

### DOĐU VE BATI SENTEZİ BEDEN ZİHİN GELİŞİMİ PROGRAMI

"Sadece meditatif dansla eŐsiz form, sınırsız gÜç, vÜcut bilinci, etkileyici hareket, esneklik ve sağlık kazanabilirsiniz. Çünkü meditatif dans bu amaçlar için, uzun vadeli insan gelişimine uygun olarak tasarlanmıştır"

Ülkemiz topraklarının benzersiz karışımından esinlenen Meditatif Dans tekniği, doğu ve batı kaynaklı vÜcut eğitimi tekniklerinin, Anadolu'ya özgü müzik ve dansla tedavi amacıyla sentezlenmesinden oluşur. Bu karışımın Sufilerin hareket konsantrasyonu ile kesişimine dayanan teknik, bir zeka ve beden gelişimi metodudur. İnsanların yeni algı ve hareket limitleriyle yepyeni ömür süreleri hedeflemesini cesaretlendirir. Bu amaçla bütünsel bir sistem içinde hareketin, nefes tekniklerinin, enerjinin ve dikkatin özel bir sıralamayla uygulanması ile vücudun kendi kendini yenilemesi özelliğini harekete geçirir.

Meditatif Dans konferansı 'Uluslararası Sanat Konferansı 2009 Milano'da yapıldı ve '21. Yüzyıl Beden ve Zihin Gelişimi Formülü' başlığıyla International Arts Journal'da yayınlandı. Teknik, İtalya, Avusturya, Bulgaristan, İsviçre, Amerika ve İngiltere'de tanıtılmaktadır.

2000 senesinden beri derslere aralıksız devam edilen Meditatif Dansla yüzlerce katılımcı hastalık oluşturmeyen yeni bir üstbedene, doğru duruş ve hareket yeteneklerine kavuşarak yeni bir hayata merhaba dedi.

