



Tanz & Körpertherapie
Heilende Kräfte im Tanz®



Heilende Kräfte im Tanz®

Im Tanz ist der Mensch wirklich

Der biodynamische Ansatz Heilende Kräfte im Tanz entstand aus der Körperpsychotherapie nach Gerda Boyesen und aus der Erforschung von jahrtausendealten Heilungstanzritualen verschiedener Kulturen weltweit.

Die Tanz & Körpertherapie HKiT® ist eine tiefenpsychologisch fundierte Therapieform, die den ganzen Körper einfühlsam in den therapeutischen Prozess mit einbezieht.

Die tiefe Körperwahrnehmung, das Fühlen mit dem ganzen Körper, der unmittelbare Ausdruck über die Bewegung, über den Tanz gibt uns eine Orientierung für eine gelungene Kommunikation jenseits von Worten und Vorstellungen.

Auf dieser Basis wird der Tänzerin wichtiges Handwerkszeug wie Nähe, Vertrauen, Verbundenheit und Lebensfreude mit auf den Weg gegeben.

Ich lade Sie herzlich ein in die großartige bewegende Welt der Heilenden Kräfte im Tanz®.

Tanztherapie

Eine Heimat im Körper finden

Tanzen: dein Atem, deine Stimme, dein Rhythmus, deine Bewegung. Die festgefahrenen Bewegungs-, Beziehungs-, Verhaltens-, Denk- und Glaubensmuster immer wieder entbinden und sich aufs Neue verbinden lassen. Aus dieser Verbindung von Atem, Stimme und Bewegung heraus können wir unsere elementare Ganzheit spüren als pulsierenden, fließenden, strahlenden Tanz unseres Lebens.

Die Freude am Tanzen gibt uns die Möglichkeit, den eigenen Körper kennenzulernen, lässt uns spüren, was uns Kraft und Energie gibt und vor allem: Wir lernen, den Wegen des Körpers liebevoll zu folgen und Vertrauen in uns selbst zu entwickeln.

Der Tanz mit dem freien Bewegungsimpuls, die Anbindung an die Tanzarchetypen sowie das Tanzen mit den verschiedenen Körperteilen und -ebenen führt uns in einen großen Bewegungsreichtum und stellt eine tiefe Heilungsebene zur Verfügung.

Tanz bewegt in den innersten Schichten, berührt, schafft tiefstes Vertrauen in das Leben.

Einzelbegleitung

Über den Körper die Seele heilen

Die Selbstheilungskräfte, die dem Körper innewohnen, zu reaktivieren, zu stärken, den Körper in seiner Ganzheit zu erfahren und nachhaltig zu nähren, ist Ziel und Aufgabe therapeutischer Arbeit.

Extreme Belastungen oder bedrückende Situationen im Leben sowie Gefühle, die nicht gelebt werden können, wie z. B. Enge im Körper, Traurigkeit, Kränkung, Resignation, Wut oder Enttäuschung, hinterlassen Spuren im Körper, die sich oft in unterschiedlichen Bildern wie Ängsten, Stress, psychosomatischen Beschwerden und chronischen Schmerzen zeigen.

Die achtsame Körperarbeit unterstützt Sie bei der Selbstregulierung, lässt Ihre persönlichen Bedürfnisse sichtbar, spürbar werden und führt in eine höhere Beziehungsqualität, in ein glücklicheres, erfüllteres Lebensgefühl.

Durch eine positive und wertschätzende Unterstützung in der Körperarbeit wird ein Prozess von Veränderung aktiviert. So kann über den Körper die Seele heilen.

Körpertherapie im Wasser

In der Fülle baden

Die Körpertherapie im Wasser HKiT® ist eine ganzheitliche und einfühlsame Methode, bei der Sie mit dem ganzen Körper im warmen Wasser auf Händen getragen werden.

Die achtsame Arbeit mit dem Körper im Wasser zeichnet sich dadurch aus, dass sie ganz auf manipulative Techniken verzichtet und der Klientin den Weg zum eigenen, freien Bewegungsimpuls im Wasser öffnet.

Weiche, wiegende und wohltuende Bewegungen lassen uns die Grenzen für neue Erfahrungen der Ganzheit, Geborgenheit und sinnlichen Lebensfreude erweitern. Das feine Zusammenspiel von Wasser, Getragen-Sein, Genährt-Sein und Berührung führt uns direkt in die Körperlichkeit unseres Seins. Hier wird jede Bewegung verinnerlicht, Nähe zugelassen und alles wandelt sich in Vertrauen und Sicherheit.

Fließen, strömen, ganz im Fluss der Lebensenergie sein, bis in die Tiefen unserer Seele lebendig sein in der Fülle des Lebens baden.

Tanz & Körpertherapie

Heilende Kräfte im Tanz®



Malgorzata Maria Pastian

Tanz & Körperpsychotherapeutin HKiT®

Tanzpädagogin HKiT®

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Hamburg / Neu Wulmstorf

Tel: 040 – 86691603

pastian@tanz-und-koerpertherapie.de

www.tanz-und-koerpertherapie.de

tanzen...

tanzen in Eleganz und Schönheit

tanzen in Trauer

tanzen im Schmerz

tanzen im Leid

tanzen durch das Trauma

tanzen mit Körper bewusst sein

tanzen mit Lust

tanzen mit Hingabe

tanzen bewegt und was sich bewegt lebt

(Gabriele Fischer 2012)