



Fünf Rhythmen ® nach Gabrielle Roth

Autor/in: [5 Rhythmen-Lehrer Heera Andreas Müller & Heike Fuhsy](#)

Was sind die 5 Rhythmen ® ? Was sind die Fünf Rhythmen ® ? Die amerikanische "Großstadtschamanin" Gabrielle Roth entwickelte diese dynamische Bewegungsmeditation, bestehend aus den 5 Rhythmen ® Flowing, Staccato, Chaos, Lyrical und Stillness. Jeder Rhythmus verkörpert ein bestimmtes natürliches Energiefeld, mit dem Du Dich über das Tanzen wieder zu verbinden lernst. So erweiterst Du allmählich das Spektrum Deiner Ausdrucksmöglichkeiten und befreist Dich von alten Mustern, zunächst in der Bewegung - später wirst Du diesen Effekt auch in Deinem alltäglichen Leben und in Deinen Beziehungen spüren. Obwohl die Ausübung sehr einfach ist, hat diese Praxis eine erstaunliche heilsame und kreative Kraft. Für wen sind die 5 Rhythmen reg ? Sie sind für ältere wie für jüngere Leute, für leidenschaftliche Tänzer ebenso wie für schüchterne Takt-Klopfer, für Leute, die sich gerne zeigen und solche, die sich kaum bemerkbar machen, für Überlebende schlechter Rücken, nicht richtig funktionierender Knie oder gebrochener Herzen, Menschen jeglichen Musikgeschmacks und jeglicher Figur. Bist Du neugierig auf Dich? Dann bist Du herzlich willkommen!

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten