



Vivencia – Tanzeinheit – geplant für den 28.03.2020 17:00 Uhr (aber zu jedem Zeitpunkt möglich)

Ihr Lieben hier in dieser Runde. Wir sehen uns nicht in physischer Gestalt. ABER wenn wir an uns denken, sind wir alle vereint und können uns wahr nehmen.

So haben wir eine große Runde von Lebenstänzer/innen, die sich zur Freude der Welt, der Erde, der Menschheit und auch unserer, natürlich, zusammengefunden hat. DANKE für euer DASEIN und So Sein wie ihr seid und unseren gemeinsamen Tanz.

.....

Ich habe das Wort „corona“ gegoogelt und so schöne Bedeutungen gefunden ☺ Nichts was uns verunsichern sollte ☺ was auch immer jetzt im Außen dazu abläuft.

Ko|ro|na (f.; -, -ro|nen)

- 1 - Strahlenkranz der Sonne
- 2 - Glimmentladung an elektr. Hochspannungsanlagen
- 3 (umg.) Teilnehmerkreis, Zuhörerschaft, fröhliche Runde
[<lat. corona »Kranz«]

Der Begriff Corona kommt aus dem Lateinischen und *bedeutet* Kranz oder Krone.

Na dann

Lasst uns aus unserer Mitte heraus strahlen. Strahlen mit dem Licht des Herzens und der Freude, die in uns lebt egal wie turbulent es draußen erscheinen mag mit den Füßen ganz verbunden mit unserer geliebten Erde, ganz in uns und ganz bei uns.

Lasst die Sonne scheinen, der Frühling weiß nicht, dass er Angst bekommen soll. So hat er auch keine sich zu zeigen. Sei wie der Frühling und erwache. Pflege deinen inneren Samen mit Liebe, gutem Essen, Streicheleinheiten für die Seele und die Angstentladung wird gelingen ☺ (wenigstens für eine gewisse Zeit) Tanze dich frei.

Auf zur fröhlichen Runde in unserem Teilnehmerkreis. Krone auf und Herz erstrahlen lassen ☺

Die Playliste müsstest du hier finden

<https://www.youtube.com/watch?v=W9QqbCgj9zU&list=PLm3jjqSLzook4lomYHS56u9C7drEXP6vw>

Ansonsten findest du die einzelnen Link`s in der Tabelle

Viel Freude wünsche ich euch

1	Ankommen	https://www.youtube.com/watch?v=W9QqbCgj9zU Stefan Gwildis & Band - Spiel das Lied in Dir	Finde einen schönen Platz in deinem Raum. Nimm dir deine Zeit zum Ankommen in dir. Fühle deine Füße auf dem Boden, verbinde dich ganz bewußt mit der Qualität der Erde. Atme tief hinein in deinen Körper und fange an dich zu bewegen. <i>Stell die Musik so laut du kannst!</i>
---	----------	---	--

2	Tanzen / Gehen / Tanzen	https://www.youtube.com/watch?v=1ublll0iySq Bobby Crush - Happy Heart	Ein glückliches Herz, ist ein starkes Herz. Tanze aus deinem Herzsimpuls. Überlasse deinem Körper die Bewegung aus dir heraus. Lass dein Herz freudig mit dir tanzen.... <i>Verbinde dich im Geiste immer wieder mit allen Lebenstänzer/innen</i>
3	Freuden- Tanz der Zellen	https://www.youtube.com/watch?v=nLNnoaSQkVY Jede Zelle meines Körpers ist glücklich	Jetzt wollen wir jede Zelle unsere Körpers beglücken, besingen / betanzen. Beleben wir unsere so wunderschönen Zellen unseres Körpers. Das gibt eine Immunkraft für 100Jahre☺ Und ich lade euch ein, dass richtig kitschig und albern zu finden ☺ dann ist es noch mit schallendem heilenden Lachen verbunden. Oberste Heil-Immunkraft ☺ Also los geht's ... Jede Zelle meines Körpers ist glücklich
4	Verrückt sein / schütteln	https://www.youtube.com/watch?v=24zucq794no Gabrielle Roth - Chaos	Und glückliche Zellen können mit Leichtigkeit allen chaotischen Kram abschütteln. Was es auch immer für dich gerade bedeutet. Schütteln ist erden und freigeben von angestauter Energie, die Schwere erzeugt. Lass die glücklichen Zellen sich schütteln und sich in Freude entladen ...
5	Träume / Bewege/ Tanze in Stille	https://www.youtube.com/watch?v=1tqKelQQbFM Max Raabe – Der perfekte Moment oder https://www.youtube.com/watch?v=nOqYiT5zhm4 Seom - Achtsamkeit	Nun können wir anfangen neu zu sortieren, nach Chaos folgt immer neusortieren ABER Laaaannnggggsaaaam ☺ seeeehr langsam ... Denn Zeit wird uns jetzt ja eh viel geschenkt ☺nutzen wir sie .. Der perfekte Moment es sich gut gehen zu lassen und zu träumen. Liebe dich im Ausruhen. Der perfekte Moment ist jetzt! Entspanne dich hinein. Aber auch Achtsamkeit für uns und alle anderen Wir sind die auf die wir warten schau wir was in uns alles lebt
6	Erdenke deine neue Welt	https://www.youtube.com/watch?v=2lqp5EZ32U Seom – neue Welt oder https://www.youtube.com/watch?v=pZ7HyHKkuul Berge – Wir sind frei	Aus diesem Perfekten, entspannten Moment können wir eine wunderschöne neue Welt für uns, für dich, für mich, für uns und eine neue Welt kreieren. Erdenke deine superschöne neue Welt und speise sie damit in das kollektive Feld ein. Male sie wie als Kind unbefangen und frei. Viel Freude wünsche ich dir dabei. Träume dein Leben – es kann wahr werden ... Gedanken sind frei und sehr machtvoll ...
7	Tanzende Freude in die Welt hinaus	https://www.youtube.com/watch?v=5JqBrEis Sheryl Crow – Love is Free	Mit Freude sende hinaus. Nimm den kompletten Raum ein, den du jetzt zur Verfügung hast und bringe alles hinaus in die Welt. Schicke deine Vision Rund um die Erde. So dass jeder hört und spürt: Du bist dabei, nimmst dein Teil wahr in einer neuen Welt. Liebe ist frei Ein JA zu Dir zu mir zu uns. Hier bin ich, ich bin dabei. JA

8	Willst du noch einen drauf setzen?	https://www.youtube.com/watch?v=QL3AWxwqt3o Henning Wehland – Tanz um dein Leben	Willst du noch einen drauf setzen? Also dann alle noch einmal zusammen.... Die ganze Welt tanzt für unser neues Leben ☺ Lasst uns Lebensfreude ins Feld schicken ☺
---	------------------------------------	--	--

DANKE DANKE DANKE

Ich liebe euch ☺

Von Herzen Marlis

Tanzen wir für mehr Lebensfreude in dieser Umbruchszeit ☺ wir gehen tollen Zeiten entgegen. Füllen wir sie mit schönen Impulsen ☺

Silke Schäfer hat die Qualitäten der nächsten Jahre sehr schön in einen Vortrag verpackt. Ich finde: Ja, sehr turbulent aber sehr hoffnungsvoll. Lasst uns mitwirken auf unsere ganz spezielle Weise.

<https://www.youtube.com/watch?v=oYof08XLIYs> Teil 1/2

<https://www.youtube.com/watch?v=ebyfKddUSM> Teil 2/2