

- *Jak nakládáte se zlobou, nenávisí, strachem?*
- *Tváříte se, že neexistují? Cítíte vinu za to, že takové pocity máte?*
- *Nebo je dokážete přijmout a jejich potenciál konstruktivně využít?*

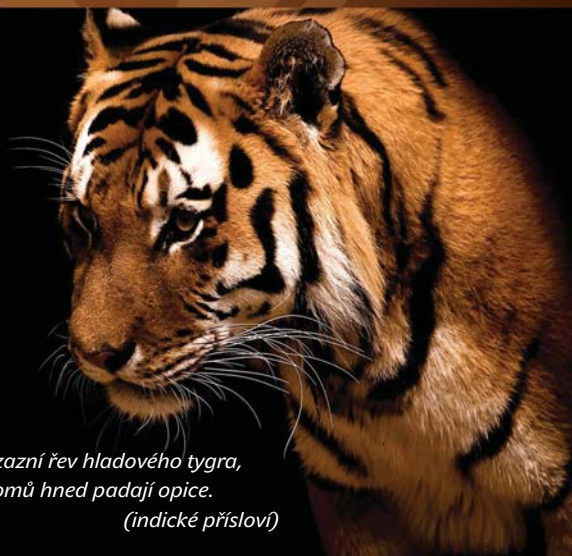
Sedláni tygra

Překonej strach a zkroť své temné já!

Pokud se ve svém životě často potýkáte s nepříjemnými pocity, jako je strach, beznaděj, vztek, nenávisť, pak je tento seminář určen právě Vám. Přijďte poznat způsob, jak uvolnit energii svých negativních emocí a jak ji konstruktivně využít k naplňování Vašich životních cílů.

Pod bezpečným vedením psychoterapeuta Michala Mynáře budete mít šanci poznat "šelmu" v sobě a podívat se jí do očí. Budete mít možnost poznat její sílu, naslouchat jí s respektem, komunikovat s ní a nakonec jí proměnit z nepřítele na spojence.

V práci s naší temnou stránkou budeme využívat různé způsoby sebevyjádření. Hudebník a výrobce hudebních nástrojů Marek Gonda vám pomůže otevřít svět přirozené hudby, pohybu a tance. Budeme ale také modelovat z hlíny, či malovat.



*Když džunglí zazní řev hladového tygra,
z vrcholků stromů hned padají opice.*

(indické přísloví)

Místo konání: **Tvořivé centrum Otevřené srdce, Oslavice 18, Velké Meziříčí**
Datum: **19. 11. (18:00) - 21. 11. 2010 (12:00)**

Lektoři: **Mgr. Michal Mynář - www.psychoterapie-brno.cz**
Mgr. Marek Gonda - www.fujarka.cz

Cena kurzu: 2.000,- Kč vč. ubytování (ve vlastních spacácích) a stravy. Uzávěrka přihlášek je 1. listopadu 2010. Kontaktní osoba: Hana Hikešová. Přihlásit se můžete na kontakt@tvorive-centrum.cz, tel.: +420 776 288 858. Více na www.tvorive-centrum.cz.