



Intuïtief schilderen/tekenen:

We gaan op een intuïtieve manier schilderen of tekenen. Je laten leiden door je intuïtie betekent loslaten van de controle en je overgeven aan het proces.

Het is heerlijk om zonder duidelijk plan te schilderen/tekenen, je gevoel te volgen, uit je gedachten te zijn en zo te kijken wat er ontstaat. Verras jezelf en experimenteer!

Elke bijeenkomst staat er een thema centraal.

(denk hierbij aan: vertrouwen, loslaten, stem van je hart, je innerlijke diamant, enz)

We starten met een korte introductie of oefening rondom dit thema gevolgd door een visualisatie, ademhalingsoefening, muziekstuk of gedicht. Van daaruit ga je schilderend of tekenend aan de slag.

Door te luisteren naar datgene wat zich op dat moment aandient, krijg je meer inzicht in jezelf en in jouw unieke levensproces.

We sluiten de bijeenkomst af met een korte nabespreking.

Je gaat naar huis met jouw unieke werkstuk, een bijzondere ont-moeting met jezelf en mooie inzichten. Wat een cadeautje is dat.

Heb je interesse of wil je je inschrijven, stuur dan een mail naar:

info@b-artcoaching.nl

Kosten: € 45,- bijeenkomst. Hierbij zijn alle materialen en koffie/thee inbegrepen.