einem rituellen Rahmen zu gestalten. Auf diesem Weg verdichten wir gemeinsam unsere Transformationsmöglichkeiten. In der heilsamen und kraftvollen Umgebung des Jurtendorfs findest du winterliche Ruhe und Geborgenheit. Eingebettet in eine wohlwollende Gruppe, begegnest du dir und anderen in Bewegung, Tanz und achtsamer Berührung.

**Wo** Jurtendorf Luthernbad: [www.jurtendorf.ch](http://www.jurtendorf.ch)

**Wann** Fr, 29. Dez. 2023, 18 Uhr bis Mo, 1. Jan. 2024, 15 Uhr

**Einladung** Handy und Laptop ausschalten

**Kosten** Frühbucher\*innen (einbezahlt bis 30. Sept. 23) CHF 360.–  
Normalpreis CHF 390.–  
Übernachtung inkl. Essen in Gruppenjurte CHF 270.–  
In Einzel- oder Zweierjurte mit Aufpreis

Weitere Infos: [www.medizintaenzerin.ch](http://www.medizintaenzerin.ch) / 077 488 08 79



**Anja Gysin**

Tänzerin, Choreographin,  
Bewegungspädagogin und -therapeutin,  
Open Floor Movement Practice Lehrerin,  
Body-Mind Centering® (i.A.)