

Musik & Bewegung als Heilung für Körper, Geist & Seele
Alt Orientalische Musik - & Bewegungstherapie (AOM)
18.07.2025 – 28.07.2025

In diesem workshop stehen im Fokus die Klänge & Bewegungen aus der aktiven & rezeptiven AOM. Sie gehört zu den ganzheitlichen Heilsystemen, die den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele betrachten.

Im Laufe der Jahrhunderte nahm die AOM aus unterschiedlichen Quellen viele Elemente auf. Bewegungen aus uralten Tänzen und Ritualen kamen dazu.

Die AOM bietet eine Möglichkeit, eine ausgewogene Beziehung zwischen sinnhaften und seelischen Seins Dimensionen zu finden und Zugang zu den eigenen Heilkräften und der Kraft des Geistes zu entwickeln.

Die mikrotonalen Tonarten der klassisch türkischen Musik, mit ihren feinen Abstufungen, sowie die spirituellen Gesänge (ilahis) sind Teil dieses traditionellen Heilwissens.

Dieser Weg, zeigt uns, wie wir in der Musik, in der Poesie und Kunst, ein Gefühl des Zuhauses und der Zugehörigkeit finden können – zu uns selbst und in der Gemeinschaft. Die Tatsache, dass wir in Dualität und Polaritäten leben und zur Einigkeit finden wollen, ist Teil dieses Weges. Wir wenden uns bewusst dem eigenen Körper, dem Geist und der Seele zu und finden heraus, was ihnen guttut.

Im gemeinsamen Singen, Üben und sich bewegen, werden die Klänge, Lieder, Rhythmen, Legenden, Stätten, Geschichten, Tänze und Rituale lebendig.



Elemente der Woche

- ❖ Bedeutung & Einführung in die Klangwelt der Instrumente, wie z.B. Ud, Kopuz, Ney, Çeng (Harfe), Trommel, Stimme
- ❖ Experimentieren mit dem Wasserklang als heilsames Medium
- ❖ Rezeptive & aktive Musik- & Bewegungstherapie
- ❖ Lieder aus dem reichhaltigen Repertoire der AOM (Lieder aus Zentralasien, Ilahis, klassisch türkische Musik)
- ❖ Schamanentänze & Bewegungen aus Zentralasiatischen Tänzen und Ritualen, Sema
- ❖ Improvisationsarbeit mit Instrumenten & Stimme
- ❖ Einblick in die Kymatik
- ❖ Suhurat, Üben der Offenheit für das, was geschehen will

Ausflüge zu Kraftorten in der nahen Umgebung (Meer, Wasserfälle, ein heiliger Brunnen im Zauberwald, Thermalbad) ergänzen das Programm.

Lassen Sie uns gemeinsam auf eine Entdeckungsreise zur eigenen Gesundheit, des Friedens und der Harmonie aufbrechen.

An meiner Seite bei den Veranstaltungen stehen der Künstler und Musiktherapeut AOM Torsten Haag

Wo? Güvenç Hane, Yalova, Türkei

Wann: Anreisetag: **18.07.2025**

Abreisetag: **28.07.2025**

Hier geht es weiter ↓

Unterkunft: in meinem Haus stehen zwei Doppelzimmer, sowie ein Einzelzimmer zur Verfügung. Im Garten befinden sich zwei kleine Schlafhäuschen für je eine Person und ein Doppelhäuschen für zwei Personen. In einem großen imprägniertes Baumwoll - Tippi Zelt können bis zu 6 Personen schlafen.

Kleinere Zelte können aufgebaut werden.

Die Zimmervergabe erfolgt im Haus in Reihenfolge der Anmeldungen.

In der näheren Umgebung befinden sich Hotels.

Verpflegung: Wir werden in dieser Woche mit frischer, schmackhafter, gesunder vegetarischer Nahrung versorgt. Es gibt eine warme Mahlzeit pro Tag. Frisches Quellwasser, Tee, Kaffee, Obst, Trockenfrüchte und Salate stehen bereit.

Bitte ggf. Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei der Anmeldung mit angeben, damit wir uns darauf einstellen können.

Kosten:

- ❖ 30 Euro pro Person, pro Nacht: darin sind enthalten Unterkunft & Verpflegung, Garten- & Pool Benutzung. Bitte kontaktieren Sie mich, wenn ihr Budget begrenzt ist und wir versuchen eine andere Lösung zu finden. Die Kosten sollen auf keinen Fall ein Hindernis zur Teilnahme sein. Die Zimmer und Schlafplätze werden nach Buchungseingang vergeben.

- ❖ Für das Seminar bitten wir alle Teilnehmenden, je nach finanzieller Lage einen selbstbestimmten und angemessenen Seminarbeitrag zu entrichten. Am Ende sollten dann alle ein gutes Gefühl haben für das Gegebene, einen angemessenen Gegenwert erhalten zu haben.

- ❖ Ihre Fragen sind herzlich willkommen

Anmeldungen sind erbeten: azizeguvenc@yahoo.de

Vorkenntnisse sind für dieses Seminar nicht erforderlich!

Wir freuen uns auf euch!

Selamlar

Andrea Azize Güvenç