

*«Alles, was wir für uns selbst tun, tun wir auch für andere,
und alles, was wir für andere tun, tun wir auch für uns selbst.»*

Thich Nhat Hanh

BERÜHRT
durch das Jahr



MEDIZINTÄNZERIN
Anja Gysin

BERÜHRT durch das Jahr

«Die Natur ist unser heiliges Buch. Jedes Blatt eines Baumes ist eine Seite davon, die uns die grossen einfachen Wahrheiten erzählt.»

Nach Hazrat Inayat Khan

Das Interbeing oder Intersein ist die Wahrnehmung aus der Achtsamkeitslehre, welche uns hilft, mit anderen Menschen und mit unserer Umwelt in Kontakt zu sein. Wir sind Teil der Natur und gehören damit zu einem riesigen Netzwerk von Leben und Lebendigkeit. Jeder Gegenstand und jedes Lebewesen existiert nicht isoliert für sich, sondern ist mit allen anderen verbunden und ist selbst in jedem anderen Teil enthalten.

Über die Dauer eines Jahres werden wir uns Zeit nehmen, einem ausgewählten Baum zu begegnen und mit diesem einzigartigen Lebewesen mit allen Sinnen in eine tiefe Beziehung zu treten.

Bei unserem ersten Zusammenkommen wirst du dich in einem Ritual von (d)einem Baum wählen und daraufhin leiten lassen. In weiteren Treffen versammeln wir uns zuerst am Feuer und verbinden uns in einer gemeinsamen Körperreise miteinander. In diesem sinnlichen Zustand gehen wir zu unserem jeweiligen Baum. Dort lassen wir uns bewusst Zeit zum Berühren, Fühlen, Lauschen und Bewegen und treten in immer intensiveren

Grafik: Nora Althaus

Kontakt zu unserer Pflanze, die uns beschenkt und führt, sobald wir uns für sie öffnen: Deine innere Natur tritt mit der äusseren Natur in Kontakt, dein Körper mit dem Baumkörper, deine Seele mit der Baumseele. Mit einem gemeinsamen Kreis ums Feuer runden wir jeweils den Nachmittag ab.

Wir nutzen die Interbeing-Kraft von Body-Mind Centering®. Basierend auf anatomisch-physiologischen Zusammenhängen im Einklang mit der embryologischen und frühkindlichen Bewegungsentwicklung. Durch Berührung, innere Bilder (somatisation) und besondere Bewegungsprinzipien werden einzelne Körpersysteme erforscht und in ihren einzigartigen Qualitäten erfahren und vernetzt (u.a. Skelett, Muskulatur, Organe, Nerven, Faszien).

Daten	28.10.2023 Baumwahl-Ritual / 25.11. / 23.12.2023 20.1. / 17.2. / 23.3. / 27.4. / 25.5. / 22.6. / 13.7. / 17.8.2024 / 21.9.2024 Abrundung
Zeit	Jeweils 14.30 bis 17.00 Uhr
Ort	Beim Musterplatz / Wald, Langenthal
Kosten	Richtpreis für 12 Samstage CHF 720.–

Weitere Infos: www.medizintaenzerin.ch / 077 488 08 79



Leitung: Anja Gysin

Somatic Movement Educator
in Body-Mind Centering®,
Open Floor Movement Practice Lehrerin,
Bewegungspädagogin und -therapeutin,
Tänzerin und Choreographin