ボディワーク・セミナー（土曜日　８回　１３：３０～１６：３０）

－からだの叡智から－

担当者	グラバア俊子（南山大学人文学部教授）
概要	２１世紀に向けて、未知の大海原をひたすら航海を続けている私たちですが、さまざまな変化の中、今までにかかれた海図に頼っていられないようです。雲行きもあやしく、これから大きな嵐に遭遇しそうな　気配です。そのような今、私達はどの様に方向を見定めていけばよいのでしょうか。一つの方策として、地球上に育まれてきた命としての人間というところに立ち返り、私達に備わっている頭・心・からだという三つの叡智を見直してみたいと思います。 「自己の象徴としてのからだ」という考え方を手がかりに、下記の内容を、体験しながら深めていきたいと思います。ゲスト講師もお呼びする予定です。 ・呼吸　私のいのちのリズム　・感情の建設的な役立て方 ・立つ　私の自立、種としての成熟　・からだに聴く ・感じとる　人とかかわる、世界とかかわる ・リラックス　いのちの循環の中にくつろぐ ※ゆったりとからだを動かせる服装でおいで下さい。 ※テキスト「ボディー・ワークのすすめ」は初日に販売いたします。
日程	9/30、10/7、10/14、10/28、11/4、 11/18、12/2、12/9.
定員	24名
会場	南山大学　D棟
研修費	28,350円（消費税ならびに申込金2,000円を含む）