

## PARTICULIEREN

In je eigen kracht staan

### JE LICHAMELIJKE SIGNALEN ZIJN JE BESTE BONDGENOOT

#### **Vastlopen & uit balans**

Loop je steeds opnieuw tegen dezelfde confronterende situaties aan op het werk en/of privé? Voel je je onbegrepen?

Soms heb je het gevoel dat je alles al hebt geprobeerd, maar dat het niet lukt zonder belemmeringen je leven te leiden. Je hebt steeds vaker last van allerlei spanningen en (lichamelijke) klachten die medisch niet altijd te labelen zijn. Diep van binnen weet je dat het ook anders kan, maar hoe dan?

Voor je vastloopt heb je vaak al veel signalen gehad van je lichaam, alleen herkende je ze niet of zag ze als een vijand. Repairing Balance leert je dat lichamelijke signalen je grootste vriend zijn. Onder de signalen of belemmeringen schuilt vaak een mechanisme dat je lang heeft beschermd maar nu minder effectief is of je uit balans brengt.

#### **De relatie met jezelf en met de ander uit balans**

Ruzies, spanningen en verwijten komen voor in relaties en maken dat je steeds verder verwijderd raakt van je partner of kind. De relatie voelt wellicht zelfs als niet herstelbaar. Misschien heb je al hulp gezocht maar voel je je ook daar onbegrepen. Gericht aan de slag gaan met je innerlijke processen biedt de oplossing.

## Dynamiek & evenwicht

Er valt veel te ontdekken aan jezelf. De manier waarop jij reageert in bepaalde situaties heeft alles te maken met de ontwikkeling van je innerlijke instrument. Repairing Balance laat je zien hoe je dit instrument kunt bespelen, zodat er muziek uit komt in plaats van een leven lang alleen maar tonen te horen.

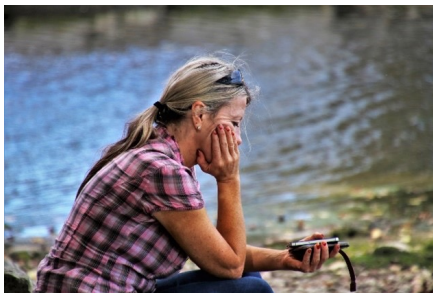
Repairing Balance leert je het leven te omarmen en te leven zoals het bedoeld is, met alles wat er is. Je leert meer te leven met de flow van het leven in plaats van tegen de stroom in te blijven gaan of onbedoeld zaken over te brengen op je partner of je kinderen.

## Persoonlijke sturing en meer inzicht

Repairing Balance leert je weer in contact te komen met je primaire gevoelens. Zo geef je op de juiste manier aandacht aan je eigen beweging. Daardoor ben je in staat op een open manier de verbinding aan te gaan met de ander, zonder de verbinding te verliezen met jezelf.

## Kennismaken – workshops

Iedere maand geven we een workshop waarin je met de aanpak Repairing Balance kennis kunt maken. Schrijf je in via de **QR-code** en kijk voor data bij aanmelden workshop.



**Repairing Balance**   
NEDERLAND

Op Hodenpijl  
Pastorie, 2e etage  
Rijksstraatweg 20 – 22  
2636 AX Schipluiden  
T: [+31 103 070 989](tel:+31103070989)

