

# Wenn deine Seele tanzt und singt.

Wenn der Tanz beginnt, ist da nur der Tanz  
und kein Tänzer und keine Tänzerin mehr.

*Aus den Upanishaden*

**Eine schamanisch inspirierte  
Reise zum Wesen der Freude  
nach Sardinien.**

**1. – 7. Oktober 2017**

**Eine Seminarwoche  
mit wunderschönen Ausflügen  
zu archaischen Kraftplätzen.**

**Eine Reise für Frauen**

**mit Gina Jelala Gohl.**

ERDE und WASSER,

FEUER und LUFT

Diese schamanisch inspirierte Reise führt uns in die Begegnung mit den Elementen und über freie Bewegung und Tanz in ekstatische heilsame Erfahrungen des Trancetanzes. Wenn wir die meist übermächtige Kontrolle des Kopfes zugunsten des Ankommens im Sein lösen und uns mehr der körperlichen Erfahrung hingeben können, finden wir das Spüren und zur lauschenden Stimme des Herzens. Über freies Tönen und Chanten werden wir uns präsenter in die Welt und ins Leben singen. Naturmeditationen und Rituale an Kraftplätzen helfen, dich mit den elementaren Kräften der Natur zu verbinden. Wir erleben Erde, Wasser, Feuer und Luft um uns, aber auch in uns und auf natürliche Weise werden wir eins mit den Kräften der Natur.

## Tanz und Stimme

sind die ursprünglichsten Ausdrucksformen des Menschen.

Aus der Tiefe deines Seins, aus der Stille geboren sind sie Ausdruck deiner Seele und Emotion und Mittel der Kommunikation, wenn die Sprache längst ihre Grenze gefunden hat.



An dieser Grenze reisen wir entlang und spielen mit freier Bewegung und Stimme in und mit der Natur. Wir erleben die Kraft der Elemente hautnah, werden eins mit ihnen, werden selbst Natur und natürlich und feiern die Schönheit und das Lebens. Ankommen im Sein, Präsenz im hier und jetzt.

## Das Wesen der Freude

Reine Freude ist die Essenz deiner Seele und daher spiritueller Natur. Sie ist ein inneres Phänomen und hat wenig zu tun mit Vergnügen oder dem Außen und den Anderen. Sie entspringt deinem inneren Quell, wenn du selbst den Kern deines innersten Wesens berührst. Freude, Zufriedenheit und Glück empfangen und empfinden zu können, bedeutet nicht ein Leben ohne Probleme, Konflikte und Herausforderungen. Wenn wir sie als Projekte des inneren Wachsens und Reifens, als Baustellen unseres Lebens annehmen können, kommen wir bei uns selber an und werden mehr und mehr fähig, die äußere Realität in unserem Innen schöpferisch mit zu gestalten. Auf diese Entdeckungsreise zum Quell deines Seins wollen wir uns begeben und Freude und Schönheit bewusster ins Leben einladen.

### **Datum: 1. – 7. Oktober 2017**

mit Beginn am Sonntag auf Abend mit einem gemeinsamen Abendessen, Anreise ist Samstag und Sonntag möglich oder mit Urlaubsverlängerung früher. Seminarende ist am Samstag nach dem Frühstück, deine Abreise ab Samstag oder Sonntag oder bei Urlaubsverlängerung auch später.

### **Veranstaltungsort ist ein kleines Sufi Zentrum an der Costa Smeralda: [www.calajami.eu](http://www.calajami.eu)**

Die Seminarwoche ist eine ausgewogene Mischung von innerer und äußerer Reise, kombiniert mit Ausflügen zu archäologischen Stätten und Kraftplätzen: Gigantengrab und Nuraghe, das kleine Bergheiligtum Malchittu, eine Wanderung am Capo Testa bei schönem Wetter und natürlich das Meer, gutes Essen und ein Cappuchino am Hafen von Cannigione. Zielflughafen ist Olbia oder Alghero, hier allerdings mit Weiterreise mit Bahn und Bus.

**Kursgebühr:** 350.- € / 300.- € ermäßigt für Mitglieder des Sufiordens und Sufi Earth Spirit e.V.



**Gina Jelala Gohl**, Biodynamische Körper, Tanz- und Traumatherapeutin in Verbindung mit schamanisch-energetischer Heilweise, arbeitet seit über 22 Jahren in freier Praxis mit Einzelarbeit und über ihr eigenes Seminarprogramm **IMPULS & CONTINUUM** mittels Seminaren, Weiterbildungen und Reisen am Thema Heilung, Transformation und Wandlung und an der Entfaltung einer sinnlichen Spiritualität. Schamanismus ist darin für sie die natürliche Rückbindung des Menschen an die Kräfte der Natur, an das Lebendige und die göttliche

Präsenz in allem was lebt an Mutter Erde und die Medizin der Erde.

[www.impulsundcontinuum.de](http://www.impulsundcontinuum.de) / [Mailto: gina-gohl@web.de](mailto:gina-gohl@web.de)





Je mehr der Mensch in der Natur lebt, desto mehr wird er eins mit ihr.

Dadurch steigen seine natürlichen Anlagen – sie heißen Natürlichkeit, Wahrheit, Güte – immer stärker in ihm auf und verwandeln sein Leben gleichsam in einen Traum, in einen Gesang, in ein Gedicht.

Hazrat Inayat Khan

## Sardinien

nach Sizilien zweitgrößte Insel im Mittelmeer - ist eine wunderschöne Insel, mit einer Aura von starker Kraft, tiefer Ruhe und einem Flair von Zeitlosigkeit. Hier kann man einfach ankommen, zur Ruhe kommen, wohl sein und auftanken. Ihre Energie befriedet, wirkt heilsam und entschleunigt.

Auf Sardinien finden wir zahlreiche Kultstätten, Zeugen alter vergangener Kulturen: Nuraghen (Rundtürme), Muttergöttinnen - Statuen, heilige Quellen mit Brunnentempeln, *Domus de Janas*, sogenannte Feen-Häuser, in den Fels gehauene uralte Höhlen und *Tombe dei Giganti* – *Gigantengräber* - Kraftplätze, zu denen die Sarden nach wie vor pilgern, um sich von physischen und psychischen Problemen heilen zu lassen.



Am Donnerstag 5. Oktober feiern wir ein Vollmondritual, bei schönem Wetter natürlich noch am Strand.

