



Schamanischer Trance Tanz - eine Reise nach Innen. Tanz dich frei!

Manchmal ruft uns etwas - leise, aber unüberhörbar. Es ist der Ruf unserer Seele. Der Wunsch nach Tiefe, Heilung, Verbindung. Der schamanische Trance Tanz ist ein uraltes, kraftvolles Ritual, das genau dort ansetzt: tief im Innersten. Dort, wo echte Transformation geschieht. Dort, wo du dir selbst begegnest - jenseits von Gedanken, Mustern, Rollen.

Was ist Trance Tanz?

Trance Tanz ist eine bewusstseinsweiternde Erfahrung, bei der du mit verbundenen Augen tanzt. Die Augenbinde lädt dich ein, dich ganz auf deine innere Welt einzulassen - ohne äußere Ablenkung, ohne Bewertungen, ohne Scheu oder Scham. Du darfst dich vollkommen fallen lassen und in eine tiefe Innenschau eintauchen.

Begleitet von rhythmischer Musik, bewusstem Atem und einem geschützten, liebevoll gehaltenen Raum öffnet sich ein Tor: zu deiner Innenwelt, deiner Intuition, deinem Higher Self. In diesem Zustand zwischen Wachsein und Trance beginnt dein Körper sich zu bewegen.

Der Tanz wird zum Gebet, zum Werkzeug der Erkenntnis, zur Medizin. Du tanzt nicht, um etwas darzustellen.

Du tanzt, um loszulassen.

Um dich zu erinnern.

Um zu heilen.

Ein Raum für echte Gefühle

Im Trance Tanz ist alles willkommen: Wut, Trauer, Freude, Ekstase, Stille. Es gibt kein "richtig" oder "falsch". Es geht nicht ums Funktionieren, sondern ums Fühlen. Du darfst alles ausdrücken, was sich zeigt. Dein Körper darf sprechen. Deine Seele darf sich zeigen. Du bist gehalten - sicher, geschützt, getragen.

Wie dient er mir?

In einer Welt, in der wir oft im Außen leben und funktionieren, verlieren wir leicht den Kontakt zu unserem Innersten. Der Trance Tanz bringt dich zurück. Er hilft dir, Blockaden zu lösen, alte Emotionen zu transformieren und dich mit deiner Lebensenergie zu verbinden.

Emotionale Befreiung: Du darfst dich zeigen, mit allem, was da ist - unzensiert, authentisch, echt

Körperliche Reinigung: Durch Bewegung, Atmung und Musik wird dein ganzes System durchlässiger, lebendiger.

Spirituelle Verbindung: Du öffnest dich für innere Bilder, Botschaften, tiefe Einsichten - deine Seele spricht.

Transformation: Durch das bewusste Erleben deiner inneren Welt können alte Muster gehen und neue Wege entstehen.

Warum Trance Tanz so heilsam ist

- ✨ Weil er dir erlaubt, alles loszulassen, was nicht mehr zu dir gehört.
- ✨ Weil du in einen Zustand kommst, in dem dein inneres Wissen dich führt.
- ✨ Weil du deinem wahren Wesen begegnest – jenseits von Erwartungen.
- ✨ Weil du dich erinnerst, wer du wirklich bist.

Dieser Tanz ist keine Flucht - er ist eine Rückverbindung mit deinem Ursprung. Eine Einladung in dein Herz, in deine Wahrheit, in dein höheres Selbst. Ein Befreiungsschlag und ein zutiefst heilsamer Akt der Selbstliebe.

Für wen ist dieser Tanz?

- Für dich, wenn du bereit bist, deine innere Größe wirklich zu leben.
- Für dich, wenn du spürst: Jetzt ist die Zeit, dein wahres Selbst zu erwecken.
- Für dich, wenn deine Seele dich ruft - und du bereit bist, ihr zu folgen.
- Für dich, wenn du den Ruf deiner inneren Wahrheit nicht länger überhören kannst.
- Für dich, wenn du bereit bist, alte Wunden in Kraft zu verwandeln.
- Für dich, wenn du dich danach sehnst, dich wieder ganz zu fühlen - wild, weich, lebendig.

Schamanischer Trance Tanz ist Medizin für die Seele. Ein Weg der Rückkehr in dein Herz, zu deinem innersten Licht, deiner Essenz.

Ein heiliger, geschützter Raum, in dem du dir selbst begegnest - liebevoll, kraftvoll, heilend. Tanz dich frei!