

Dans för hjärnans och hjärtats integration

”Vad som ligger bakom oss och vad som ligger framför oss är betydelselöst, jämfört med vad som finns inuti oss.”

Ralph Waldo Emerson

2 hjärnhalvor = 1 hjärna

2 hjärtkamrar = 1 hjärta

1 hjärna + 1 hjärta = en hel människa om hon är integrerad i sig själv

Kroppen ska vi egentligen behandla som vårt hus, eller ännu hellre, som vårt tempel.
Hjärtat är vår katedral och sakristia, full av gudomlig vishet.

Men: vardagen och gamla mörka attityder hindrar integrationen mellan kropp, själ och ande – vår personliga essens – och distraherar oss.

Med speciella och enkla rörelser baserade på urgammal QiGong binder vi samman vår högra och vänstra hjärnhalva med vårt hjärtas intelligens. Dessutom är dessa grundläggande rörelser en förutsättning för att kunna skapa sin egen personlighet – sitt sanna jag.

Till alla kurser var snäll ta med dig

- Någonting att ligga på (yogamatta t.ex.)
- Filt
- Kudde
- Bekväma kläder
- Glädje och nyfikenhet

Vid varje kurs bär deltagarna själva ansvaret för sig själv

Jag innehar F-skattesedel, har yrkesförsäkring och ansvarsförsäkring.