

Herzliche Einladung zu



Tanzen im Kreis
mit leicht erlernbaren Bewegungen

Singen
einfacher Melodien und Mantren

Zusammenkommen in Achtsamkeit
mit den Tänzen des Universellen Friedens

Entspannten Atem,
tiefe Freude,
friedvolles Miteinander,
offene Begegnung,
Herzöffnung
für innere und äußere Heilung
und
Stille erfahren

Leitung: Christina Mohr-Ditges
Tanzleiterin Ndl Dipl.Psych. und Psychotherapeutin
seit über 20 Jahren verbunden mit den
Friedenstänzen

donnerstags abends 20 - 21.30 Uhr
Teilnahme auch an einzelnen Abenden möglich

Ort:

Gemeindehaus der Friedenskirche
Margarethenstr. 20
41061 Mönchengladbach

Information und Anmeldung:

Christina Mohr-Ditges:
Tel.: 02166 187410
christina.mohr-ditges@web.de

Die **Friedenstänze** sind eine Sammlung von Gesängen, Tänzen und Gebeten aus den verschiedenen Traditionen und Religionen unserer Erde, aus Juden- und Christentum, dem Buddhismus, Hinduismus, Islam und Sufismus, den Naturreligionen und der Tradition der Großen Mutter, also aus den verschiedenen geistigen Traditionen der Welt.

Sie lassen uns in den Fußspuren der eigenen und der fremden Traditionen einige Schritte gehen und erschaffen eine Öffnung des Herzens zu uns selbst und anderen.

Wohltuend, entspannend, unsere inneren Heilkräfte fördernd und stärkend führen sie uns in tiefes Mitgefühl und Freude.

Sie sind ein aktiver Beitrag zu persönlicher Friedensarbeit mit uns selbst und in unseren Gemeinschaften.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.

Auf einfache Weise führe ich in die Lieder und Tänze.

Termine 2019:

Bis zur Sommerpause:

09.05. 06.06. 18.07.

September bis Weihnachten:

05. und 26.09.

10. und 24.10.

07. und 21.11

05. und 19.12.