

Workshop Freitag und Samstag

Von der Weisheit der Naturrhythmen lernen – Trauerprozesse und Ritualschritte im Jahreskreis

Das Rad der Jahreskreisfeste legt uns acht rituelle Schritte ans Herz, die in schwierigen Lebenssituationen eine heilsame Struktur geben können. In den überlieferten Festen ist der Naturrhythmus von Werden und Vergehen beschrieben, die Bedeutung von Ruhephasen und das Zusammenwirken von Lösen und Bewahren. Bezogen auf Trauerprozesse kann der Jahreskreis ein stärkender Weg sein, um das eigene Zeitmaß in der Veränderung zu finden.

Im Workshop biete ich an, ein persönliches Anliegen im Rhythmus des Jahreskreises zu erspüren, einzelne rituelle Schritte zu erproben und meditative Ideen für den Alltag zu entwickeln.

Wege im Workshop werden sein:

Natur- und Körpermeditationen, rituelle Handlungen, Kreistänze zum Prozess, Gesprächsrunden zu weiteren rituellen Möglichkeiten.

Maximal 16 Teilnehmer*innen / Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene

Ziriah Voigt

Künstlerin, Bildungsreferentin und spirituelle Begleiterin, rituell geprägte Arbeit und Kreistänze rund um den Jahreskreiszyklus