



Vrij tekenen vanuit het hart

meerdaagse ervaringsworkshop

Doel In contact zijn met de voortdurende beweging in jezelf, zodat je steeds meer beweegt vanuit jezelf en deze vrijheid van beweging leert uitdrukken. Ervaar hoe je via tekenen kunt uitdrukken wat jou vanbinnen beweegt. De tekening wordt daarmee een afdruk van jouw zielebeweging.

Resultaat je eigen creativiteit vergroten, beleven hoe je jezelf kunt inspireren en gevoel van eenheid kan ontstaan. Je krijgt inzicht in de betekenis van jouw tekening.



“mijn tekeningen blijken een weerspiegeling te zijn van wat mij diep van binnen bezighoudt”

Inhoud In deze workshop onderzoeken we de dialoog tussen gedachten in je hoofd en het gevoel in je lichaam. We oefenen in het waarnemen van subtiele bewegingen en het uiten ervan middels tekenen.

Je leert de basis in stappen, raakt op een nieuwe manier vertrouwt met papier en tekenen. Vervolgens verdiepen we via verschillende thema's.

We wisselen het tekenen af met meditaties, delen onderling en staan stil bij de inzichten.

Deelnemers Volwassenen die de controle vanuit hun hoofd willen loslaten, nieuwsgierig zijn naar wat hun innerlijk hen wil vertellen en zich daarin willen uiten.

Praktisch Tijdens Corona online via Teams. 18, 25 aug, 1, 8. 15 september 19.30 – 21.30 uur. Kosten 5 avonden van 2 uur, totaal € 135,- per persoon incl. btw. Aanmelden via ellen@kleurkwadraad.nl

Wie vrij wil zijn



in verbinding met zichzelf

Toepasbaarheid

- * controle loslaten
- * uit het hoofd
- * leren uiten
- * ontdekken eigenheid
- * vertrouwen en plezier

Begeleiding:



Ellen de Jongh

Trainer/(team)coach

www.kleurkwadraad.nl



Copyright 2016