



Harmonie ~ in mir & in der Welt

28. und 29. September 2024

Tanzworkshop in Bremen mit

Noor Helweg-McGuigan

& Benny Verbiest, Gitarre

Alles beginnt bei uns selbst, einschließlich der Harmonie und der Aufrechterhaltung des Gleichgewichts zwischen Körper, Emotionen, Gedanken und Geist.

So haben wir Ruhe und fühlen Frieden ~ *Shalom* (jüdisch), *Shanti* (Hindu).

Die nordamerikanischen Indianer, die Navaho, nennen es *Hozo*.

Ihre *Beauty Way-Zeremonie* stellt *Hozo* wieder her und bringt Harmonie, Frieden und Schönheit.

Die Navaho wissen seit langem, dass die Harmonie kontinuierlich aufrechterhalten werden muss, damit die Disharmonie, *Hocho* genannt, nicht zu weit verbreitet wird.

Disharmonie stört den Frieden. Wenn wir aus dem Gleichgewicht geraten, hat das Auswirkungen auf die Welt, in der wir leben, und nicht nur auf die Menschen, sondern auch auf die Tiere, Pflanzen, Steine und Mineralien, die sichtbare und unsichtbare Welt.

Alles ist verbunden. Deshalb sind wir für unsere eigene Zufriedenheit und Harmonie untereinander verantwortlich. Das innere Gefühl der Harmonie bringt Wohlbefinden in unser Leben und spiegelt sich in der ganzen Welt wider ~ unserer Welt!

Lasst uns im Kreis zusammenkommen, uns die Hände reichen und gemeinsam tanzen und singen für Frieden, Harmonie und Liebe in und um uns herum.

Ort	Christungskirche in der Neuen Vahr Adam-Stegerwald-Str. 42, 28327 Bremen
Zeit	28. und 29. September 2024 Samstag 10:30 Uhr Tanzbeginn bis 17:00 Uhr geöffnet ab 10:00 Uhr für Kaffee und Tee Sonntag 11:00 Uhr Tanzbeginn bis 17:00 Uhr geöffnet ab 10:30 Uhr für Kaffee und Tee
Kosten	Bei Anmeldung u. Zahlungseingang bis 3.9.2024 =100 €, danach 120 €
Info und Anmeldung	Hans-Peter Baum (hpbaum@nord-com.net) Tel. 0421-353528
Überweisung	Hans-Peter Baum IBAN DE52 2509 0500 0005 8597 27, BIC GENODEF1S09



Noor Helweg-McGuigan, geboren in New York, erlebte dort 1970 Samuel Lewis (den Begründer der Friedenstänze) noch persönlich. Seit 1971 leitete sie die Tänze in den USA und in Europa. Noor studierte Kunst und arbeitet außer als Tanzleiterin noch als Yogalehrerin. Lebt jetzt in Holland. Sie ist anerkannte *Senior Teacher* der internationalen Mentor Teachers Guild der Tänze des Universellen Friedens. 1988 begannen Noor und Akbar auch in Deutschland die Tänze zu leiten. Seit 1992 bieten sie Ausbildungs- und Vertiefungskurse an und kommen einmal im Jahr in Bremen. Von Pir Vilayat Inayat Khan wurde Noor für den Sufi Order International mit der Koordination der Tänze in Europa beauftragt. Nach dem Tod ihres Mannes Akbar im Jahr 2021, führt Noor weiterhin Tänze an.