



Der Organtanz

- Ausdruck von Innen -

Der Organtanz ist eine Form gesundheitlicher Prävention und Stärkung des Immunsystems und der Abwehrkräfte von innen heraus.

Durch das bewusste Aufnehmen und Erleben der Bewegungen in unserem Körper können wir unsere Organe aktiv in ihrer Arbeit und Aufgabe unterstützen. Hierzu ein kleiner Exkurs: Jedes Organ besitzt eine spezielle Eigenbewegung, die im Falle von Stress oder Ängsten oftmals ins Stocken gerät; z.B. legt die Niere durch eine tiefe Atmung bis zu 20.000 Mal pro Tag eine Strecke von wenigen Millimetern, insgesamt von 600m pro Tag zurück. Dabei gleitet sie auf einem sie begleitenden Muskel auf und ab. Dadurch wird ihre Durchblutung, ihr Stoffwechsel, die Ausscheidung von körperfremden Stoffen u.v.m. angeregt und ihre Funktionstüchtigkeit erhalten. Kann die Niere ihre Bewegung (beispielsweise aufgrund einer sehr flachen Atmung -oftmals ausgelöst durch Dauerstress und innere Ängste-) nicht mehr in der für sie vorgesehenen Form ausführen, hat dies neben einer Minderdurchblutung auch Gewebsspannungen ihrer Umgebung zur Folge, was wiederum andere Organe in ihrer Beweglichkeit einschränkt, usw. usf.

Beim Organtanz fühlen wir uns mit musikalischer Unterstützung einzeln hintereinander in verschiedene unserer Organe und Bestandteile unseres Körpers hinein: in die Lunge, das Herz, das Gehirn, die Leber und Gallenblase, die Milz, die Nieren, den Magen und Darm, die Bauchspeicheldrüse, die Blase, die Gebärmutter, die Arterien und Muskeln usw. usf. Ziel ist, diese bewusst und von innen her wahrzunehmen und zu fühlen. Jedes einzelne Organ hat seine eigene Energie, seine eigene Form der Bewegung, seine eigene Substanz und daraus seine eigene Ausdruckskraft. Im bewussten Wahrnehmen und körperlichen Ausdruck der einzelnen Organe haben wir eine ganz simple und konkrete Möglichkeit, diese wieder in ihrer Eigentätigkeit anzuregen und sie von innen her mit Leben zu erfüllen. Wir können darüber hinaus die Botschaften, die ein geschwächtes oder schmerzendes Organ uns mitteilen will, ganz direkt und unverblümt erkennen und künftig entsprechend förderlich für uns zu handeln.

Unser Körper dankt es uns mit Vitalität und Lebendigkeit, unsere Seele mit Freude am Leben und dem Gefühl, gesehen und geliebt zu werden.

Für Therapeuten:

Diese Fähigkeit, uns und unsere einzelnen Organe ganz direkt von innen her zu spüren und zum Ausdruck zu bringen, verleiht uns nicht nur ein besseres Verständnis für uns selbst, sondern bildet auch die Grundlage für eine tiefergehende und allumfassendere Wahrnehmung und Einfühlung in unsere Patienten. So dass wir nicht nur sehen, sondern auch fühlen können, wo die Probleme und Schwachstellen des Einzelnen liegen. Und auf dieser Basis auch den Patienten zur selbständigen Lösung seiner gesundheitlichen Problematik führen können.

Leitung: Dr. Gerlinde Laeverenz-Foti

Zeit: jeweils angegeben auf der Internetseite unter der Rubrik „Termine“, 19:30 Uhr bis ca. 21:00 Uhr

Anmeldung: bis spätestens zwei Tage zuvor

Gebühr: 20 €