

## **2018 Peergroup Tanz-Abende (immer sehr fein, gute Atmosphäre, gut besucht)**

Sonntag, 14. Jänner Simone wird uns musikalisch unterstützen.

Zeit: 19:00 (Einlass 18:45, Türen werden um 19:15 geschlossen!), voraussichtliches Ende 21:00

Ort: "zeiTraum" Bandgasse 34/29c im 7. Bezirk

durch den Innenhof schräg links über das Stiegenhaus in den ersten Stock

erreichbar mit U3 (Zieglergasse), 5, 13A, 48A, 49

EUR 7.-

Weitere Termine Freitag,

26. 1. Albert

2. 2. Alexander

16. 2. Albert

2. 3.

13. 4. Bettina

27. 4. Clemens

11. 5. oder 25. 5.

22. 6.

## **Welle in der Peer Group Tanz in BROT Kalksburg (ebenso fein :-))**

Donnerstag,

22. 3. Petra

10. 5.

Beginn ebenfalls jeweils 19.00 bis 21.00

**freie Spende**

## **TANDAVA Tanz und Kaschmirische Massage mit Annett Roth (geschützter Rahmen, nette Atmosphäre, Sicherheit)**

Sonntag, 14. Jänner ab 18:00

### **Infos dazu von Annett:**

Tandava ist ein mystischer langsam ausgeführter Tanz aus dem kaschmirischen Tantra-Yoga. In diese Spuren begeben wir uns, eingehend mit Meditation und Entspannung, die dann in den mystischen Tanz, der sehr sehr langsam, ohne Muskelanspannung und ohne direktes Tun vollkommen frei ausgeführt wird, übergehen. Er unterstützt den Körper, den Raum absichtslos erforschen zu können und sich darüber hinaus in Kontakt mit dem Raum in seiner Gesamtheit zu spüren. Tandava verdeutlicht uns mit der Praxis ein höheres Alltags-Bewusstsein. Eine Präsenz in das was ist – gerade jetzt. Lass Dich mitnehmen in dieser Erfahrung im Fluss mit der Räumlichkeit von jeglichem Willensakt befreit, deinen Körper in seiner vollen Wahrnehmung neu kennen zu lernen.

Bitte unbedingt anmelden, damit ich Dir Deinen Platz reservieren kann. Merci!

Du bist herzlich willkommen!

Dein Beitrag: EUR 20.-, für Paare EUR 30.-

### **Im Anschluss TANDAVA PLUS von 20:45 bis ca. 22:00: schrittweise praktische Annäherung an die kaschmirische Tantramassage.**

Du bringst Deinen Massagepartner/in

danach optional: kleines veganes Nacht Mahl

**Voraussetzung:** Teilnahme am Tandava davor von 18:00 -19:30

Dein Beitrag als Paar: EUR 50.- (von 18-23 Uhr)

Fragen? 0660/4804047 Berggasse 20 3422 Altenberg (St. Andrä Wördern)

[roth.keramik@aon.at](mailto:roth.keramik@aon.at) [www.roth-keramik.com/](http://www.roth-keramik.com/)

S40 Tulln von Wien FJB oder Spittelau oder Heiligenstadt bis Haltestelle Bahnhof Greifenstein/Altenberg, von da 7 Minuten zu Fuß weiter in Fahrtrichtung und die erste Gasse links hinauf.

### **Berührung, die meistvergessene Sprache (Zitat OSHO)**

Massage ist etwas, das du wohl anfangen kannst, aber du wirst nie damit fertig sein.  
Es führt immer weiter und die Erfahrung geht ständig tiefer und tiefer, höher und höher.

Massage ist eine der feinfühligsten Künste überhaupt.

Es ist nicht nur eine Frage des Expertentums, es ist viel mehr eine Sache der Liebe.

Lerne zuerst die Technik. Lerne die Technik und dann vergesse sie.

Dann fühle einfach und bewege euch aus dem Gefühl heraus.

Wenn ihr tief in das Lernen einsteigt, werden 90 % der Arbeit durch die Liebe bewirkt,  
10 % durch die Technik.

Schon durch die Berührung alleine, eine liebevolle Berührung,  
entspannt sich etwas im Körper.

Wenn du liebevoll bist und für den anderen Menschen Mitgefühl empfindest  
und wenn du ihre innersten Werte fühlst,  
wenn du sie nicht so behandelst, als wären sie ein Mechanismus, den man reparieren muss,  
sondern eine äußerst wertvolle Energie;  
wenn du dankbar bist, dass sie dir vertrauen und es zulassen, dass du mit ihrer Energie spielst,  
dann wird es dir allmählich so vorkommen, als würdest du ein Instrument spielen.  
Der ganze Körper wird zum Instrument und du kannst fühlen, wie sich im Innern des Körpers  
Harmonie bildet.

Das wird nicht nur für den Anderen heilend sein, sondern auch für dich.  
Massage ist notwendig in der heutigen Welt, weil die Liebe nicht mehr vorhanden ist.  
Früher war allein die Berührung Liebender genug.  
Eine Mutter berührte ihr Kind, spielte mit seinem Körper und es war Massage.  
Der Ehemann spielte mit dem Körper seiner Frau und es war Massage;  
es war genug, mehr als genug, es war tiefe Entspannung und Teil der Liebe.  
Aber das ist heute auf der Welt verloren gegangen.  
Wir kennen nur noch Hektik und Stress.  
Allmählich haben wir vergessen, wo zu berühren, wie zu berühren und wie tief zu berühren.  
Und wirklich, Berührung ist eine der meistvergessenen Sprachen.

Es ist uns fast peinlich geworden, Jemanden zu berühren,  
weil das Wort Berührung durch sogenannte religiöse Menschen manipuliert worden ist.  
Sie gaben ihm einen sexuellen Anstrich.  
Das Wort ist sexuell geworden und die Leute haben Angst bekommen.  
Jeder passt auf, dass er nicht ohne seine Erlaubnis berührt wird.

Sei also andächtig.

Berührst du den Körper eines Menschen, dann sei andächtig –  
so als wäre die Göttin selbst anwesend und du würdest ihr einfach dienen.  
Fließe mit der totalen Energie. Wenn immer du siehst, dass der Körper fließt und die  
Energie eine neue Harmonie schafft, wirst du ein Glücksgefühl erleben, wie nie zuvor.  
Du wirst in tiefe Meditation fallen. Wenn du massierst, tu nichts anderes als massieren.  
Denke nicht an andere Dinge, denn sie sind Ablenkungen.  
Sei in deinen Fingern in deinen Händen als wäre dein ganzes Wesen,  
deine ganze Seele, anwesend.

Lass es nicht nur eine körperliche Berührung sein.  
Dein ganzes Wesen fließt in den Körper des anderen,  
durchdringt ihn und entspannt die tiefsten Schichten.  
Und mache ein Spiel daraus.  
Tu es nicht wie Arbeit, mache ein Spiel daraus und habe Spaß daran.  
Lache und lass auch den Anderen lachen.