



**Лаборатория Аутентичного Движения 2011**

# МЕЖДУНАРОДНАЯ ЛАБОРАТОРИЯ АУТЕНТИЧНОГО ДВИЖЕНИЯ

1-ый блок Лаборатории 14-16 июня 2011

## ВСТРЕЧА В ФОРМАТЕ PEER-GROUP

В рамках Лаборатории это был первый опыт встречи участников, который предполагал использование формата, построенного на принципах самоорганизации и равного участия.

В работе пир-группы приняли участие 8 человек:

Александр Гиршон (Москва)

Александра Степаносова (Москва)

Варвара Лыскина (Екатеринбург)

Инна Абрамова (Санкт-Петербург)

Люба Фоменко (Москва)

Маша Фролова (Москва)

Мила Пирогова (Москва)

Нина Кунгурова (Москва)

Особенностью количественного состава данной группы было то, что 5 из 8 человек являлись участниками московской пир-группы – что означало наличие продолжительного опыта этих участников как в совместном движении, так и в общении.

### **Первый день.**

*18.00*

*Общая встреча участников группы. Знакомство.*

Мы начали с разговора о том, у кого какие запросы, желания и ожидания от предстоящей работы в формате пир-группы. И в целом обозначились два направления.

1. *Меньше разговоров – больше практики!* Многим участникам было важно использовать это время для максимально углубленной работы с личными процессами.
2. *Разговоры тоже важны!* Возможность использовать встречу опытных участников как пространство для размышлений о самой практике – о вопросах теории и осмыслении наблюдений.

Так же был запрос на обсуждение вопросов, связанных с работой пир-групп. И поскольку на встрече присутствовали участники только московской пир-группы, Александр Г. предложил организовать при возможности интернет-конференцию, подключив к дискуссии и участников пир-групп из других городов.

*18.30*

*Процесс аутентичного движения.*

В качестве формата для первого процесса общим обсуждением был выбран long circle.

1 час – движение, 10 мин. – transition time, затем шэринг в общем кругу. Продолжительность шэринга мы решили не регламентировать фиксированным временем.

*20.00*

*Перерыв на ужин.*

*20.30 – 22.30*

Продолжение шэринга.

*Общий круг.*

После ужина к нам присоединилась Варя из Екатеринбурга, поэтому после завершения шэринга мы вновь вернулись к обсуждению как планов на следующий день, так и в целом наших ожиданий от этой встречи.

**Второй день.**

*09.00*

*Завтрак.*

09.30 – 10.00

*Самостоятельная двигательная разминка.*

10.00

*Общий круг.*

Мы решили не регламентировать заранее наш день, а следовать тем процессам, которые возникают в группе. И большинству участников хотелось начать день с процесса движения. В качестве формата для первого процесса был предложен процесс движения без внешнего свидетеля, только с внутренним свидетелем. И обсуждение этого формата стало началом возникшей позже дискуссии – а почему большинству в группе хочется двигаться БЕЗ присутствия внешнего свидетеля, и какова вообще роль внешнего свидетеля в процессе аутентичного движения?

10.20

*Процесс аутентичного движения.*

Движение без внешнего свидетеля. 15 мин. – движение, 15 мин. – transition time, шэринг в общем кругу – опять-таки мы решили не регламентировать его по времени. И во время шэринга мы делились не столько материалом своего личного процесса движения, сколько наблюдениями, связанными с движением в формате с отсутствием внешнего свидетеля:

- отсутствие внешнего свидетеля как отсутствие луча внимания, который бы «высвечивал» процессы;
- в какой-то момент - тревога об отсутствии безопасности;
- обострение своего внутреннего свидетеля как функции, которая позволяет более ясно собирать что-то внутри;
- движение без внешнего свидетеля как более ответственная позиция;
- быть видимым для другого – одна из основ практики, движение с внешним свидетелем как более зрелая позиция движущегося;
- раньше не задумывалась об этой разнице – в отсутствии и присутствии свидетеля.

11.10 – 11.20

*Перерыв.*

11.20

*Процесс аутентичного движения.*

В парах. 20 мин. – движение, 10 мин. – transition time, 20 мин. – шэринг в парах.

В обе стороны.

13.05

*Общий круг.*

Продолжились размышления о том, что меняется в позиции движущегося в присутствии внешнего свидетеля:

- присутствие внешнего свидетеля дало ощущение внутренней связанности и непрерывности процесса;
- внимание свидетеля помогло формировать историю, делать её более связной и последовательной, возникла повествовательность;
- появилась легкость по отношению к своему процессу;
- внешний свидетель как гарант удержания глубины моего опыта, признание того, что то, что происходит со мной во время процесса, является реальностью;
- присутствие свидетеля как гаранта того, что я выйду из процесса, сама история движения становится более связной и ясной;
- свидетель как контейнер для моих чувств;
- все, что говорится в кругу, ясно и знакомо, в процессе движения не возникало необходимости фокусироваться на этой теме – присутствие и отсутствие свидетеля;
- присутствие Другого как прямое переживание, а не мысль о том, что он есть;
- внешний свидетель – это не только луч внимания, но и качество присутствия и соучастия;
- когда-то было важно, кто мой свидетель, а теперь важно, чтобы он просто был;
- интересно проверить, влияет ли качество присутствия свидетеля на качество процесса движущегося;
- и наоборот 😊

После 45-минутного обсуждения этой темы в группе прозвучало мнение о том, что для одной из участниц было бы комфортнее почувствовать своё присутствие в группе, если бы участники пир-группы не только свидетельствовали свой опыт с мета-позиции и размышляли о вопросах теории и наблюдений в практике, но и поделились личным материалом своих процессов. Группа поддержала, и в оставшиеся 10 мин. каждый поделился либо кусочком своего процесса, либо личным и групповым свидетельствованием.

14.00 – 16.00

*Перерыв на обед и отдых.*

16.15

*Общий круг.*

Опять-таки мы начали с дискуссии о предстоящем формате. Большинству в группе (но не всем) хотелось использовать возможность движения на природе. И тогда мы разделились на несколько групп, чтобы каждый мог удовлетворить свои потребности.

16.30

*Процесс аутентичного движения.*

В малых группах. Каждая из групп регламентировала время на движение и шэринг по собственному усмотрению.

Саша Г., Люба. Мила – движение в лесу

Инна, Маша – движение в лесу

Саша А., Варя – движение в зале, потом перешли на крышу

Нина – использовала это время для покоя и уединения на природе

18.30

*Общий круг.*

Саша Г.: узнаваемая композиция в процессе - время для нахождения потока, катарсис, выход в иное – в данном случае «сказочное» - пространство;

Люба: «сокровища в земле», моя ось всегда со мной, чувствование себя очень живой;

Мила: в зале – легче быть внутри себя, но в то же время на улице постоянное перемещение фокуса внимания от внутреннего пространства к внешнему обогащает мою внутреннюю жизнь;

Инна: фрагментарный процесс, в зале легче погрузиться внутрь, первый опыт движения в лесу, телесные ощущения захлестывают внутренние переживания;

Маша: не получилось концентрированного процесса;

Саша С.: солнце и тень как материал для возникновения архитепического пласта переживаний в процессе;

Варя: сильный процесс, «не-мертвый мертвец», не готова делиться всем процессом, читает свой стих;

Нина: покой, солнце, воздух, небо как естественные силы для восстановления жизненных ресурсов;

Саша Г.: читает алаверды Варе стих А.Блока

«Как тяжело мервецу среди людей

Живым и страстным притворяться!..»

*19.00 – 20.00*

*Перерыв на ужин и отдых.*

*20.00*

*Просмотр фильма.*

Смотрим первую половину фильма о Мэри Старкс Уайтхаус (Metamorphosis in Movement) – одной из матерей-основательниц аутентичного движения.

*21.15*

*Общий круг.*

1. Обсуждение фильма – некоторые отметили тот факт, что иногда Мэри Старкс Уайтхаус останавливала движущихся и говорила – «Стоп! Начни сначала». Это привело к дискуссии о том, что это всё-таки за критерий движения – аутентичность, насколько он виден со стороны.

2. Обсуждение прошедшего дня и работы группы.

Пир-группа как

- забота о пространстве
- забота о практике
- забота о группе

- и это о том, чтобы вкладываться

Через обсуждение реальных моментов непонимания, возникающих внутри отношений, которые уже начали складываться в нашей группе, мы вышли на обсуждение темы, как вообще в пир-группе регулировать возникающие групповые процессы? без ведущего или фасилитатора?

Как предложение прозвучала возможность заимствовать уже существующие форматы, которые приняты на встречах-интервью:

- назначать на каждую встречу фасилитатора из участников группы
- устраивать плановые встречи, посвященные групповой динамике

Именно эти вопросы стали началом обсуждения темы про жизнь пир-групп в интернет-конференции.

22.30 – 23.45

*Интернет-конференция\*.*

Приняли участие:

Алексей Константинов (Минск, Беларусь)

Настя Жолудь (Харьков, Украина)

Настя Саевич (Санкт-Петербург, Россия)

Юля Морозова (Алкмаар, Голландия)

Целиком запись интернет-конференции выложена в рассылке АД-сообщества.

Нина: обозначила тему и вопросы, которые группа начала обсуждать – в частности тему возникающих групповых процессов в пир-группах

Юля: не видит отличия групповых процессов в пир-группе от групповых процессов в других форматах

Настя Ж.: пир-группа подразумевает, в первую очередь, личную ответственность каждого участника

Лёша: в своей группе все встречи и обсуждения записывают на диктофон и выкладывают в своей рассылке; всегда есть опция, что если мы не находим решения – группа закрывается

Настя С. : спрашивает об организационных моментах создания пир-группы, о минимальном количестве людей



Лёша: нет необходимости ограничивать минимум людей, процесс может состояться когда есть двое или даже 1 человек

Юля: в их группе 10 человек, встречаются 2 раза в месяц плюс 3-4 раза в год открытые сессии

Леша: в какой-то момент провели в группе встречу на тему «Какой я вижу идеальную АД-группу», что привело к пересмотру и принятию новых правил группы; группа вносит оплату за занятия сразу за несколько месяцев вперед

Саша Г: пир-группа – это пространство только для личных процессов или же в том числе и для осмысления вопросов самой практики?

Лёша: в их группе есть время, отведенное для обсуждения вопросов

Юля: в их группе нет единого отношения к этому вопросу, но есть потребность в осмыслении вопросов практики

Настя Ж.: есть готовность организовать группу

Лёша: вопрос ко всем - как меняется личная динамика в практике?

\* Целиком запись интернет-конференции выложена в рассылке АД-сообщества.

### **День третий.**

9.00

*Завтрак.*

10.15

*Общий круг.*

И вновь мы начинаем с того, что обсуждаем все вместе, с чего нам хочется начать день сегодня. И снова звучит и необходимость личных процессов движения, и возможность продолжения обсуждения вопросов практики. Учитывая, что сегодня – завершающий и короткий день в работе пир-группы, многим кажется подходящим начать с long circle, а завершить форматом одиночного движения в кругу (один движется, остальные свидетельствуют, по 5-7мин. на каждого)

10.40

*Процесс аутентичного движения.*

Long circle. 30 мин. – движение, 10 мин. – transition time, шэринг в общем кругу – 2 мин. свидетельство своего процесса, затем формат «эхо», когда каждый из свидетелей повторяет из рассказа движущегося те фразы, которые оказались наиболее значимыми.

11.45-12.00

*Перерыв.*

12.00

*Общий круг.*

После прошедшего процесса оказалось, что большинство группы не чувствует потребности в еще одном процессе движения, как предварительно обсуждалось с утра. Поэтому решили поговорить-поразмышлять над тем вопросом, который задал вчера на интернет-конференции Лёша – о личной динамике в практике - и который сформулировался для нас еще шире – как вопрос о результатах практики.

Нина: как навык, перенятый из шэринга - «я»-высказывания и их польза в повседневной жизни

Саша Г.: похоже не на поступательное развитие, а, скорее, на образ лесной тропинки.

И вопрос – это развитие чего?

- принятие себя
- возможность переносить переживания
- возможность более точно обозначать, что происходит
- медитация
- терапевтическая практика – то есть то, что меня поддерживает

Мила: это как циклы, а я как маленький конструктор, который постоянно то разбирается, то собирается; нет точки, до которой можно дойти и перестать практиковать; это ресурс, который поддерживает; «цельность» и «исцеляет» - как постоянная сборка из кусочков

Варя: как движущийся – сначала большое очарование практикой и изумление, что можно так прислушиваться к телу, затем – появились сильные архаические переживания (животные, стихии), когда была сильная вовлеченность в процессы и внутрений свидетель был менее осознан, затем осознание, как я использую навыки импровизации и навыки работы с активным воображением, сейчас интересуют мелкие детали и менее уловимые чувства и связи. Как свидетель – сначала

тоже очарованность практикой, затем потребовались силы, чтобы научиться видеть другого, в последнее время все больше очаровываюсь композицией

Люба: был период серийных процессов, когда одна и та же тема повторялась 5-8 процессов, но как только я начала осознать и воплощать «подарки» практики в жизнь, серии повторяющихся тем стали сокращаться – то есть важно не только подвигаться, но и делать что-то с тем, что приходит во время движения. Как результат – научилась вычленять главное из какофонии чувств, как побочный эффект – стала меньше думать, а чаще поступать импульсивно.

Инна: динамика практики связана с динамикой интеграции практики в жизнь – сначала вижу-наблюдаю, потом – принимаю решение. В целом жизнь становится более медитативнее; принятие того, что происходит с другими; как следующий шаг – ощущение общей целостности; АД как инструмент, которым можно всегда воспользоваться – пойти в тело и растождествиться с переживаниями

Саша Г.: две тенденции, две оси:

- развитие спонтанности – и это связано с ролью движущегося
- развитие осознанности и способности контейнировать – и это связано с ролью свидетеля

Инна: в АД полярности проживаются как части целого

Маша: как образ прогулки в лесу – интересно вглядываться, узнавать и наполнять смыслами; отношение как к сновидению, необязательно что-то линейное

Мила: сначала ощущала себя как в незнакомом месте, где есть ограничения, сейчас рамки как будто растворяются и есть горизонты для развития

Варя: возможность интенсивно проживать себя в АД – и это было самоценно; образ сварки двух кусков металла – так же соединяются внутри меня чувства и телесные переживания. Сейчас я начинаю замечать как эти куски металла становятся более пластичными.

Саша Г.: развитие языков сознания – изначально язык образов и чувств был сложнее, затем постепенное прояснение, что это разные аспекты одного и того же переживания, и общий смысл становится более ясным.

13.00 – 14.00

Завершение 1.

Спонтанные танцы и обнималки под музыку.

Завершение 2.

Прогулка к реке и молчаливое созерцание.

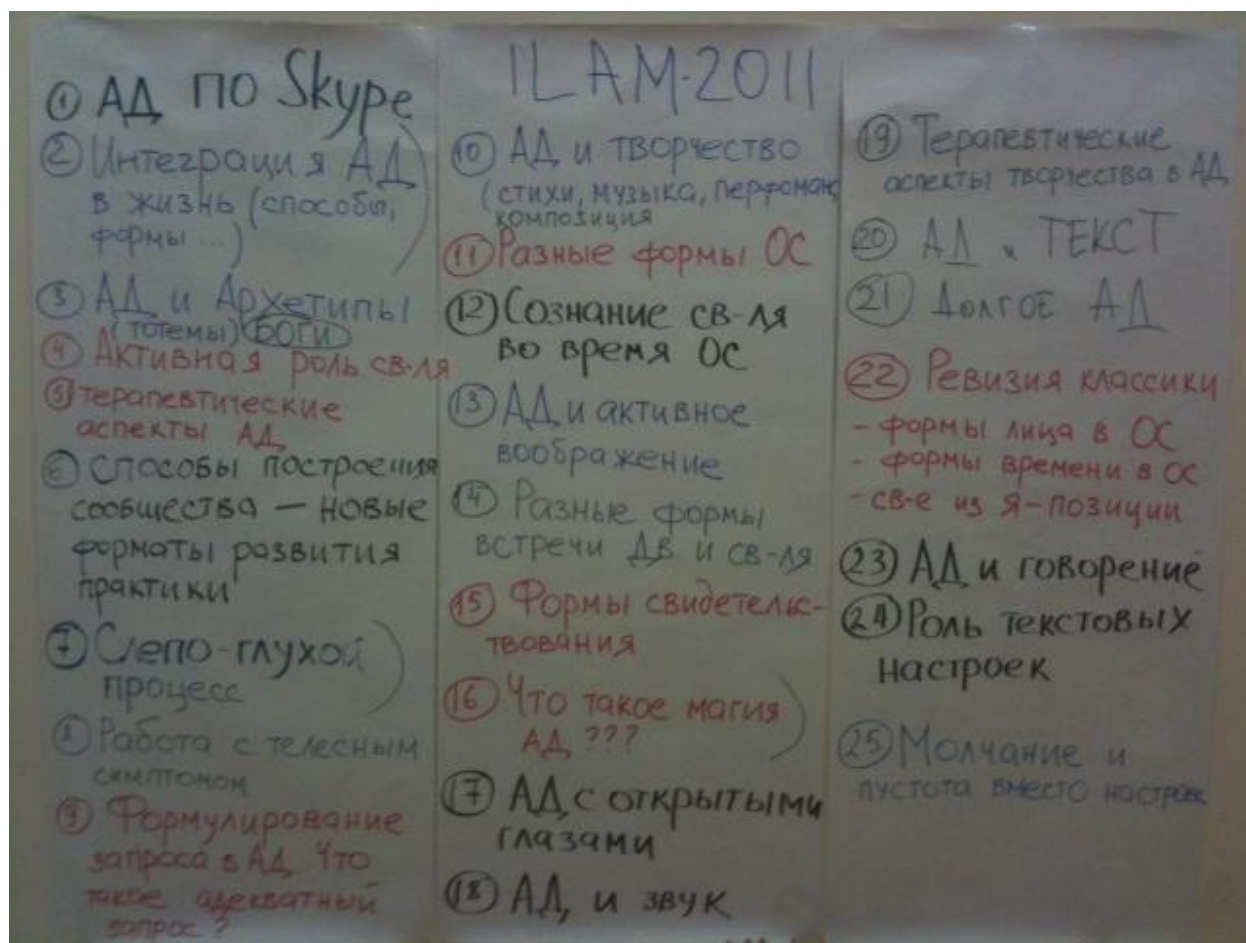
## ЛАБОРАТОРИЯ: 16-18 июня 2011

### 1 день

Из присутствующих на реер-group выбыла только Нина.

А на Лабораторию приехали Лора Урванцева, Маша Гусева, Артур Постников

Круг: Знакомство и набрасывание тем



Парный процесс 15+5+10

Саша Г: другое качество пространства, переживание значимости, почти перформанс.

### 2 день

Круг

Доехал Олег Демин

*Процесс АД со словами*

1 формат

10 мин. Индивид.Разминка со звуками, джибереш, словами

Парный процес

15 мин без слов

15 мин можно говорить

10 транзишн

20 проговор

2 формат

10 мин. Тишины

20 мин процесс

10 транзишн

20 проговор

Лора: Пошла в слепоглухой процесс - другая глубина переживаний.

Варя - когда возникает внутренняя речь? Когда рождается слово?

Наблюдать моменты перехода? Что происходит со мной, когда я говорю? Когда кто-то говорит?

Саша Г - Звук порождает звук

Тишина порождает тишину

Что порождает слово?

Что такое рождение аутентичного слова?

Мила - это может быть связано с творчеством

Одно-два слова

Саша С - свидетельствовала фразу о конкретной ситуации взаимодействия, она иллюстрировала ситуацию

Варя: слово рождается из потребности, соединенной с чувством

После обеда

Поскольку утренний блок был очень насыщенный решили после обеда заняться чем-то более "формальным": формами свидетельствования.

*процесс с формами свидетельствования*

В тройках: 15 мин. Движение, 10 мин. Переход 15 мин. Обсуждение

Что пробовали: Рассказ от первого лица, от второго, от третьего

Рассказ в будущем времени,

В нашей тройке (Саша Степаносова): свидетель, повернувшийся спиной+

Вмешивающийся свидетель

Саша Г: в роли движущегося получаю свидетельствования от 1 лица, чувствую приятное удивление, некоторую регрессию, мерцание "верю/не верю".

Доехала Юля Тимошенко

Вечером фильм Breath made visible

3 день

Доехал Паша Лукша

*АД и священные тексты*

Check in

Long circle

10 min движение

10 min элексир счастья Эль-Газали

5 мин. Transition

10 min экклезиаст

5 мин. Transition

10 min сутра сердца

5 мин. Transition

10 Мин движение

Элексир счастья Эль-Газали

Благодарения и благословения столь же многочисленные, как звезды на небе и капли в дожде, и листья на деревьях, и песок в пустыне, и атомы на земле и в небесах, Богу, качеством которого является Единство, а свойствами - Великолепие, Величие, Мощь, Превосходство, Могущество и Благодать.

Его великолепия никто из сотворенных Им не видел в совершенстве, и без Него никто не может прийти к истинной сущности Его познания, разве что признание своего бессилия в постижении истинной сущности Его познания есть предел познания Искренних Праведников, признание недостаточности славословий и восхвалений для выражения благодарности Ему есть предел восхвалений Ангелов и Пророков, признание своего удивления первыми лучами Его Великолепия есть конечный результат разума Умнейших, и изумление есть предел, которого достигают Аскеты и их Ученики в своем стремлении приблизиться к чертогам Его Красоты. Потеря надежды на приобретение основ Его познания приводит к лишениям, а попытка познать все Его совершенство с помощью воображения приводит к уподоблениям.

Прекрасна доля всех тех глаз, которые познают Красоту Его сути, а плоды наблюдения чудес Его творения всеми умами суть необходимые познания. Да не будет никого, у кого бы возникли сомнения в величии Его сути, типа какое оно и что это. И да не будет такого Сердца, в котором хотя бы на миг возникли бы сомнения в чудесах Его творения, типа от кого это или от чего, а пусть обязательно знают, что все это - следы Его мощи и все - отблески Его могущества и чудеса Его мудрости, и сияние красоты величия Его. Все, что есть от Него и в Нем и скорее все само по себе, - это Он, и ничто истинно не существует без Него. Более того, существование всех вещей - сияние лучей Его бытия.

#### Книга екклесиаста

- 1 Всеу свое время, и время всякой вещи под небом:
- 2 время рождаться, и время умирать; время насаждать, и время вырывать посаженное;
- 3 время убивать, и время врачевать; время разрушать, и время строить;
- 4 время плакать, и время смеяться; время сетовать, и время плясать;
- 5 время разбрасывать камни, и время собирать камни; время обнимать, и время уклоняться от объятий;
- 6 время искать, и время терять; время сберегать, и время бросать;
- 7 время раздирать, и время сшивать; время молчать, и время говорить;
- 8 время любить, и время ненавидеть; время войне, и время миру.
- 9 Что пользы работающему от того, над чем он трудится?
- 10 Видел я эту заботу, которую дал Бог сынам человеческим, чтобы они упражнялись в том.
- 11 Все соделал Он прекрасным в свое время, и вложил мир в сердце их, хотя человек не может постигнуть дел, которые Бог делает, от начала до конца.
- 12 Познал я, что нет для них ничего лучшего, как веселиться и делать доброе в жизни своей.
- 13 И если какой человек ест и пьет, и видит доброе во всяком труде своем, то это - дар Божий.
- 14 Познал я, что все, что делает Бог, пребывает вовек: к тому нечего прибавлять и от того нечего убавить, - и Бог делает так, чтобы благоговели пред лицом Его.
- 15 Что было, то и теперь есть, и что будет, то уже было, - и Бог воззовет прошедшее.
- 16 Еще видел я под солнцем: место суда, а там беззаконие; место правды, а там неправда.



17 И сказал я в сердце своем: "праведного и нечестивого будет судить Бог; потому что время для всякой вещи и суд над всяким делом там".

18 Сказал я в сердце своем о сынах человеческих, чтобы испытал их Бог, и чтобы они видели, что они сами по себе животные;

19 потому что участь сынов человеческих и участь животных - участь одна: как те умирают, так умирают и эти, и одно дыхание у всех, и нет у человека преимущества перед скотом, потому что все - суета!

20 Все идет в одно место: все произошло из праха и все возвратится в прах.

21 Кто знает: дух сынов человеческих восходит ли вверх, и дух животных сходит ли вниз, в землю?

22 Итак увидел я, что нет ничего лучше, как наслаждаться человеку делами своими: потому что это - доля его; ибо кто приведет его посмотреть на то, что будет после него?

Сутра сердца

Слушай, Шарипутра,

Форма - это пустота, пустота - это форма,

Форма - это ничто иное как пустота,

Пустота - это ничто иное как форма.

То же самое справедливо для чувств,

Восприятий, умственной деятельности и сознания.

Слушай, Шарипутра,

Все дхармы имеют свойства пустоты.

Они не сотворимы и не уничтожимы,

Не загрязнены и не очищены,

Не увеличиваются и не уменьшаются.

Значит, в пустоте

Нет ни формы, ни чувств, ни восприятий,

Ни умственной деятельности, ни сознания.

Нет взаимозависимого происхождения

Нет глаза, нет уха, нет носа,

Нет языка, нет тела, нет ума.

Нет формы, нет звука, нет запаха,

Нет вкуса, нет осязания, нет объектов ума.

Нет сферы элементов, начиная от глаз

И заканчивая сознанием.

И нет его угасания, начиная от неведения

И заканчивая смертью и разложением.

Нет страдания и нет источника страдания,

Нет прекращения страдания

И нет пути прекращения страдания.

Нет мудрости и нет достигнутого.

Поскольку нет достигнутого, то бодхисаттвы,

Опираясь на совершенную мудрость,

Не находят препятствий в своем уме.

Не имея препятствий, они преодолевают страх,

Навеки освобождаются от заблуждений

И достигают истинной нирваны.

Благодаря этой совершенной мудрости,

Все будды минувшего, настоящего и грядущего

Вступают в полное, истинное и всецелое просветление.

Поэтому должно знать, что совершенная мудрость  
Выражается непревзойденной мантрой,  
Высочайшей мантрой, уничтожающей страдания,  
Безупречной и правдивой.

Значит, мантра праджняпарамиты

Должна быть провозглашена. Вот эта мантра:

Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.

Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.

Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.

АГ: Пронзительный, волшебный процесс. Слово как внутренне действие.

Обед

*АД и архетипические образы*

3 пошли в лес работать с тотемными животными

Остальные выбрали себе богов и божественных существ

Процесс в парах

10 мин настройка

(25 мин процесс

15 мин переход)x2

30мин проговор

Саша Г. У меня давно была намечена парочка богов, которых я соотношу с силами, действующими в моей жизни. Она достаточно классична: это Апполон и Дионис, сила порядка и сила хаоса, структура и поток, солнце и тьма и т.д. Основной вопрос, который был перед процессом - не слишком ли мало Дионис проявляет себя в моей жизни? Не ставлю ли я излишний запрет на реализацию этой силы?

Настройки и осмысление включали в себя материал из личной жизни, непосредственного переживания и мифологии.

Самый главный вывод из процесса: дионисийство - это, в первую очередь, внутренняя оргия, проживание уже существующего, телесного как оргии. А с этим у нас все хорошо.)))

После ужина проговор, наметили на утро работу с терапевтическими аспектами

Просмотр фильма still looking.

4 день

Уехала Саша Степаносова

Вместо работы с терапевтическими аспектами с опозданием на 20 мин. Из-за запроса вернувшихся из леса Маши, Лоры и Артура началась активная дискуссия о формате свидетельствования. (третье или второе лицо, использование описания языка движения)

Саша Г.: К сожалению, из-за активного участия в дискуссии, я мало что могу записать фактического. Я помню, что поднимались давние темы про роль фактического описания движения и что это описание по мнению некоторых Движущихся мало что дает их процессу. Я помню непонимание того, зачем используется третье лицо в персональном свидетельствовании. Я помню свое желание признать правду каждого из говорящих и найти позицию, интегрирующую их всех. Я помню напряжение и жар, и послевкусие этой дискуссии, которая, похоже никогда не закончится.))

И я помню, что мы обсуждали - что именно называется Аутентичным Движением и когда уже нужно именовать это другой практикой. Когда мы не форматируем обратную связь Свидетелей? Или когда мы не придерживаемся точных словесных формул?

Мое мнение уже сейчас, что важно определять тело практики не только через границы, сколько через контакт с духом и сутью практики, изучением ее происхождения и поддержанием непрерывности. Правда, в моем опыте, это приводит к уважению к источникам практики и соблюдению границ.

Завершили Лабораторию ритуалом в кругу, когда каждый смотрел каждому в глаза.

У нас не было времени обсуждать следующие встречи, но в конце я предложил провести следующую встречу в формате лаборатории без фасилитаторов, по принципу пир-группы.

В Кунпенлинге. 28 апреля – 2 мая 2012 г. Организатором планируется Павел Лукша.