Gyenis Boglárka

Önéletrajz

Hat éves koromtól jazz-balettet tanultam. Tíz évig voltam tanítványa egy itt élő kiváló cseh tanárnőnek. Ez a mozgás oldotta az iskolai feszültségeimet és a túlterheléseket, ami minden gyereknek kijutott, és ma is kijut.

Azután más kapott hangsúlyt az életemben. Tanultam jógát, majd Saolin és Chen típusú taichit is. Eljutottam az Európa Kupára.

Jelentős korszak volt ez. Ebben a szakaszban megadatott nekem, hogy világot lássak - Skóciától Indiáig. Ez a spirituális fejlődés időszaka volt (természetesen ez egy állandó folyamat): személyiségfejlesztő, öngyógyító és reinkarnációs tréningek nagy Tanítók szárnyai alatt.

A jóga iránti érdeklődésem is ekkor mélyült el. Megtapasztaltam jótékony hatását testi, lelki, szellemi szinten. Bankban dolgozó közgazdászként sokat jelentett nekem a jóga és a tánc napi gyakorlata. Dénes Györgyné jógafoglalkozásain gazdagítottam a gyakorlati ismereteimet ebben az időszakban.

Jelenleg ez a két terület (jóga és orientális tánc) a meghatározó a mindennapjaimban.

www.gyenisboglarka.hu [1]

Forrás webcím:https://tancolo.pte.hu/hu/gyenis_boglarka

Hivatkozások
[1] http://www.gyenisboglarka.hu