

# SEMÂ - TANZ DER SUFIS



## Veranstaltung & Workshop mit Sefika Balaban Brandenberger und Mathias Mustafa Brandenberger

Der SEMÂ-Tanz ist eine Form von Bewegung, wie eine Tanz-Meditation. Man kann es auch als einen Versuch und Wunsch verstehen, sich selbst zu erreichen – einen Weg zu seinem Herzen zu finden, um uns mit geistigen Welten zu verbinden und es ist ein Gebet. Das Wort Semâ hat u.a. einen Bedeutungsbezug mit «Hören und Himmel».

Die Haltung im Semâ ist Wendung nach innen, ein Vordringen zu den eigenen Gefühlen, mit schrittweiser Loslösung von ständigem Gedankenlärm. Mit der Technik wird der Körper in Balance gebracht, in weiteren Schritten ist dann eine mystische/seelische Erfahrung möglich.

An unseren Workshops möchten wir den TeilnehmerInnen den Geschmack des SEMÂ vermitteln; ihn gemeinsam erarbeitend... einfühlbar und erfahrbar machen.

|                     |   |
|---------------------|---|
| <b>Daten 2020</b>   | Sufi Tanz Workshop jeweils am Samstag .<br>11.Juli . 19.September . 7.November  |
| <b>Zeit</b>         | 14.00 – 17.00 Uhr   |
| <b>Kosten</b>       | CHF 90.—  |
| <b>Ort</b>          | Haus zum Rössli . im "Giebelrum" . 4.Stock.<br>Metzgergasse 4 . 5000 Aarau  |
| <b>Leitung</b>      | Sefika Balaban Brandenberger ist gel. Ökonomin<br>und Kunstmalerin.<br>Mathias Mustafa Brandenberger ist Psychiater und<br>Musiktherapeut.<br>Beide sind langjährige Schüler Oruc Güvenc. |
| <b>Mehr Infos</b>   | <a href="http://slowdown.guru">slowdown.guru</a>  |
| <b>Voranmeldung</b> | bei Annina Züllig . <a href="mailto:info@slowdown.guru">info@slowdown.guru</a>  |

