

# ボディワーク・セミナー（トライアル版）

－からだの叡智をみがく－

担当者	畑山 知子（体育教育センター准教授）
概要	<p>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たいと思います。この講座では、私がどのように人と、世界と出会っているのか、その出会い方を探究しながら、ボディワークによってどのような力が育まれるのか、皆さんと一緒に探究していきたいと思います。からだとゆっくり対話する時間を持ち、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。</p> <p>≪本講座は、一部、従来対面方式で行っていた実習をオンラインで実施するトライアル版です。≫</p>
日程	2021年10月9日（土）、10月30日（土）2日間 13：00～17：00
定員	20名
会場	オンライン
受講料	受講料 4,400円（税込）
メルマガ講座報告	<p style="text-align: right;">担当講師 畑山 知子 記</p> <p>ボディワーク・オンライン（トライアル版）が、10月9日（土）、30日（土）の二日間にわたって、7名の受講者の方々とともに開催されました。</p> <p>これまで、今この、ともにある空間の中で、それぞれのしぐさや息遣いが感じられる距離で、からだの感覚を拓き、直接ふれあったりしながら展開してきた「ボディワーク」。オンラインでどこまでできるのか、新しい挑戦でした。実習には、従来のものから、オンラインでも可能と思われた「ものを知る実習」を準備しました。対面の時のように、今ここの感覚体験に、講師もかわりながら、ともに体験の場を豊かにつくっていくということには、やはり限界を感じる場面もありましたが、一方で、Zoomの機能を使うことで、通常では振り返ることのできない自身の体験過程を見ることができたり、オンライン・遠隔であるからこそその手順から生じた新たな体験の発見もあり、私自身も「体験者」として多くの気づきや学びを頂く時間となりました。通常のボディワークの講座に比べて少ない参加者数でしたが、その体験の多様さといったら！！対面であろうとオンラインであろうと「体験の学びは非常に豊かである」ということを、改めて深く実感できたことは、私にとって最も大きな喜びでした。皆さんの中にすでにある感覚をひらいていくこと、今後も続けていただければ幸いです。みなさま、ありがとうございました。</p>