【脈輪舞蹈一日工作坊】適合給剛開始接觸脈輪系統，且想從舞動中去實際體驗脈輪能量的初學者，幫助清理和舞動脈輪，藉以維持充沛的能量 。 課程訓練主要幫助我們透過舞蹈直接體驗及瞭解脈輪系統，並經驗它與肉身體及情緒體之間的連結，當脈輪得到清理與淨化後，身與心將達到整合的平衡能量 。 這是趟自我療癒的蛻變之旅，透過肢體的舞動與各脈輪能量連結，藉此深入與每個脈輪相關的生命議題 。

關於對生存的恐懼與擔憂，對性的渴望與羞恥，或是對生命的徬徨與無力感等，都將逐一經驗與穿越，同時了解曾經被教導的信念或只停留在頭腦層面的制約，其實只是暫時被披上罩紗的幻象，在舞動中逐漸退去罩紗，認出真實的自己所散發的悟性之光 。 這將是以舞蹈來經驗與行動，藉著脈輪能量來清理肉身體及情緒體，並幫助我們理解脈輪對個人生活層面的影響，實質創造與實踐的能量平衡之旅 。

日期: 3/10(日)10: 00~18: 00

費用: 3600元

[一日工作坊課程資訊]