

PRAXIS FÜR TANZ & KÖRPERTHERAPIE

HEILENDE KRÄFTE IM TANZ®

Malgorzata Maria Pastian

Tanz & Körperpsychotherapeutin HKIT®
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Traumakörperpsychotherapeutin (S.E.I.)

Pappelweg 6
21629 Neu Wulmstorf
040 – 86691603
pastian@tanz-und-koepertherapie.de
www.tanz-und-koerpertherapie.de

SOLTAU - KÖRPERTHERAPIE IM 34 GRAD WARMEN WASSER

KÖRPERTHERAPIE IM 34 GRAD WARMEN WASSER



Heimkehr

Es ist, als hätten die Jahrzehnte der Suche nach dem Weg nach Hause
endlich ihr Ende gefunden.

Ich stehe mir selbst gegenüber – offen, durchlässig, frei in alle Richtungen.

Diese Freiheit der Bewegung erlaubt mir zum ersten Mal, mich ganz zu erforschen – in meiner
Intensität, in meiner Hingabe an das Sein.
Nähe entsteht, und meine Angst verwandelt sich in Vertrauen.

Mein Atem sehnt sich danach, tiefer zu sinken, weiter zu fließen, alle Bereiche des Körpers zu
durchtränken, sie zu beatmen, sie zu betanzen.

Ein Gefühl von tiefem Frieden breitet sich aus.

Ich bin von aller Verantwortung entbunden und spüre,
dass ich bedingungslos eingehüllt im Fluss des Lebens
gehalten und getragen werde.

Von Beginn an gehalten und getragen werden

Von Beginn an sind wir in Bewegung – eingehüllt, getragen, schwebend im Urwasser des Lebens. Im Fruchtwasser, im Schoß der Mutter, beginnt das erste Spüren unseres Seins. Der Körper wird geweckt, richtet sich auf, rollt, dehnt sich aus und zieht sich wieder zusammen. Ein rhythmisches Spiel von Ausdehnung und Rückzug, von Geborgenheit und Erkundung.

Das Wasser trägt jede Regung. Es antwortet auf jede Bewegung – weich, umhüllend, spiegelnd. So entsteht ein erster Dialog zwischen Innen und Außen, zwischen Ich und Du. Der Atem der Mutter, ihr Puls, ihr Herzschlag werden zu einem Resonanzraum, in dem sich unser eigener Rhythmus bildet.

Im warmen Wasser erfahren wir uns als Schwingung. Jede Faser, jede Zelle, jedes Gewebe antwortet auf die Bewegung des Lebens. Knochen, Muskeln und Faszien beginnen im Einklang zu pulsieren. So entsteht ein Körpergedächtnis des Gehalten- und Getragenseins, eine Urfahrung, die uns lehrt: Bewegung ist Beziehung.

Dieses Wissen bleibt im Körper eingeschrieben. Es wirkt fort in jeder unserer Bewegungen, im Gehen, im Atmen, im Sich-Hineinlehnen in den Raum. Wenn wir uns später wieder dem Wasser anvertrauen, kann dieses ursprüngliche Körperwissen erwachen: das Loslassen in die Schwerkraft, das Vertrauen in die Tragkraft, das Spiel mit der Balance zwischen Eigenbewegung und geführtem Schwingen. Körpertherapie im warmen Wasser lädt ein, diesen elementaren Kontakt wieder aufzunehmen – mit uns selbst, mit dem Atem, mit der Bewegung des Lebens.

Diese Arbeit eignet sich für alle Menschen, besonders für Schwangere, für Menschen mit Angst vor dem Wasser, für Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer sowie für Menschen mit körperlichen Einschränkungen.

KÖRPERTHERAPIE IM 34 GRAD WARMEN WASSER

Termine Aktuelle Termine bitte schriftlich erfragen.

Ort Soltautherme, Mühlenweg 17, 29614 Soltau

Zeiten Die Einzelarbeit im warmen Wasser findet in den Vormittagsstunden statt.
Die Uhrzeit der Einzelarbeit wird spätestens eine Woche vorher mitgeteilt.

Kosten Honorarkosten (60 min) pro Sitzung 90,- Euro, hinzu kommen Badkosten.

Sie haben die Möglichkeit das Honorar auf das unten angegebene Konto zu überweisen. Sollten Sie nicht teilnehmen können, bzw. kurzfristig absagen, entsteht eine Ausfallgebühr von 50% der Teilnahmegebühr. Mit der Anmeldung akzeptieren Sie die Absageregelung.

Anmeldung Verbindliche Anmeldung bis 2 Wochen vor dem jeweiligen Termin erforderlich.

Mitbringen Handtuch, Badeanzug, Nasenklemme.

Jede Person nimmt auf eigene Verantwortung teil.

Steuer Nr. 15/133/03810 Postbank Hamburg IBAN: DE55 2001 0020 0646 1912 09