

„Der Tanz hat mir geholfen, wieder gesund zu werden“

INTERVIEW Für Heidrun Südecum war DanseVita der Weg, um ihre Seele zu heilen

DanseVita hat sich positiv auf die Heilung ihrer Krankheit ausgewirkt. Heidrun Südecum aus Neuenstein hat die tanztherapeutische Methode in einer Rehaklinik kennen gelernt. Mittlerweile ist sie selbst ausgebildete DanseVita-Lehrerin. Angela Groß hat sich mit der 42-Jährigen unterhalten.

Frau Südecum, wo haben Sie DanseVita, eine andere Art der Tanztherapie als die in Bad Rappenau, entdeckt?

Heidrun Südecum: Ich habe DanseVita 2002 nach der Operation bei meinem zweiten Kuraufenthalt in Bad Soden-Salmünster kennen gelernt. Ich war mit 37 Jahren eine der Jüngsten unter den Krebskranken. Nachdem mich die Methode sofort angesprochen hat, habe ich mich an Ort und Stelle für die Ausbildung zur DanseVita-Lehrerin angemeldet. Mir ist bewusst geworden, dass meine Seele erkrankt ist. Körper, Geist und Seele, das kann man nicht trennen. DanseVita, das ist für mich persönlich der Weg gewesen, um meine Seele zu heilen.

Was passiert bei DanseVita?

Südecum: Man tanzt und gibt sich der Musik hin. Bei DanseVita geht es nur darum, dass man sich selbst bewegt, egal wie es aussieht und ob man Taktgefühl hat oder nicht. Es gibt viele Gefühle, die dabei ertanzt werden wie Wut, Trauer, Liebe...

Für wen ist die Methode geeignet?

Südecum: DanseVita wird für Gesunde und auch für Menschen angeboten, die an Herz-Rhythmus-Störungen leiden. In meiner Ausbilder-Gruppe waren mehr als die Hälfte krebskranke Frauen. Sie haben festgestellt, dass der Tanz ihnen für ihre Gesundheit hilft und haben sich dann zu Teil dazu entschieden, ihr Wissen an andere weiterzugeben.

Was löst der Tanz aus?

Südecum: Er führt zur Lebendigkeit und zur eigenen Kraft. Für Krebskranke ist es wichtig, nach der ganzen Tortur, die sie erlebt haben - Krankenhaus, Chemotherapie, Bestrahlung - festzustellen, dass sie noch Lebensfreude in sich tragen. Viele kommen in der Kur an und merken, dass sie physisch und psychisch ausgebrannt sind.

Info

Heidrun Südecum bietet DanseVita (auch für Gesunde) im April bei der Öhringer VHS an.
Kontakt: 07945/943666

Hintergrund

DanseVita

Tanz, Musik und Emotion werden bei dieser Methode eingesetzt, um die innere Starre, Verkrampfungen und Blockaden zu lösen. DanseVita arbeitet am gesunden Teil des Menschen. Ist der Lebensimpuls gestärkt, können weitere Bereiche erschlossen werden.

Matthias Hotz

Der Sportwissenschaftler hat den tanz- und bewegungstherapeutischen Ansatz Ende der 80er- Jahre entwickelt. Die Arbeit mit Wut, Kraft und Aggressionen einerseits, mit Vertrauen, der Fähigkeit des „Sich Fallen-Lassens“ andererseits sind der Erfahrung von Matthias Hotz zufolge wichtige Themen für Tumor-Patientinnen.