



Wir möchten Euch mitnehmen in das heilende Feld von Kontemplation und Meditation des Tanzes, um diese mystischen Wege zu durchdringen und heilende Erfahrungen zu kultivieren.



Heidi Schoppenhorst  
Fachärztin Psychosomatische Medizin u. Psychotherapie  
Ärztin/Naturheilverfahren/Akupunktur/Palliativmedizin  
Sonnenstr.18  
97292 Holzkirchen  
Tel.:09369 981 7114

Kurs Nr. 13 SO01 (b. Buchung vermerken)  
Anmeldung unter  
[kurse@benediktushof-holzkirchen.de](mailto:kurse@benediktushof-holzkirchen.de) nachr. an  
[schoppenhorst@t-online.de](mailto:schoppenhorst@t-online.de)

Den Kursbeitrag überweisen Sie bitte an:  
Heidi Schoppenhorst  
Raiffeisenbank Borken BLZ 520 613 03  
Konto-Nr. 30 32 50 458

Nach Zahlungseingang ist Ihre Anmeldung verbindlich. Stornierungen bis 4 Wochen vor Kursbeginn 20 Euro.

## Kontemplation und Meditation des Tanzes

Ein Seminar in Stille und Bewegung  
am Benediktushof  
in Holzkirchen

vom 01. - 04. November 2013

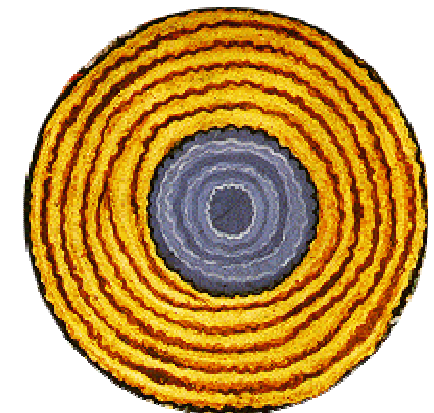
mit **Friedel Kloke - Eibl**

(Leiterin des Ausbildungsinstituts Meditation des Tanzes und Gründerin  
des Fachverbands MdT - Sacred Dance und der Zeitschrift Balance)

und **Heidi Schoppenhorst**

(Ärztin in eigener Praxis -Kontemplationslehrerin der Linie „Wolke des  
Nichtwissens“ - Diplom-Tanz Dozentin des Ausbildungsinstituts  
Meditation des Tanzes –Sacred Dance)

zum Thema:  
Quell des Seins...



## Der Kursinhalt:

Wir werden im Geist achtsamen Verweilens, den Augenblick erfahren, das Verweilen üben und Übergänge in die Meditation des Tanzes durch „Ertanzungen“ in ihrer Wirksamkeit für die oder den Eine(n) kennenlernen.

Die Tür zum Wesentlichen zum Unbenennbaren in die verborgene Gegenwart dessen was wir Gott oder „jenseits von Gott“ nennen, kann erfahrbar werden.

Kursgebühr: 245,- €

Wir beginnen am Freitag 16.30 Uhr und enden am Montag nach dem Mittagessen.

Zu zahlen sind die üblichen Preise für Unterkunft mit Vollverpflegung von

€ 67,- Einzelzimmer mit Dusche u.Toilette

€ 58,- Doppelzimmer

€ 39,- Mehrbettzimmer

Für das Zendo fallen insgesamt 39,- € pro Person an Raumkosten an.

## Kontemplation und Meditation des Tanzes

*Eine ganzheitliche Annäherungserfahrung für Menschen auf dem Weg - Worum geht es?*

In der Kontemplation nach Willigis Jäger geht es um eine Erfahrung jenseits des verstandesmäßigen Begreifens.

Das Wort meint also keine Meditation über einen Inhalt, Gegenstand oder Symbol, sondern es geht um die Erfahrung des Seinsgrundes, der nondualen Wirklichkeit, die als die eine wahre Natur aller Wesen erfahren wird.

Er spricht auch vom „schauen ins nackte Sein“. Übungseinheiten in stillem Verweilen können den Bereich der nie versiegenden Quelle aus der alle Formen aufsteigen und wieder vergehen erlebbar machen.

„Wer in diese Erfahrung gelangt, erfährt sich als Einheit, Verbundenheit und Liebe“ so die Aussage von Willigis Jäger in seinem Buch Jenseits von Gott 2012.

Die Meditation des Tanzes - Sacred Dance geht zurück auf den Ballettmeister und Choreografen Prof. B. Wosien. Mehrfach besuchte er Findhorn, eine spirituelle Gemeinschaft in Schottland.

„Aus dem Schweigen des attunement (der Einstimmung) entstand in meinem Herzen die Idee der „Meditation des Tanzes“ als eines Schreitens in die Stille und eines bewegenden Einstiegs in die Meditation.“ B. Wosien.

Er erarbeitete die Meditation des Tanzes u.a. zusammen mit *Friedel Kloke -Eibl*, die nach seinem Tod seine Arbeit fortsetzt und inzwischen einen eigenen Stil, eine eigene künstlerische Gestaltung erschuf.

Es handelt sich um einen in Stufen verlaufenden Einweihungsweg, dessen Basis die Meditation des Kreuzes „die meditation en croix“ ist.

In ihm scheint der tiefenpsychologische Hintergrund, der Symbol u. Bildersprache C.G. Jung's in der Form von Urbildern der Seele aufzusteigen und Individuation zu fördern.

Die sich Bewegenden kommen mit ihren Lebensthemen in der Spannung zwischen Geburt, Tod und dem „Darüber hinaus“ in Berührung und können Schwellensituationen üben. Klare Strukturen im Aufbau der Schrittfolgen regen Konzentration und achtsames Verweilen an.

Rhythmusgefühl und innere Balance sowie Harmonie können sich entwickeln. Die überwiegend klassischen Musiken inspirieren und wirken auf alle Körperebenen harmonisierend. Der Körper wird in seinem Empfindungsbewusstsein geschult und wie ein Instrument gestimmt.

Blockierte Energien kommen ins fließen. Demut und Dankbarkeit für das augenblicklich Erfahrbare können aufsteigen und in eine Einheitserfahrung münden.

Damit bewirkt die Meditation des Tanzes als mystischer Körperweg in Stille und Bewegung ein Durchlässig werden für die Liebe dessen, was wir Gott nennen, für ein gemeinschaftliches Miteinander, welches erlöst.