

## For Anna – 2021-05.24.



„Beeing alive“ – Nature performance 2021-05.23. – Frankfurt ([www.emotional-dance-process.de](http://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](http://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