

AUTHENTIC MOVEMENT

FRIDAYS

* 13 feb

* 8 mai

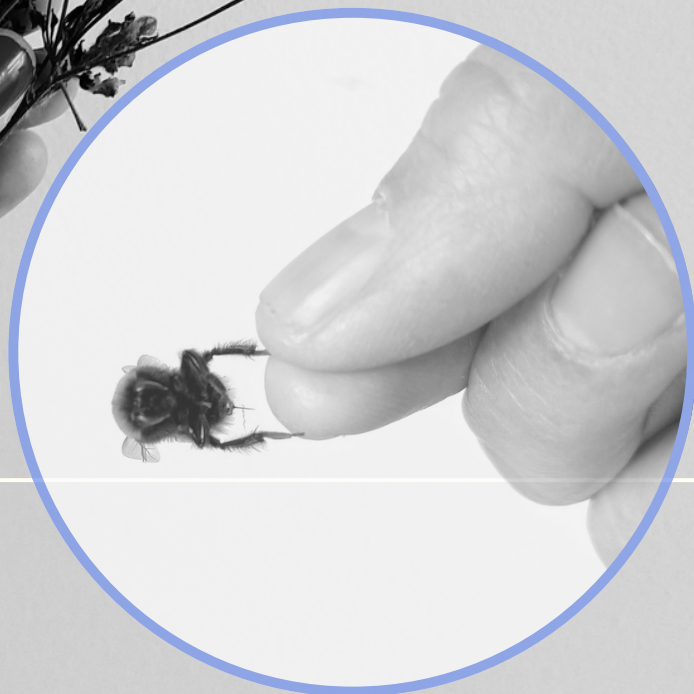
* 13 mar

* 29 mai

* 17 avr

* 26 juin

09:30 - 11:15



PRIJS:

25 EURO PAR SÉANCE [20 POUR 3]
MAX. 3 PERSONNES

INFO & RESERVATIE:

SARAH [AT] SARAHKAERTS.BE
0494462812

ZAAL: SPIRALES

131 AV. FRANS COURTENS
SCHAERBEEK

NL | EN | FR

www.sarahkaerts.be

© Sarah Kaerts



FR



NL
EN



AUTHENTIC MOVEMENT

LA DISCIPLINE DU MOUVEMENT AUTHENTIQUE

- COMME UNE MÉDITATION DANSÉE -

UNE PRATIQUE DE CONSCIENCE CORPORELLE,
UN CHEMIN DE CONNAISSANCE DE SOI-MÊME
EN PRÉSENCE DE L'AUTRE

DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE

- ÉTANT -'MOVER'- TU ES À L'ÉCOUTE DE CE QUI TE TRAVERSE AVEC LES YEUX FERMÉS. TU ACCUEILLES ET OBSERVES TES GESTES ET LA LARGE GAMME D'ÉTATS ET DE FORMES QUI HABITENT TON CORPS, EN PRÉSENCE D'UNE AUTRE PERSONNE, UN TÉMOIN BIENVEILLANT -'THE WITNESS'-, ASSISE, LES YEUX OUVERTS. CE TÉMOIN SUIT ACTIVEMENT TON VOYAGE AINSI QUE LE VOYAGE DES AUTRES 'MOVERS'.
- UN RITUEL DE PAROLE ET D'ÉCOUTE SUIT LE RITUEL DE DÉPLACEMENT ET DE TÉMOIGNAGE

JANET ADLER

CETTE PRATIQUE, DÉVELOPPÉE PAR JANET ADLER, FAVORISE

- LE DÉVELOPPEMENT DU TÉMOIN INTÉRIEUR,
- UNE CONSCIENCE CLAIRE ET COMPATISSANTE,
- UNE CONNAISSANCE INTIME DE SOI EN PRÉSENCE D'AUTRUI

ET HONORE LA SINGULARITÉ D'UNE PERSONNE DANS UNE RELATION D'INTERDÉPENDANCE

THE DISCIPLINE OF AUTHENTIC MOVEMENT

- MEDITATIE IN BEWEGING -

HET ONTWIKKELEN VAN LICHAAMSBEWUSTZIJN
EN VAN ZELFKENNIS
IN AANWEZIGHEID VAN DE ANDER

VERLOOP VAN EEN SESSIE

- ALS -'MOVER'- LUISTER JE MET GESLOTEN OGEN NAAR WAT ER DOOR JE HEEN GAAT. JE VERWELKOMT EN OBSERVEERT JE BEWEGINGEN EN HET BREDE SCALA AAN ERVARINGEN EN UITDRUKKINGSVORMEN DIE JE LICHAAM BEZIELEN, IN AANWEZIGHEID VAN EEN NIET-OORDELENDE GETUIGE - 'WITNESS' -, DIE MET OPEN OGEN JOUW REIS EN DIE VAN DE ANDERE 'MOVERS' ACTIEF VOLGT.
- DIT RITUEEL VAN BEWEGING WORDT GEVOLGD DOOR EEN RITUEEL VAN SPREKEN OVER EN LUISTEREN NAAR DE ERVARING

JANET ADLER

DEZE PRAKTIJK, ONTWIKKELD DOOR JANET ADLER, BEVORDERT

- DE ONTWIKKELING VAN JE INNERLIJKE GETUIGE,
 - EEN HELDER EN MEDELEVEND BEWUSTZIJN,
 - EEN INTIEME KENNIS VAN JEZELF IN AANWEZIGHEID VAN ANDEREN
- EN EERT DE UNICITEIT VAN JOUW PERSOON IN ONDERLINGE AFHANKELIJKHEID

* 13 feb

* 8 mai

* 13 mar

* 29 mai

* 17 avr

* 26 juin

09:30 - 11:15

NL | EN | FR

INFO & RESERVATIE:

0494462812

SARAH [AT] SARAHKAERTS.BE

www.sarahkaerts.be

