

## Workshops

### *Deltagerne fortæller*

#### **Stemme, dans, billede**

Jeg har flere gange deltaget i workshops om aftenen i de forløbne år i ”Stemme, dans, billede”. Jeg synes det er en dejlig måde at give mig hen til kroppen og stemmen på, og lade ”noget i mig”, som er i en udviklingsproces komme til udtryk - noget som ikke kan udtrykkes i ord. I processen med ”billede” går det faktisk let. Jeg møder glæde, gaver, kærlighed og også en fræk spilopmager, som lever i mig. Jeg møder det kun så direkte, når jeg overgiver mig til stemme, dans, billede – hvor dans og billede nok betyder mest for mig.

I starten syntes jeg at jeg skulle præstere noget, så der var knald på kulørerne – men nu kan jeg lade store dele af papiret være helt tomme – og i tomhed findes muligheden.

Workshops hos Bodil er en god mulighed for at fordybelse i egen udvikling, uden der egentligt er problemer eller noget i vejen. Det er bare en god udvikling, hvor jeg bliver mere og mere receptiv, især for alt der er smukt. Så jeg er Bodil meget taknemmelig for at hun stiller muligheden for processen til rådighed, og guider mig og de andre deltagere igennem på en smuk og indfølelse måde.

Desuden har jeg deltaget på

”Slip glæden ind i livet – workshop” 2 gange, også der oplever jeg tilsvarende det, som jeg har skrevet om stemme, dans, billede. Der har der dog været mest vægt på billede – og da workshoppen har varet længere har der været større fordybelse. Jeg får rigtig megen glæde ud af de workshops.

Vivi Treulle