

# Derwisch-Drehen am So, 24.2.13, 12-16 Uhr, Sufi-Meditation in Bewegung – mystisches Erleben – Einführung

Lerne die alte Kunst der Lebensbalance kennen, das „Drehen, bis sich der Einklang ergibt“. Dabei erlebst Du Sufi-Weisheit und den „Weg des Herzens“. Nach einer meditativen Einstimmung erfährst Du Richtungswechsel, die den Geist weiten, schwindelfreies Drehen, das Herz weitende Armbewegungen, Sufi-Gesänge, die den besonderen Rhythmus unterstützen und erhabene Zustände beim gemeinsamen Körpergeben.



In Hagen: Heilpraxis und IBIS Institut Astrid Bergemann, Södingstr. 16, 58095 Hagen.

bitte anmelden: bei Gisella Mutawakkila von Papp, 0178/1452331, [gisella.wakil@web.de](mailto:gisella.wakil@web.de).

Beitrag: 28,- Euro bar; Bitte mitbringen: Getränk, kleinen Imbiss, Sitzkissen, Socken zum Drehen, bequeme Kleidung, Decke.

Ermäßigung: Bitte lasst euch - wenn nötig und möglich - von euren eigenen Freunden sponsern.

Voraussetzung: Meditationserfahrung wär gut, Normale Beweglichkeit und Gesundheit auch, sonst bitte vorher beraten lassen, Teilnahme auf eigene Verantwortung.