

Jonathan Horan o sobie:



Dorastałem pomiędzy szczytami i oceanami kalifornijskiego Bug Sur a drapaczami chmur i teatrami Nowego Jorku; ucząc się głębokiego szacunku do dzikości w przyrodzie i w naturze ludzkiej.

Będąc dziewięciolatkiem wziąłem udział w moim pierwszym w życiu warsztacie 5 Rytmów – umierał wtedy mój dziadek i moja mama źle się czuła, martwiłem się o nią i chciałem być przy niej blisko. Bezwiednie

zakochałem się w tej pracy – w rytmach, ludziach, wolności, dyscyplinie. W wieku 17 lat, zanurzyłem się w niej całkowicie i od tamtej pory, w przeciągu ostatnich 25 lat wziąłem udział w prawie każdym warsztacie prowadzonym przez Gabrielę. Podążając za jej tańczącymi stopami jako student i nauczyciel, jestem oddany by utrzymać żywy płomień esencji jej nauk.



Rzeki, które wpływają do mojego oceanu:

Moją kartą w Tarocie są „Kochankowie”. Strzelec z Lwem w Ascendencie i Księżycem w Rybach, kocham podróżowanie do wewnątrz jak i na zewnątrz i czuć własną drogę poprzez to wszystko. Moje zakochanie w oceanie zrównoważyło mój ogień i stało się największym nauczycielem w poddawaniu się. Surfowanie dla mnie jest inną formą praktykowania wszystkich 5 Rytmów, szczególnie **Chaosu**.

Wedle tradycji Indian Północnoamerykańskich noszę długie włosy.

Moje imię to Tańczący Niedźwiedź, i jest częścią mojego błogosławieństwa bycia uczniem w sztuce uzdrawiania namiotem potów (*sweatlodge*). Stale pogłębia ona moją praktykę **Stillness** i modlitwy.

Moja nauka w technice gry aktorskiej Meisnera rozpoczęła się gdy miałem 10 lat i stanowi ona nadal źródło informacji o moim życiu i

pracy. Rozwinięcie ćwiczenia powtarzania jako narzędzia do pogłębionego słuchania się i widzenia jest jednym z moich darów jakie wniosłem w świat 5 Rytmów. Poszerza ono naukę **Stacatto** w prawdziwy, dynamiczny i użyteczny sposób.

Bycie praktykiem Lomi-Lomi - pradawnego, hawajskiego masażu uzdrawiającego, wzmocniło moje studia nad rytmem **Flowing** i jego uzdrawiającej mocy.

Stanie się certyfikowanym nauczycielem praktyk somatycznych, pod fenomenalnym prowadzeniem Richarda Strozzi-Hecklera, doprowadziło mnie do poczucia miejsca pełni. Połączenie jego treningu i Pięciu Rytmów zainspirowało do większej głębi mojego nauczania. Moja miłość do sztuk walki przedefiniowała moje spojrzenie na relację nauczyciel – uczeń, rozwijając we mnie głęboki szacunek dla nauczycieli, którzy wcielają swoją praktykę w życie, faktycznie krocząc ścieżką swoich nauk.

Obecnie mieszkam w Nowym Jorku, z moją ukochaną Amber i moim kotem. Piszę swoją pierwszą książkę o pochodzącym z zachodu i poszukującym przygód szamanie dwudziestego pierwszego wieku.