

## Touch Drawing ... Drawing out your soul

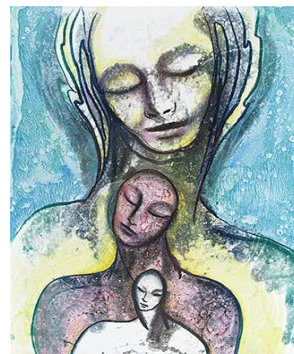
"Ik kan alleen dapper zijn wanneer ik innerlijk vrij ben." Anselm Grun

### Wat is Touch Drawing?



**Touch Drawing is een eenvoudig doch diepgaande proces ontwikkeld door Deborah Koff Chapin in 1974.**

Papier wordt over natte verf geplaatst. Met de druk van vingertoppen op het papier geef je vorm aan indrukken op de onderkant van het papier. De handen worden verlengstukken van de ziel die bewegend reageren op al de gewaarwordingen op dat moment van lichaam, geest en/of gevoel. Kanalen van expressie openen zich, zodat je gevoelens vrij kunnen stromen. Een serie tekeningen wordt in één vloeiende golf intuïtief en meditatief gecreëerd, waarbij elke tekening je als een stapsteen naar de diepere lagen in jezelf brengt. (20 à 30 tekeningen)



### Transformatie door aandacht, aanraken, acceptatie

Deze manier van langere tijd in stilte in het 'hier en nu' te voelen en te creëren brengt een vibrerende helende kracht op gang die de psyche richting heelheid gidst. Zelfs een beginnende of onzekere beoefenaar kan de voldoening ervaren om de eigen zielenroerselen tot leven te zien komen op papier. Touch Drawing wordt over de gehele wereld ingezet door artiesten, therapeuten, psychologen, opvoeders, docenten, intuïtieve souldpainters en diepzielduikers.

**Touch Drawing is een integrale creatieve, psychologische en spirituele beoefening.**

[> Bekijk video: demonstratie van 1 minuutje door Deborah zelf.](#)

[> Bekijk video: Deborah over Touch Drawing .. a tiny film](#)

[> Bekijk video: reflections on touch drawing door deelnemers & therapeuten](#)

[> Meer info vind je op de officiële site van oprichtster Deborah Koff-Chapin](#)



### Voor wie ?

Voor **volwassenen** die ...

- graag kennismaken met deze nieuwe, eenvoudige maar intense, spirituele en eigentijdse methode
- hun binnenwereld graag diepgaand creatief, meditatief en intuïtief willen verkennen
- bewust hun eigen issue, proces of emotie willen doorvoelen en verwoorden
- een persoonlijk thema creatief willen transformeren vanuit aandachtig en acceptatie
- graag veilig en zinvol rond persoonlijke ontwikkeling werken in een groep gelijkgezinden

Voor **beelddenkers** die willen leren om op creatieve wijze vorm, taal, inhoud, inzicht en houvast te geven aan hun leven

Voor **hoog gevoelige personen (HSP)** die op een intuïtief creatieve wijze willen omgaan met hun situatie

Voor **ervaren stiltezoekers** die hun ervaring wil uitbreiden en creatief vormgeven.

Voor **ervaren kunstenaars** die op zoek zijn naar diepere inspiratie vanuit zichzelf.

Voor **docenten, opvoeders, therapeuten en psychologen** die inspiratie en ervaring zoeken om creatief en procesgericht te werken door eerst zelf hun eigen proces te verkennen. ...

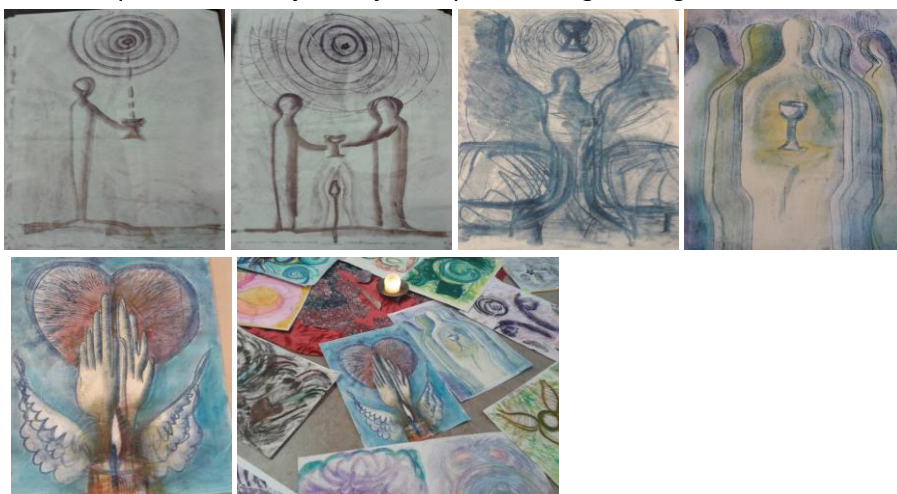
### Wat mij persoonlijk inspireerde ...

Touch Drawing is in 2006 op mijn pad gekomen tijdens mijn opleiding als creatief therapeut. Sinds gebruik ik de soulcards van Deborah Koff Chapin geregeld in mijn workshops. Deborah geeft immers geen uitleg bij haar prachtige intuïtieve kaarten. **"Jij bent het boek. Jij hebt alle wijsheid al in je die je nu kan verder helpen."** zegt ze.



In oktober 2014 heb ik Deborah ook in levende lijve mogen ontmoeten tijdens een intense tweedaagse workshop waarin ze ons op haar intuïtieve en spirituele wijze meenam in dit creatieve helingsproces voor de ziel. Naast het tekenproces vormt samen klanken maken en bewegen een ingang tot dit eenvoudig maar intens proceswerk. Graag verspreid ik **"the seeds and spirit of touch drawing"** op haar wijze verder via deze workshops.

### Enkele impressies van mijn 'souljourney' onder begeleiding Deborah's klankenconcert:



### Ondersteunende literatuur:

Deze en andere relevante lectuur kunnen ter plaatse ingekeken worden.

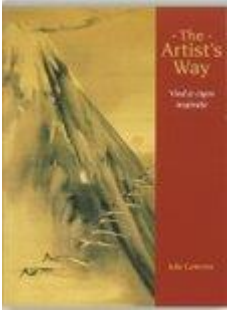


In **De helende kracht van acceptatie** laat **Annemarie Postma** zien waarom het zo belangrijk is om bewust te leven vanuit omarming van de realiteit. Acceptatie van het hier-en-nu neemt je innerlijke blokkades weg zodat er nieuwe energie vrijkomt om je leven op je eigen krachtige manier vorm te geven. Met dit boek biedt Annemarie de sleutel voor persoonlijke verrijking en transformatie en ontsluit ze de geheimen van het krachtige scheppingsprincipe: ACCEPTATIE!



### Ik (k)en mijn ikken Ontdek andere kanten van jezelf met voice dialogue

In **Ik (k)en mijn ikken** nodigen de auteurs je uit eens op een andere manier naar jezelf te kijken, en jezelf te beschouwen als een persoon die niet uit één maar uit een heleboel ikken bestaat. Je hebt verschillende kanten, delen of subpersonen die allemaal met andere ogen naar de wereld kijken. Ze houden er verschillende gewoonten op na en hebben andere gevoelens en gedachten. Het is leuk om zo naar jezelf te kijken, en het biedt een aantal voordelen. Zo wordt het helder waarom sommige mensen je meteen aantrekken en andere juist niet. En het wordt makkelijker te begrijpen waarom je soms dingen doet, zelfs als dat niet is wat je wilt doen.



### **The Artist Way - Julia Cameron** **Vind je eigen inspiratie**

'Ik geloof dat veel getalenteerde mensen hun creativiteit zijn kwijtgeraakt. Ze raakten geblokkeerd - door een nare leraar, een afgunstige vriend of jaloerse ouders. Maar ongeacht je leeftijd of je levensloop, en ongeacht de vraag of het beoefenen van kunst je werk, je liefhebberij of je droom is, het is nooit te laat of te egoïstisch of te dwaas om aan je creativiteit te werken.' Julia Cameron beschrijft in haar werkboek The Artist's Way een praktische methode om in twaalf weken de verschillende blokkades die onze creatieve vermogens in de weg staan, op te heffen.



### **Freedom Writers (DVD)**

Erin Gruwell, een jonge lerares Engels aan de Wilson High in Long Beach, begeleidt en ondersteunt al schrijvend 150 kinderen die in een gewelddadig getto leven. Samen starten ze ze als Freedom Writers en bouwen zo aan een betere toekomst ongeacht ras of religie.

### **Wil je graag deelnemen aan een retraite?**

contacteer Eliane Kunnen – [www.bronkracht.be](http://www.bronkracht.be) – M. 0494 360 250