ボディワーク・セミナー

－からだの叡智をみがく－

担当者	グラバア　俊子（南山大学人文学部心理人間学科教授） (ゲスト：シン・インテグレーション　プラクティショナー)
概要	「からだ」という窓から、自分自身、他者、そして私たちのライフスタイルとその拠って立つ地球という環境を眺めてみると、今なにが見えてくるでしょう。この講座では、ゆっくりと呼吸を深くし、いのちとスピリットの宮である「からだ」の内に静かに座し、見えてきたものを共に分かち合い、未来に向かって喜びに満ちたヴィジョンを創造することができればと願っています。 身体的存在としての私たちに備わっている、からだの叡智・心の叡智・頭の叡智という三つの叡智。その与えられている自分の叡智の理解を深め、どのように生き生きと豊かにしていくか考え、試みてみたいと思います。 心身の調和的在り方を促進する「シン・インテグレーション」という技法の体験も予定しています。「からだ」の基礎としての「食」にも触れたいと思います。
日程	土曜日　全7回　14：30～17：30 2007年5月19日／26日、6月2日／9日／23日、7月7日／21日
定員	16名
会場	南山大学　D棟
受講料	25,200円（税込）