

For Anna – 2021-05.24.



„Beeing alive“ – Nature performance 2021-05.23. – Frankfurt (www.emotional-dance-process.de)

Inhale

I am born as a dancer
and Anna taught me to live as a dancer

Anna taught me
to explore and discover dancing-forms for my concerns
enabling my thoughts and feelings
to become clearer and more sustainable

Dance as a Life-Art-Issue
is the gift Anna generated
in my heart, my body, my mind, my cells and my spirit

Once exercising "the bridge" in Movement Ritual
Anna put her hands on my feet on the floor
grounding me, strengthen me
Never my body will forget this impact...

Exhale



Performing the Self-Portrait-Dance / February 1989 at Tamalpa-Studio

Ursula Steiner, Zürich / Hamburg: Tamalpa Trainings 1988 bis 1990

Für Anna – 24.05.2021



„Leben“ – Natur-Performance 23.05.2021 – Frankfurt (www.emotional-dance-process.de)

Einatmen

Ich bin als Tänzerin geboren
und Anna hat mich gelehrt als Tänzerin zu leben

Anna hat mich gelehrt

tanzend Formen zu erkunden und zu entdecken für meine Anliegen
sodass meine Gedanken und Gefühle
durchdringender und nachhaltiger werden

Tanz als Lebens-Kunst-Erfahrung

ist das durch Anna erzeugte Geschenk
an mein Herz, meinen Körper, meine Gedanken, meine Zellen und meinen Geist

Einmal, „die Brücke“ im Movement Ritual übend
hat Anne ihre Hände auf meine Füße am Boden gelegt
mich erdend und stärkend
Niemand wird mein Körper die Resonanz darauf vergessen

Ausatmen



Das Selbst-Portrait tanzend / Februar 1989, Tamalpa-Studio

Ursula Steiner, Zürich / Hamburg: Tamalpa Trainings 1988 bis 1990