Beratung & Aufstellung mit energetischen Heilmethoden

Aktiviere Dein inneres Leuchten

von Mandy Flechsig

Deine Seele kennt den Weg, den Du Dir vorgenommen hast – Dein Seelenplan ist tief in Dir verankert.

Aufgrund verschiedener Prägungen kann dieser jedoch unklar oder nicht existent erscheinen. Wir leben unsere Visionen dann nur eingeschränkt – spüren unsere innere Verbindung kaum. Erkrankungen und Blockaden können in unserem Energiefeld entstehen, die sich ohne die Hilfe des tiefen Wissens unserer Seele nicht lösen können. Vor allem, wenn die Ursache für uns im Kopf nicht greifbar ist, z. B. bei übernommenen Themen aus der Familie.

Unsere Seele sendet uns durch diese Erkrankungen wichtige Impulse und zeigt uns Entwicklungschancen auf, wenn unser Herz offen ist. So können wir uns unseren tieferliegenden Themen liebevoll zuwenden, in unsere Kraft kommen und unsere Lebensaufgabe annehmen.

Mit jedem Schritt, den wir JETZT für uns tun, leben wir unser wahres Selbst und beginnen zu leuchten. So lösen wir uns von Verstrickungen und führen ein Leben in Harmonie, Fülle, Freude und vollem Vertrauen. Teil meiner Berufung ist es, das innere Feuer in allen Lebewesen zu entfachen. Ich bin begeistert von dem grenzenlosen Potenzial, welches in jedem von uns steckt und ich liebe es, das innere Licht im Kern der Seele sichtbar zu machen.

Ich freue mich, Dich in Deinem ganz persönlichen Prozess zu begleiten. Im Kontakt mit Deiner Seele schauen wir gern auf die nächsten Schritte hin zu Selbstliebe und Leichtigkeit. Denn mit Deinem Licht bringen wir die Neue Erde wieder ein Stück näher ins Bewusstsein.

Mi Alma – Mandy Flechsig
Hauptstraße 185, 09661 Rossau
Tel. 0152 – 22428381
meinweg@mialma-mandyflechsig.de
www.mialma-mandyflechsig.de

Orientalischer Tanz als Heilungsweg zum Ganz-Frau-Sein

von Bella Steudel

Als ich 1996 das erste Mal mit dem Bauchtanz / Orientalischen Tanz in Berührung kam, wusste ich noch nicht, dass sich dieses Hobby zu meinem Weg der Selbsterfahrung und -findung auf dem weiblichen Pfad entwickeln wird, mit und durch meinen Körper und meine Seele. Ich entdeckte dabei, dass der Bauchtanz mich zum Zentrum und zur Quelle meiner weiblichen Kraft führte, zum Becken, aus dem wir Frauen Kinder zur Welt bringen und in dem bei vielen von uns Blockaden und Komplexe aufgrund von kulturellen und religiösen Konditionierungen festsitzen. Ich entdeckte meine Weiblichkeit neu, lernte meinen Körper so anzunehmen und zu lieben, wie er ist, mit all seinen Unperfektheiten, lernte, ihn geschmeidig und harmonisch zu bewegen und schließlich zu heilen.

Ich habe mich auf den weiblich-natürlichen Weg meines Körpers eingelassen und seine bewusstseinserweiternde Kraft auf allen Ebenen erfahren dürfen. Mit Beckenbewegungen wird die im Wurzel- und Sakralchakra schlummernde Kundalinienergie aktiviert, welche die Schlangenkraft bis zum Scheitelchakra lustvoll aufsteigen lässt, uns Frauen heilt und zur Ganzheit führt. Dabei schließen wir uns wieder an unsere Quelle an und verbinden uns mit unserer weiblichen Sexualität und Spiritualität.

Der Bauchtanz entstand bereits in prähistorischen Zeiten in Nordafrika als Fruchtbarkeitsritual und als eine Art Geburtstanz. Die Schwangere tanzte mit mehreren Frauen der Sippe zusammen. Die schönen, sanften Schwingungen des Beckens waren die natürlichen Bewegungen von Wehen und Geburt. Das zu erwartende Baby wurde wörtlich auf die Welt getanzt. Die Geburt fand oftmals während des Tanzes und im Stehen oder in der Hocke statt. Dieses Geburtsritual bzw. Tanz wird auch noch heute in Nordafrika praktiziert. In meiner Tätigkeit als Lehrerin für Orientalischen Tanz habe ich viele Frauen bei der Schwangerschaft begleiten dürfen und entdeckte, dass Bauchtanz als moderne Geburtsvorbereitung eine wohltuende Wirkung auf Mutter und Kind ausübt.

Im Matriarchat entwickelte sich der Bauchtanz weiter zum sakralen Tempeltanz der Göttinnenverehrungen, wo Sinnlichkeit und Spiritualität nicht getrennt waren, und die Frau in ihrem individuellen Ausdruck die Rückverbindung mit der großen Göttin tanzend feierte. Mit dem Übergang zum Patriarchat und der Entwicklung der Religionen wie Christentum und Islam, die Körperlichkeit und sinnliche Bewegungen ablehnten, war der Tanz im Orient nur im Haus und allein unter Frauen möglich. In dieser Zeit entwickelte sich der Berufsstand der Bauchtänzerinnen, die der Unterhaltung bei den großen Festen dienten. Sie kamen überwiegend aus dem einfachen Volk, wurden für ihre Kunst entlohnt, jedoch nicht als angesehene Frauen beachtet.

Erst die sexuelle Emanzipation und Hippie-Bewegung Ende der 60er Jahre brach mit alten Konventionen. In dieser Zeit kam der Orientalische Tanz – Belly Dance genannt – in den USA in Mode. Schließlich entflammte ein wahrer Bauchtanzboom, der in den 80er Jahren nach Europa überschwappte. Leider wird in unserer Kultur dieser Tanz durch die Gesellschaft oftmals zum „Anmachtanz“ mit erotisch-sexuellem Charakter degradiert.

Der Bauchtanz ist aber viel mehr. Es ist nicht nur eine orientalische Tanzkunst entstanden. Der Tanz ermöglicht jeder Frau, ihre tiefen Gefühle zum Ausdruck zu bringen, schenkt Vitalität und Gesundheit, Selbstbewusstsein und Kraft und ist nebenbei auch ein hervorragendes, ganzheitliches weibliches Körpertraining. Als ursprünglicher Ritual-Tanz ist der Bauchtanz ein Stück alter Frauenkultur, der unsere westliche Kultur bereichert.

Heide Marie Heimhard schreibt im Artikel „Orientalischer Tanz als weiblicher Heilungsweg“: „Dieser uralte Tanz ist nicht nur eine besondere Kunstform, sondern auch ein spezifisch weiblicher Weg der Heilung und Transformation. Er wirkt auf allen Ebenen des Frau-Seins, er weckt und verkörpert Stärke, Würde und Leidenschaftlichkeit genauso wie Hingabe, Anmut und Leichtigkeit. Im Kreis der Frauen getanzt, entsteht ein Kraftfeld, in dem die weibliche Energie bejaht und potenziert wird. Hierin besteht seine besondere Anziehungskraft: Die Freude am eigenen Körper, an den vielen Facetten von Weiblichkeit zu entdecken, auszudrücken und in der Verbundenheit mit anderen Frauen zu teilen und zu feiern.“ (Prisma – München, Ausgabe 5/2005).

Orientalischer Tanz inspiriert Frauen, ihre weiblichen Wurzeln, den Kontakt zu sich selbst, zum eigenen Körper, zur ureigenen Kraft aus dem Becken und Herzen zu finden, eigene Erotik, Sinnlichkeit, weibliche Sexualität und Spiritualität neu zu entdecken, zu heilen und bewusst zu leben. Ich empfehle jeder Frau diesen Tanz der puren Weiblichkeit auszuprobieren und als Heilungsweg zu sich selbst zu erfahren!

Bella Steudel
Kali Ma`s Belly Dance & Healing – DIE Tanzoase Chemnitz
www.bella-kalima.de