

Weitere Angebote

Neben den psychotherapeutischen und kunsttherapeutischen Verfahren stehen unseren Patienten eine Reihe ergänzender Angebote zur Verfügung, die der Spiritualität Raum geben. Es sind dies der Meditative Tanz, der Tanz der Himmelsrichtungen, das gemeinsame Singen und der Gottesdienst in unserer Hauskapelle. Lesen Sie hier mehr darüber.

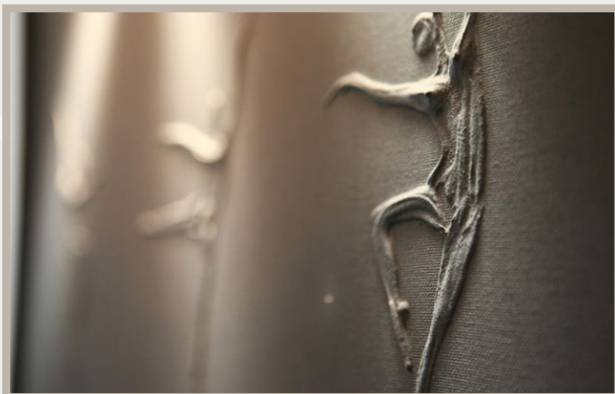
Die Meditation der Himmelsrichtungen

Die von Jabrane M. Sebnat entwickelte Meditation der Himmelsrichtungen ist eine dynamische Atemmeditation nach rhythmischer Musik. Sie besteht aus einer einfachen Abfolge von Bewegungen mit verschiedenen Elementen aus Sufitänzen, Tai-Chi und Derwisch Tänzen. Die Kombination aus rhythmischen Bewegungen und Atmung baut Spannungen ab, steigert die Lebensenergie und stärkt den Körper.

Meditatives Tanzen

In einer Zeitschrift für Lehrerinnen von 1932 wird eindrücklich vor den Gefahren des neuen Tanzens gewarnt: Dieser Tanz ist mit ungebührlichem Gestampfe verbunden und greift den Frauenorganismus besonders dann an, wenn von den Tänzerinnen enge Schuhe mit spitzen Absätzen benutzt werden“ („Evangelische Lehrerinnen-Warte“).

In der Hufeland Klinik verzichten wir beim Tanzen auf jedwede Schuhe. Die nur mit Socken bekleideten Füße können den Kontakt mit dem Boden besser wahrnehmen. Gelegentlich stampfen wir dabei, um den Grund unter den Füßen besser zu spüren – aber wir versuchen auch beim Tanzen von der „Leichtigkeit des Seins“ zu kosten. Verwurzelt auf der Erde und offen zum Himmel hin, könnte dabei das Motto sein.



Im Laufe der Jahre ist beim „Meditativen Tanz“ in der Hufeland Klinik eine ganz eigene Mischung entstanden: Meditative Kreistänze zur Musik von Joh. Seb. Bach, volkstümliche Tänze wie der griechische Sirtaki, geführte Bewegungsimprovisationen mit zeitgenössischer Musik oder afrikanischen, indianischen Klängen sind Elemente, die sich in jeder Tanzstunde auf eigene Weise verbinden. Im Unterschied zu der Warnung der Deutschen Lehrzeitung von 1932 haben wir die Erfahrung gemacht, dass diese Art des Tanzens nicht nur dem „Frauenorganismus“, sondern auch Männern gut tut (wenn sie denn kommen ...). Beim Tanzen können wir unsere Sorgen und schweren Gedanken leichter loslassen, unseren Körper genussvoller spüren und uns einschwingen auf die heilsamen Frequenzen der uns bewegenden Musik.

Es gibt keinerlei sportliche oder tänzerische Voraussetzungen. Wer Lust auf Tanz und Bewegung nach Musik hat ist willkommen. Das Gruppenangebot „Meditativer Tanz“ findet gewöhnlich am Donnerstag um 19 h oder 16.30 h statt.

Martin Weichert, der das Meditative Tanzen leitet, ist Theologe und Pädagoge und unterrichtet am Gymnasium in Lauda Evangelische Religion, Englisch und Tanztheater. Neben der schulischen Arbeit ist er für das Regierungspräsidium Stuttgart (Abteilung Schule) als Fachberater für Religion tätig.

Gottesdienst in unserer Hauskapelle

Eine räumliche Besonderheit der Hufeland Klinik ist die kleine Kapelle im vorderen Haus. Das Gebäude war früher im Besitz des Pax-Vereins und diente katholischen Priestern als Kurheim. Nachdem die Kuren stark zurückgegangen waren, stand das Objekt zum Verkauf. Bedingung für einen Erwerb war allerdings, dass der neue Besitzer katholisch sein und die Hauskapelle erhalten musste.

Dieser Auflage hat sich das Ehepaar Wöppel gerne gestellt und so findet in der Regel an jedem 1. und 3. Donnerstag im Monat in unserer Hauskapelle ein Gottesdienst statt. Dieser Gottesdienst für die Patienten unserer und der umliegenden Kliniken wird von Pater Christoph aus dem Kloster in Messelhausen gehalten und ist durch die besondere Art und die sehr ansprechenden Predigten für viele ein tiefes Erlebnis, das der inneren Stabilisierung dienen kann.

Alle Patienten und deren Angehörige – auch wenn sie nicht katholisch sind oder schon lange nicht mehr in der Kirche waren – sind herzlich dazu eingeladen.

Gemeinsames Singen

„Froh zu sein bedarf es wenig“

Einmal pro Woche bieten wir allen, die Freude am Singen haben, auch wenn sie keine Sänger sind und nur mitbrummen oder zuhören wollen, eine Singstunde in der Hufeland Klinik unter der fachkundigen Leitung des evangelischen Kirchenmusikers Ulrich Nerger an. Seien Sie auch hier herzlich willkommen – Singen befreit.

