

Городской семинар «ЛЮБОВЬ КАК СМЫСЛ ЖИЗНИ»

22 – 26 августа 2018 года, Гомель (Беларусь).

Смысл жизни всегда рождается из индивидуальной психической реальности человека, он всегда уникален для личности, для времени, для пространства.

Но при всем многообразии и уникальности, любовь – мать всех смыслов. Она рождает все живые смыслы человеческого существования.

В.В. Козлов «Психология любви», 2017



«Любовь как смысл жизни» – авторский тренинг трансформации личности. Если вы жаждете перемен, нового понимания любви и того, какое место занимает любовь в вашей жизни, нового качества проживания своей жизни – этот тренинг для вас. Жажда любви как смысла, как сокровища нашей жизни, как живительного источника, питающего душу, живет в человеческом сердце, несмотря на прожитые личные разочарования, несмотря на потрясения и сломы в современном обществе.

Любовь многолика. Это не только отношение человека к человеку, жизнь внутри пары, но и отношение человека ко многим другим сферам активности, сферам взаимодействия, сферам смысла. Любовь является сущностным качеством человека и сущностным переживанием человека, одновременно для многих основным смыслом жизни. Человек тоскует по любви и жаждет любви, переживание любви является чрезвычайно наполняющим, придающим смысл человеческой жизни, в том числе и духовной жизни.

Основная цель тренинга – знакомство с методами и техниками исследования, трансформации сознания и коррекции личности, развития телесной спонтанности и чувствительности. Изучение расширенных состояний сознания, которые могут стать ресурсом для выхода из кризисных состояний. Профилактика синдрома хронической усталости, увеличение энергетического потенциала организма, повышение качества жизни.

В программе тренинга

- лекции о сущности и смысле любви в различных ее аспектах, исцеляющих и губительных для человеческой души;
- стратегии осознания и получения удовольствия от телесности,
- работа с витальностью и сексуальной энергией в интегративной телесно-ориентированной психотерапии;
- телесное осознание и развитие телесной энергии;
- ознакомление с практиками работы с телом через дыхание, дакшиначарью;
- психотехники связного дыхания;
- направленные визуализации;
- психотехнология ДМД (Дыхание-Музыка-Движение);
- техники глубокой релаксации.

В результате тренинга вы:

- переосмыслите свое отношение к любви как высшему смыслу жизни;
- проанализируете свои стратегии взаимодействия с другими людьми и теми сферами активности, которые наполняют вашу жизнь;
- увидите возможности более гибкого, чуткого и конструктивного поведения в отношениях любви;

- сможете активизировать собственные ресурсные состояния и чувства;
 - познакомитесь с техниками развития спонтанности и чувствительности;
 - научитесь новым способам самостоятельно разрешать проблемы и выходить из кризисных состояний с помощью дыхательных, телесных и медитативных практик;
-
- осознаете возможности своего тела, способные повысить стрессоустойчивость, вернуть естество и радость жизни;
 - познакомитесь со способами профилактики синдрома хронической усталости, увеличения энергетического потенциала организма;
 - получите возможность поменять своё отношение к телу и телесности;
 - узнаете свое тело как хранителя своей духовности.

Предварительная запись на тренинг обязательна.

Дополнительная информация у организаторов:

pavlova.iulia@gmail.com +375 29 3922848 Юлия
+375 29 6512403 Светлана

Стоимость участия 200\$ (для студентов и аспирантов очных отделений 150\$).

Тренинг будет проходить в городе Гомеле.

Начало тренинга 12:00 23 августа, окончание – 15:00 26 августа.

О месте проведения участникам будет сообщено дополнительно.

Тренинг городской, питание и проживание в стоимость не входят.

Пожалуйста, предупредите заранее о необходимости организации проживания.

Также подробнее о тренинге можно узнать на страницах мероприятия в соцсетях:

[Группа "В Контакте"](#)

[Мероприятие на Facebook](#)

