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、未来に向け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。一日の終わりにゆっくりした時間を持ち、自分自身のいのちのリズムを取りもどしたいと思います。
日程	火曜日　全８回　18:30～21:00　（ただし、7月1日のみ18:30～21:30） 2008年6月3日／10日／17日／24日、7月1日／8日／15日／22日
定員	20名
	【初回者優遇措置講座】：昨年度実施された、ボディワーク・セミナーを修了された方は、第一次受付期間中（4/1 12：00～4/21　12：00）はお申し込みいただけません。第二次受付開始日4月23日12：00以降にお申し込みください。
会場	南山大学　D棟
受講料	24.600円
講座の報告 （アンケートより）	・静かに自分のからだと対話することができた。 ・自分の人生の中で、これまで学んできたことをどう統合させてゆけばよいのか、少し道筋が見えた気がします。 ・優位感覚が違う人・同じ人で話し合って「まるで外国人と話しているようだ。こんなに面白い世界があったのだ」とびっくりした。 ・はじまる前と終わった今とで、未来に対する意識が変わっている。いろいろなことを通してからだが少し変容したのを感じる。