

## Pro koho? Začátečníci i pokročilí

Seminář je určen pro začátečníky i pokročilé (tj. pro ty, kdo již mají s eurytmií i antroposofií určité zkušenosti). Zaměřuje se především na základní témata obou disciplín, která jsou zároveň tématy nejdůležitějšími i nejnáročnějšími. Proto tento seminář představuje jak důkladný úvod (pro začátečníky), tak i utřídění a prohloubení již známého (pro pokročilé). — Jediným předpokladem pro účast na semináři je chuť rozvíjet se a cvičit. Spojení eurytmie a antroposofického pohledu na člověka a svět otevírá nové perspektivy každému člověku, posunuje horizonty jakéhokoliv povolání a přináší nové kvality do každodenního života.

**Tento seminář je určen výhradně lidem, kteří se chtějí eurytmii věnovat pro vlastní radost a růst – tedy nikoliv profesně. Není zakončen diplomem. Nevede k osvojení si eurytmie jako povolání, tj. k oprávnění eurytmii v jakékoli formě vyučovat nebo jinak veřejně provozovat.** K tomu je zapotřebí absolvovat výrazně komplexnější profesní studium – více informací na [www.studium-eurytmie.cz](http://www.studium-eurytmie.cz).

## Tři nezávislé moduly

Seminář sestává ze tří modulů, na každý se přihlašují zájemci zvlášť: 1. *Člověk jako individualita – Eurytmie jako cesta k sobě*, 2. *Člověk a společnost – Eurytmie jako sociální umění*, 3. *Člověk a kosmos – Eurytmie jako cesta k duchovním zákonitostem*. Ty je třeba absolvovat v uvedeném pořadí, ale ne nutně bezprostředně po sobě: pokud se např. po prvním roce ukáže, že pro nějaké vnější překážky nebudete moci pokračovat, můžete skončit a do dalšího modulu nastoupit, až bude otevřen další běh semináře.



## Časové nároky

Každý ročník/modul sestává ze **sedmi víkendů** (jeden víkend = cca 10 hodin eurytmie a 3 hodiny antroposofie) a **týdenního letního soustředění**. Budeme rádi, pokud budete chtít cvičit eurytmii i v čase mezi setkáními doma – na závěr každého setkání k tomu dostanete potřebné instrukce a podporu.

## Lektoři

Seminář povede kolegium tří stálých lektorů – Hana Adamcová, Jitka Čápová a Tomáš Adamec, vyučovat na něm budou i další hostující lektori.

## Termíny

(1. modul)

21.–27. 7. 2024 (úvodní letní soustředění – Písek)  
20.–22. 9. 2024 ■ 11.–13. 10. 2024 ■ 22.–24. 11. 2024  
14.–16. 2. 2025 ■ 21.–23. 3. 2025 ■ 25.–27. 4. 2025  
23.–25. 5. 2025

## Místo konání

**Víkendy:** Vzdělávací centrum *Otevřený prostor*, Trpoměchy u Slaného, [www.otevrenyprostor.cz](http://www.otevrenyprostor.cz).  
**Letní soustředění:** Waldorfská škola v Písku.

## Ubytování

Část účastníků bydlí přímo v *Otevřeném prostoru* v Trpoměchách, ostatní v blízké ubytovně API.

## Kapacita

Max. 30 účastníků. Seminář se otevírá při minimálním počtu 24 účastníků.

## Přihlášky

Do 15. 5. 2024 (na níže uvedený e-mail nebo tel.)

## Kontakt

Hana Adamcová  
tel.: +420 728 220 206  
e-mail: [ea@dumcloveka.cz](mailto:ea@dumcloveka.cz)



## Cena

**Ubytování, pronájem eurytmického sálu + stravování (plná penze):** 2 500 Kč/víkend. **Kurzovné:** 1 700 Kč/víkend (zahrnuje korepetice, tištěné materiály a nahrávky přednášek pro nepřítomné). **Celkem tedy:** 4 200 Kč/víkend.  
**Cena za rok:** 7 víkendů + cca 7 000 Kč za letní soustředění = **36 400 Kč** za rok/modul. (Platbu je možné rozložit do dvou splátek či jinak dle domluvy.)

## Platba

Převodem na účet **2802555605/2010** (Fio banka), do „zprávy pro příjemce“ uveďte „Eurytmie a antroposofie + Vaše jméno“

## Pořádá

Dům člověka, z. ú.



# Eurytmie a antroposofie

*Cesty k porozumění světu  
a sobě samému*

3-letý víkendový seminář  
(tři navazující moduly)

2024–2027



## OBSAH SEMINÁŘE / TŘI TEMATICKÉ OKRUHY / MODULY

### 1. Člověk jako individualita / Eurytmie jako cesta k sobě

#### Eurytmie:

- Gesta souhlásek a samohlásek a jejich vztah k člověku
- Základní eurytmická cvičení k prohloubení vnímání sebe sama a prostoru
- Eurytmické choreografie s hudebním doprovodem
- Osvojení si a procvičování sestav hůlkových cvičení a rytmů
- Zážitky polarit a hledání vlastního středu
- Kulturní epochy jako prožitek pohybu vedoucí k uchopení současné individuality



#### Antroposofie:

- Podstata antroposofie: Znalost vs. umění/schopnost; poznání přejaté vs. autentické. Vnitřní cesta: ovládnutí a kultivace vlastní duše – antroposofie jako metoda.
- Antroposofie (filosofie), věda a náboženství
- Člověk a jeho místo v přírodě. Člověk jako tělo, duše a duch. Troj-, čtyř-, sedmi- a devítičlenný koncept člověka. Smrt, reinkarnace a karma.
- Vývoj vědomí v historii (kulturní epochy) a biografii
- Individualita (lidské Já) a svoboda

### 2. Člověk a společnost / Eurytmie jako sociální umění

#### Eurytmie:

- Skupinová sociální cvičení k prohloubení vztahů „já-ty-my“
- Hlásková eurytmie v jednoduchých uměleckých choreografiích
- Příklady hláskových řad (povzbuzující, zklidňující, evoluční, abeceda) a jejich procvičování ve skupinových formách
- Základy tónové eurytmie (interval, vícehlas, dur-moll, tóny a stupnice)
- Principy vztahů, zviditelněné v proměnách geometrických forem



#### Antroposofie:

- Jak nalézt kladný vztah k současné společnosti a vlastní smysluplné a uspokojivé místo v ní?
- Individualita jako produkt vztahů. Vrůstání do společnosti, přechodové rituály. Napětí mezi individualitou a společností, mezi tvorbou a tradicí.
- Podstata společnosti a její vývoj
- Podstata společenských institucí: Stát a právo – spravedlnost, konflikty a jejich řešení. Moc, její podstata a podoby. Národ. Peníze a finanční systém. Kapitalismus. Demokracie. Politika. Fašismus, nacismus a komunismus.



### 3. Člověk a kosmos / Eurytmie jako cesta k duchovním zákonitostem

#### Eurytmie:

- Silová působení kosmu na člověka, sedm planetárních drah a dvanáct znamení zvěrokruhu
- Vnímání a utváření principu živého-éterného; dech mezi kosmem a člověkem
- Geometrické tvary a skupinové sestavy jako příklady souvislosti mezi duchovním a pozemským životem
- Souhrn dosavadních eurytmických dovedností v závěrečném zpracování pohádky, legendy, mýtu
- Závěrečné sdílení tříleté práce v malém vystoupení pro veřejnost



#### Antroposofie:

- Bohové a jeden Bůh. Logos / Kristus ve filosofické a náboženské tradici. Jeho základní kvality.
- Logos jako princip myšlení a řeči, poznání, pravdy, vztahu, spravedlnosti, krásy, dobra, smyslu; princip utváření/stvoření přírody; princip lidské tvorby (technika, umění), utváření společnosti a kultury
- Logos v utváření osobnosti

## KOLEGIUM / STÁLÍ LEKTOŘI



#### Hana Adamcová

Studium Sociální terapie a léčebné pedagogiky, studium eurytmie a léčebné eurytmie, magisterské studium terapeutické eurytmie na Alanus Hochschule (DE). Dvanáct let pedagogické praxe ve waldorfských školách v ČR, deset let organizování konferencí IPMT v Českém Krumlově, patnáct let odborné praxe léčebné eurytmie. Spoluzakladatelka neziskových organizací *Eurythmea* a *Sdružení pro antroposofickou medicínu*, koordinátorka mezinárodní léčebné eurytmie v Medicínské sekci při Goetheanu.



#### Jitka Čápková

Studium právnické fakulty a pedagogické fakulty UK v Praze, studium eurytmie a léčebné eurytmie v Praze. Devatenáct let pedagogické praxe ve waldorfské škole. Deset let vedení neziskové organizace. Osmnáct let manažerka celostátní divadelní předhlídky waldorfských škol *Duhové divadlo*. Lektorka kurzů eurytmie a waldorfského semináře pro učitele. Eurytmické projekty pro různé waldorfské školy v ČR. Vlastní praxe léčebné eurytmie v Písku. Pečlivě se stará, aby nad lidským konáním bděl světový humor.



#### Tomáš Adamec

Studium antroposofické sociální terapie na Akademii sociálního umění (Praha), základů humanitních věd a filosofické antropologie na FHS UK (Praha) a antroposofické teologie a pastorační práce na Svobodné vysoké škole Obce křesťanů (Stuttgart). Pracuje jako grafik, sociální terapeut, překladatel a lektor na volné noze. S vizí „srozumitelná a praktická filosofie pro každého“ přednáší o různých tématech existenciální orientace člověka v sobě samém a ve světě.