

# SHADOW DANCE

シャドウが踊る

3/20 (土) 9am~11:15am + 休憩 &  
1hour Dyad inquiry meditation(12:30終了)

毎週土曜日、全5回

3/20, 3/27, 4/3, 4/10/ 4/17

暗闇を悪と見なす時、私たちは2000年前の罠に陥る。それは悪者がいつも黒を着て、黒猫は不運の印。金髪は楽しく、黒い肌はネガティブで恐ろしく何もできないヤツだとみなす、というような引き継がれた伝統は未だに耳にする。だが、本当の暗闇、ダークネスとは私たちのサンクチュアリ、聖域だ。そこは私たちの神聖を見つけることができる場所であり、そこから逃げなくてはいけないような場所ではない。

ガブリエルロス著 「コネクション」より

陰と陽を統合する。  
影を光に変える。

自分の影、各リズムのシャドウをより深く知って強みにしましょう。  
押し込めた自分の「隠したい場所」。  
そこにスポットライトを当てましょう。

「私はもう闇を超えた」「ネガティブは無い」  
などと言わないでくださいね。

ダライ・ラマ氏にだって、それはある。

だって

コインは表だけで存在しますか？

月はいつも満月だけで存在しますか？

昇華したそれは、きっとユーモラスにダンスすることでしょう。

5回、コミットしていただきます。

- 3/20 フローイングのシャドウ
- 3/27 スタッカートのシャドウ
- 4/3 カオスのシャドウ
- 4/10 リリカルシャドウ
- 4/17 スティルネスのシャドウ

参加費： 一般： ￥20,000

割引： ￥15,000（月謝で5リズムを受けている方割引）

その他、お金が問題な方は、お気軽にご相談ください。

\*こころの病気で医者さんにかかっておられる方は、お断りする場合があります。ウェブサイトのコンタクト<https://www.masayo5r.com/contact> よりご相談ください。