

DZIKIE SERCE

z Magdaleną Janicką

MOC ŚWIADOMEJ OBECNOŚCI W SERCU I W RUCHU

WARSZAWA 10-11.02.2018

Niechciane emocje i lęki, których unikamy, stają się naszym Cieniem, wypartą częścią nas. Nie kontaktując się z nimi operujemy w swoich strefach komfortu, nieświadomie ograniczając swoje wybory życiowe i zachowania, i tłumiąc pokłady naszej energii życiowej.

Nasze życie jest wtedy „bezpieczne” - lecz czy naprawdę czujemy się szczęśliwi i wolni? I czy strategia unikania ich naprawdę działa na dłuższą metę?

Na warsztacie będziemy łagodnie badać swoją nieświadomą relację z trudnymi dla nas emocjami i uczuciami, to co robimy aby ich unikać i nie czuć. Obejmiemy świadomą obecnością swoją relację z powszechnie unikanymi emocjami, które są wypierane do Cienia takimi jak lęk, wstyd, uczucie upokorzenia, uczucie bezwartościowości, złość, lęk przed odrzuceniem, lęk przed utratą kontroli i inne.

Będziemy włączać w tę eksplorację nasze ciała, w których to wszystko się wydarza, i praktykować w nich świadomą obecność z tym co się w nas dzieje. Damy im przestrzeń aby weszły w spontaniczny ruch i taniec, i odsłoniły przed nami swoją mądrość uwalniania. Ucieleśniając świadomie nasze Dzikie Serca, odsłoniemy cichą moc obecności w naszym wnętrzu - nieprzemijalne Istnienie, którym jesteśmy.

Zapraszamy na przygodę łączenia się ze źródłem wewnętrznej mocy, miłości i wolności!

Warsztat ten jest pierwszą częścią Trylogii Cienia w Warszawie, dwie następne odbędą się w maju oraz w grudniu 2018. Możesz wziąć udział w wybranych przez siebie, lub we wszystkich częściach. Specjalna zniżka dla uczestników całej Trylogii. Detale na www.magdalenajanicka.com



Magdalena od wielu lat praktykuje świadomy ruch jako uwalniającą medytację oraz pasjonuje się mocą świadomej obecności w ciele i w życiu, i inspirowa do niej innych.

Wraz z Colinem P. Sissonem jest współtwórczynią Integrującej Obecności i współautorką serii zaawansowanych warsztatów Spotkania z Cieniem.

Absolwentka m.in. SkyDancing Tantra Institute we Francji. Wydawca - przetłumaczyła i wydała książkę Gabrielle Roth o 5Rytmach® „Uwolnij Ciało, Ucieleśnij Duszę”. Astrolog ewolucyjna.

Oferuje autorskie warsztaty inspirowane do wewnętrznego przebudzenia do swojej prawdziwej Natury poprzez moc świadomej

obecności. Więcej na: www.magdalenajanicka.com

Data: 10-11 luty 2018

Miejsce: Warszawa, miejsce zostanie podane wkrótce

Godz. sobota godz. 11-18, niedziela godz. 11 -17

Cena:

390 zł jeśli zadek 150 zł zostanie wpłacony **do 31.01.2018**

450 zł, jeśli zadek 150 zł zostanie wpłacony **po 31.01.2018**

Zadek prosimy wpłacać na konto: Anna Staszek 43 1140 2004 0000 3602 4659 3956 z dopiskiem „Dzikie Serce Warszawa”. Na 5 dni przed rozpoczęciem warsztatu zadek nie ulega zwrotowi.

Kontakt: Magdalena Janicka, kom: 691 674 123, info@magdalenajanicka.com oraz Ela Wiśniowska, kom: 604 229 531, e-mail: e.wisniowska@poczta.fm