**HÍVOGATÓ:**

**Léleknyitogató: Évköröm az Életköröm**

*~ Az ember és a természet egysége valamiféle ősi, megbonthatatlan kapocs, amely, ha részese lehetsz ennek az élménynek, lélekben visszavisz a gyökerekhez. ~ (Makai Rita)*

2018 elejétől egy 20 alkalmas teljes Évkört átfogó foglalkozás sorozatot tervezek indítani, melynek célja, hogy **a természettel való összehangolódás során a saját életünk ritmusát tegyük harmonikussá**.

A **természet minden időszaka összhangban van az emberi élet, a létezés egy-egy időszakával**. Az évkör ritmusa, az évszakok változása **az életünk korszakait, változásait veszik sorra** – egyetlen évben megélhetjük a születéstől az élet végig tartó teljes létezés ciklusát.

A **kreatív alkotómunkát** hívjuk segítségül (festés, agyagozás, rajzolás, zene stb), valamint az **imaginációs-meditatív** technikát, és a folyamatosan bővülő **művészetterápiás** ismereteimet is segítségül hívom, hogy minél több eszközzel, és formában tudjuk személyesség tenni minden résztvevő számára a folyamatot. Mit jelent Neked, Nekem, és mindenkinek, aki itt jelen lesz az Évkör / az Életkör egyes szakaszainak üzenete.

A természettel együtt haladva, az **alkotásainkban figyeljük meg saját működésünket** egy-egy területen, problémakörben. Feltűnik, hogy mi az, amivel gondunk van, van-e ahol elakadtunk, de az is, hogy mik az erősségeink, hol vagyunk „formában.

*~ Az a lényeges, hogy fölfedezzük a természetben a magunk természetét. Vagy fordítva: a magunk természetében a természet természetét. Nagy erőforrásokra bukkanunk ugyanis e fölfedezéssel, hiszen a természet nemcsak létében, de minden változásában örök.~ (Elekes Ferenc)*

A városi ember eltávolodva a természet ritmusától sokszor már egy egészséges ritmust sem talál, úgy éli napjait a hideg téli zordságban, mint a nyári hőségben. Sok embernél ez a természetes ritmustól való eltávolodás alvási, idegrendszeri problémákhoz vezet. A ritmus elvesztése az életünk ritmusának elvesztését is jelenti. 2018 elejétől egy csoportban, egymásnak reflektálva haladunk előre a természet / az élet ritmusában – **megpróbálva ezzel saját ritmusunkat korrigálni, rendbe tenni.**

**Az alkotó folyamatokat** **átbeszélő körök fogják váltani**, melynek során megosztjuk egymással a folyamatban zajló érzéseinket, gondolatainkat.

**Minden érdeklődőt szeretettel várok!**

**Rendszeresség**: átlagosan 3 hetente, hétvégente (pontos időt a résztvevőkkel egyeztetjük) – nyári szünet július vége-szeptember eleje között

**Időtartam**: 3 óra / alkalom  
**Költség**: 4000 Ft / fő (tartalmazza az alkotáshoz szükséges eszközöket)

A részvéti díjat a munka folyamatossága érdekében 2 részletben kell fizetni: az 1. és a 6. Alkalommal. *A csoport száma maximalizált, max 6 fő!*

*A 2. alkalomtól a csoport a bizalom mélyülése érdekében zárt csoportként működik.*

***További információ****: 30/327-7983, arnyekesfeny@yahoo.com*

