

## **Ćwiczenie 6.1: „Wytańczenie papy. Impuls intuicji”**

*(Odpowiedź na potrzebę Twojego ciała, by „wyrzucić/wytańczyć”)*

1. Rytuał: stań na swojej „żywej granicy”.

Poczuj spójność podświadomego „rozkładu jazdy”.

2. Impuls: nie planuj ruchu.

Pozwól, by głos (ten z piwnicy, najniższy) zaczął wibrować w stopach.

3. Taniec: pozwól ciału wyrzucić wszystko, co jest „kalkulacją”.

Jeśli ruch staje się „ładny” przerwij!

Szukaj tego, co wyrzuca podświadomość.

Nie musi być nim taniec dla widza, jest to taniec dla Twojej wolności.