

# Gyógyító táncterápia



A táncőrültek

A Rajna-vidék népét a középkorban megszállta a táncörület. „A pestistől, a hosszú háborúktól, és a végtelen boldogtalanságtól összetörten, belsőleg felzaklatva, megszállottak seregei keringenek városról városra nyugat felé. Egyedül vagy kéz a kézben köröznek és ugrálnak kusza körtáncban órákon át, míg habzó szájjal össze nem esnek” — írta rólu­ luk egy korabeli feljegyzés. Ami a rémült kortársak szemében az ördög művének tűnt, arról a mai szakértők már tudják: a táncterápia korai megnyilvánulása volt.

A táncterápia mint a lelki eredetű megbetegedések orvoslására szolgáló pszichoterápiás módszer, mindössze néhány évtizedes múlttal rendelkezik, de már ismert és elismert eljárás. Nemzetközi szaktekintélye, a müncheni székhelyű integrálterápiás és táncterápiás kiképzőközpont vezetője, Wilfried Gürtler Budapesten is bemutatta módszerét. A német pszichológus — aki „klasszikus” táncot soha nem tanult — felismerte, hogy a különféle zenék más és más mozgásformákat és érzéseket váltanak ki, és hatásukra katartikus változások játszódhatnak le

az emberekben. — *Nálunk nem a külső, hanem a belső szépség a fontos, a hangsúly nem az esztétikumon, hanem az egészségen van* — magyarázza.

A német szakember által alapított intézményben egyaránt foglalkoznak gyerekekkel, felnőttekkel és idősökkel, sőt szülés-előkészítésre is vállalkoznak. Az ily módon felkészített anyukák azután a tapasztalatok szerint könnyen és gyorsan szülnék, miközben a babák életük első táncát járják: a táncot a köldökzsinór körül.

— *Mindenkinek megvan a maga tánca, csak rá kell találnia!* — mondja Wilfried Gürtler. — *A pácienseimet mindig arra tanítom, hogy önmaguk szabályai szerint éljenek, mert aki folyton másoknak engedelmeskedik, előbb-utóbb megbetegszik. Önmagunkkal kell jónak lennünk, hiszen naponta huszonnégy órát önmagunk társaságában töltünk.*

A német szakember augusztus elején intenzív tanfolyamot indít Bécsben, osztrák és magyar érdeklődőknek. A kurzuson a résztvevők megtanulhatják, hogyan szolgálhatja a tánc, a mozgás öröme a lelki bajok gyógyulását.

M. L.

## Videózó

### Amer

Pár évvel utáltam a  
enyhén szn  
ként, csupán  
rako­zásként  
Hiszen szán  
csakis a m  
egyenlő. Mi  
a kezdés v  
mát. A néz  
hun­yó fény  
korgást, a  
vaksi botlac  
rú „pardonj  
a reklá­mot,  
nevetést, v  
(Mert sehol  
olyan jóka  
szemüveg v  
mint a mozi

De hol va  
mozi?! Kül  
már értéke  
nyeit is. Pé  
tetszik a fi  
kiléphetek  
zimból, nem  
genem és  
Egyszerűen  
filmet válto

Az ameri

### Kalan

Az R-GO tíz  
1983 március  
először. Az  
ropójából jú  
között ifjúsá  
vez a zenék  
Popstrandon

— *Mire j  
bor? — kér  
Róberttől.*

— A gyer  
át hasonló g  
között lehe  
szolja —, mi  
hatjuk, mit  
A szombat  
kívül sok k  
lesz, a zenés  
reggeli torn  
vetétkedőn é  
Még R-GO  
focimeccset

— *Legúja  
Kalandorok,  
a PolyGra  
jelent meg.  
tabbra is el  
lág­cég segít*

— Eddig  
gunkra vo  
most talán v  
zet.

— *A leme  
hangvételt,*