

OBIETTIVI DEL PERCORSO:

- Elaborare/creare un repertorio di danze di base.
- Elementi di didattica e conduzione gruppi.
- Esercizi di consapevolezza e meditazione in movimento/gestualità.

DOVE:

Tutti gli incontri si terranno nella casa dei Missionari Saveriani a Tavernerio (Como).

PER CHI È LA FORMAZIONE:

Per chi ha voglia di camminare su un percorso di consapevolezza, condividere con altri quello che tocca nel profondo, che dà gioia e fa ritrovare il silenzio interiore. Il percorso è una via meditativa ricca di forza curativa e di trasformazione che regala gioia ed unità a corpo, mente ed anima.

MATERIALE DIDATTICO:

alla fine di ogni incontro ti verrà dato il CD con le musiche delle danze e la dispensa.

È richiesto l'impegno per tutti e tre gli incontri della formazione: i seminari sono residenziali e al termine sarà consegnato un attestato.

Dopo aver frequentato 150 ore (primo livello) di corso di formazione con me si potrà ricevere, se interessati, l'international Certification of Dance Studies CID, UNESCO.

Attenzione: I posti disponibili non sono molti.

Invito chi è interessata/o a mettersi in contatto con me al più presto.

*La danza ti avvolgerà con un raggio di sole
che potrà coinvolgere e nutrire te e tutti quelli
che danzeranno con te nel futuro*

Per informazioni dettagliate ed iscrizioni:



Joyce Dijkstra
Cell. 328 7717767
joyce@danzemeditative.com
www.danzemeditative.com

Associazione Meditazione in Movimento affiliata AFRES

Curriculum:

Il mio nome è Joyce Dijkstra, sono olandese, ma vivo in Italia da molti anni con mio marito Aldo.

Ho studiato medicina naturale in Germania, sono danza terapeuta e danza pedagogista.

In molti anni di ricerca e studio ho sviluppato un mio metodo personale nella conduzione della danza, rendendola anche uno strumento terapeutico ed una forma di ricerca spirituale.

Sono stata ispirata principalmente dalla psichiatra olandese Charlotte Querido per la DANZATERAPIA e da tanti insegnanti incontrati in tutto il mondo, lungo il mio cammino, che mi hanno trasmesso varie forme di danze meditative e danze sacre.

Il tema del lutto e della sua elaborazione è stato per me di grande interesse; nel trattarlo utilizzando la danza, sono stata ispirata molto dal mio incontro con Elisabeth Kuebler Ross e dai suoi scritti.

Sto portando avanti diversi progetti, tra cui:

Un lavoro di supporto per chi si trova in un momento difficile della propria vita, chi ha vissuto un lutto o è vittima di abusi o traumi, attraverso seminari come "La malattia... ed adesso", "Dal dolore alla pace interiore".

-Un progetto sul tema della guarigione della donna articolato in diversi incontri con tematiche significative quali: "Essere come sei", "la ricerca del sé femminile in una vita senza figli".

-Un percorso dedicato alla fratellanza e ai Valori Universali, denominatore comune di tutte le tradizioni: per contribuire attraverso la danza alla guarigione del mondo.

Sono autrice del libro: "Nella danza sei tu" La spiritualità e la cura nelle danze meditative, Editore nel 2001 da Il Segno dei Gabrielli. Pubblicato inoltre in Olanda nel 2003.

Sono Membro del:

- Consiglio Internazionale CID della Danza dell'UNESCO
- Fachverband Meditation des Tanzes - Sacred Dance in Germania .
- APID Associazione Professionale Italiana Danza Movimento Terapia nr. 471

ASSOCIAZIONE MEDITAZIONE IN MOVIMENTO

Formazione Danze Meditative con Joyce



**INCONTRO PROPEDEUTICO
a Tavernerio (Co)
dal 7 al 9 settembre 2018**



**PERCORSO DI FORMAZIONE
a Tavernerio (Co)**

**7 - 9 dicembre 2018
22 - 24 marzo 2019
3 - 5 maggio 2019**

INCONTRO PROPEDEUTICO FORMAZIONE DANZE MEDITATIVE

TAVERNERIO (Como) 7 - 9 Settembre 2018

TEMA:

L'ottimismo è vedere la vita attraverso un raggio di sole con l'obiettivo di sviluppare la positività che si trova in noi e in tutte le esperienze che viviamo



L'incontro è aperto a tutti, ma è pensato soprattutto per le persone che intendono iniziare un percorso di formazione, (anche se hanno partecipato in precedenza ad un solo mio seminario).

Il seminario propedeutico avrà inizio Venerdì 7 Settembre alle ore 17.00 e si concluderà con il pranzo della Domenica 9 Settembre 2018.

Durante o dopo questo incontro puoi decidere se continuare con il percorso di formazione.

Le danze in cerchio sono una delle forme di danza più antiche, e sono presenti in molte culture. I passi semplici e



ripetuti che le caratterizzano rimandano spesso a disegni archetipici e antiche immagini, che si ritrovano anche in altre forme espressive.

Queste danze continuano a trasmetterci forza e vitalità e il loro effetto curativo è intatto.

Danzare insieme nel cerchio ci permette di riscoprirne l'intensità arcaica e ci invita a ritrovare un pezzo di noi stessi. *"Le danze meditative, il viaggio verso la guarigione"* sono uno strumento per farci vivere l'esperienza di formazione di un gruppo e ci offrono varie opportunità per sostenerci e accompagnarci nella nostra vita di ogni giorno ma anche nelle nostre attività.

Sono anche un'opportunità per conoscere il proprio ruolo, il proprio compito nella grande famiglia della creazione, dandogli spazio nel nostro cuore, nella nostra vita. Tutte le musiche utilizzate ci invitano ad essere noi stessi, per svilupparci e entrare pieni di fiducia nella grande danza della vita.



Nella danza cerchiamo l'armonia, non la perfezione. Un'armonia che diventa visibile nell'attenzione ad una gestualità, a un passo, al significato profondo dei movimenti. In un dialogo tra le forme esteriori della danza e la nostra ricerca interiore che ci porta ad approfondirne e comprenderne il significato, e soprattutto a trovare nella danza la nostra identità vera.

Dopo tantissimi anni dedicati alle danze e tante esperienze vissute con le persone che hanno danzato con me, sono sempre più convinta che le danze meditative abbiano tanto da offrire per creare un mondo abitato da persone, famiglie e società più armoniose e equilibrate. Il mio sogno è che sempre più persone, medici, terapeuti che sono così vicini al dolore e alla malattia possano accostarsi alla danza come strumento terapeutico per loro e per i pazienti. Anche per questo motivo continuo ad organizzare percorsi di formazione... Bisogna realizzare i nostri sogni. Ora ti invito ad entrare nell'ascolto di te stessa/o, e a metterti in contatto con me se qualcosa di quello che hai letto ha colpito il tuo cuore.

PERCORSO DI FORMAZIONE:

Le date dei tre successivi incontri a TAVERNERIO (Como) sono:

dal 7 al 9 Dicembre 2018

Tema: *La mia luce è la luce dell'Universo.*

Ogni Notte Santa la luce del battito del mio cuore arricchita dai miei sentimenti più profondi, più belli, viaggia in questo mondo verso l'universo.

dal 22 al 24 marzo 2019

Tema: *Il corpo che prega*

Entrare nella dimensione della preghiera non pensata ma espressa con ogni parte di me.

dal 3 al 5 maggio 2019

Tema: *Il viaggio verso la guarigione in collegamento a fiori e piante.*

Con ogni canzone che cantiamo col cuore, con ogni danza che danziamo con amore sulla nostra Madre Terra, aiutiamo a curarla e questo si rispecchia nel nostro collegamento con lei e ci porta verso la guarigione.