

'MOVING AND BEING MOVED FROM WITHIN'

DISCIPLINA AVTENTIČNEGA GIBANJA

Ljubljana, 3. – 5. junij 2018



Disciplina avtentičnega gibanja

... je praksa, pri kateri poslušáš in čutiš navznoter ter navzven telesno izražaš, kaj se ti poraja v danem trenutku. Gre za gibanje z zaprtimi očmi, brez glasbe, brez zunanjih pričakovanj. Telo, gibanje telesa ti kažeta pot v globino tvojega bitja, v tvojo resnico. V tem procesu si viden/-a in svoje doživljanje podeliš v jeziku, ki ti omogoča integracijo izkušnje. ... gre za utelešen način vadenja zavedanja, ki podpira zorenje sebstva. Pravzaprav lahko ta pristop predstavlja duhovno pot, ki vključuje tudi osebni psihološki razvoj oz. delo s psihološkimi temami. S pomočjo specifične strukture in skrbne pozornosti do ubesedovanja izkustva razvijamo zavedanje in vadimo prijazen odnos do sebe in drugih. ...podpira našo notranjo pričo/notranjega opazovalca in procese samozdravljenja ter razvoja zavesti.

Uvod: nedelja, 3. junij, 19.00-21.30

Ta večer daje uvod v disciplino avtentičnega gibanja in ponuja prve korake po tej poti. Poteka v angleščini, prevod bo na voljo po potrebi. Cena: 20 €

Skupinsko delo za tiste, ki so že delali z Irmgard: ponedeljek, 4. junij, 19.00-21.30 (največ šest ljudi)

Cena: 30 €

Skupinsko delo za tiste, ki so še niso delali z Irmgard: torek, 5. junij, 19.00-21.30 (največ šest ljudi)

Pogoj: sodelovanje v uvodnem srečanju in individualna seansa. Cena: 30 €

Individualne seanse: možne v ponedeljek, 4. junija, in v torek, 5. junija čez dan. Cena 60-minutne seanse: 50 €

Lokacija: Metta center, Resljeva 36



Irmgard Halstrup je psihoterapevtka in učiteljica avtentičnega gibanja, certificirana je tudi kot plesna terapevtka, supervizorka za psihoterapijo, izvajalka somatskega doživljanja in NARM-a.

Več informacij o Irmgard: www.authentic-movement.de.

Nadaljnje informacije in prijava:

Metka Kuhar: metka@metta.si (Tel.0038-640331978)

Mesto je rezervirano po vplačilu. Ob prijavi prejmete številko računa. V primeru odpovedi plačila ne vrnemo, lahko pa se seans/-e namesto vas udeleži druga oseba (ki jo najdete).