

Susanne Graff:

Körpertherapeutischer Workshop mit dem Focus Augen im Kontakt
***Schönheit anders erfahrbar machen* (Workshop)**

Aus körpertherapeutischer Sicht gewinnt der Begriff Schönheit an Tiefe, wenn deutlich wird, daß die Fassade, der Schein, das, was wir nach außen kehren und das, was sichtbar werden **soll** in den Hintergrund gerät und die Fassade Risse bekommt. Ängstigende Gefühle und Scham können in den Vordergrund treten. Gleichzeitig wird eine natürliche Anmut sichtbar. Eine Schönheit, die mit unserem Wesen zu tun hat.

Es ist unsere größte Sehnsucht und auch unsere größte Angst, wirklich gesehen zu werden und von da heraus in Kontakt zu gehen.

Üblicherweise verbringen wir viel Zeit damit, ein Bild von uns zu vermitteln, eine Weltanschauung deutlich zu machen, eine Abgrenzung oder Gruppenzugehörigkeit mit unserem Äußeren zu signalisieren, Status zu festigen und auch Menschen von uns fern zu halten.

Wir sind identifiziert mit unserer Hülle und haben Schwierigkeiten eine Anbindung nach innen zu fühlen und im Kontakt aufrecht zu erhalten. Daraus entsteht die Not, unser Äußeres immer weiter zu perfektionieren, denn hier wird die gesellschaftliche Norm "Schönheit" definiert.

In meinem Workshop werde ich Raum für Selbsterfahrung mit der oben beschriebenen Thematik geben.

Das Thema *Augen und Kontakt* wird in Zusammenhang gebracht und kann neu erlebt und Schönheit anders erfahren werden.

Die Teilnehmer an dem Workshop werden aktiv beteiligt sein.

Susanne Graff
SKAN Körpertherapie
Praxis Streaming Theatre Cologne
Widdersdorferstraße 183
50825 Köln