



# OF IK FLYING LADY WILDE ZIJN...

Of ik Flying Lady wilde zijn. Wat een eer... Vervangend symbool van de sierlijke mascotte op de radiator van een Rolls-Royce. Nu zal ik me voor een foto niet snel omgeven met materialistische opsmuk, maar ik waardeer zeker de schoonheid die uit mensenhanden en -hersenen voortkomt en ga bij wijze van uitzondering graag als vliegende dame op de foto.

Met mijn langdurige yoga-meditatie achtergrond, altijd gericht op persoonlijke groei voor anderen en mezelf, probeer ik balans te vinden tussen niet te hoog te vliegen (zweverig idealisme) en niet te laag te vliegen (verstrikt raken in aardse beslommeringen). In ieder mens is een verlangen naar iets hogers of groters, naar vernieuwing, naar bevrijding, We zijn geneigd om los te breken uit onze dagelijkse sleur door te vluchten in de geneugten van het leven. Weg te vliegen in zorgeloosheid, los van de gebondenheid en beperkingen. De mens doet daar veel aan om dat te bewerkstelligen. Tegelijkertijd wensen we ook de aardse geneugten, het voeden van onze zintuigen en lichamelijke behoeftes, vastigheid, veiligheid. In de yoga noemen we de 2 innerlijke stromingen de Mukti en Bukti stroom. Het lijken tegenstellingen, maar het een kan niet zonder het ander, de balans is echter cruciaal.

In het Heart to Heart Centrum voor welzijn en inspiratie te Bussum, dat ik zo'n 15 jaar geleden oprichtte, geven mijn team van docenten, trainers en ikzelf workshops en cursussen in yoga, meditatie, mindfulness, stress management en persoonlijke ontwikkeling. Dit om menselijke balans te vinden in de dagelijkse praktijk.

Vanaf september zijn we in 't Gooi een bijzonder gebouw en concept rijker: HEART HOUSE, Huizerweg 54 te Bussum. Dit karakteristieke pand van 2000m2 in Amsterdamse Stijl, zal een verzamelgebouw worden voor diverse praktijken van uiteenlopende invalshoeken (medisch, paramedisch, alternatief), duurzame ondernemers en stichtingen. Het Heart to Heart Centrum biedt ruimte aan iedere persoon en onderneming met het hart op de juiste plek. Vanaf september openen de meeste praktijken hun deuren. Informeer naar de nog beschikbare ruimte. In januari zal de officiële opening van HEART HOUSE zijn. Daarover later meer...

HEART TO HEART  
Centrum voor welzijn en inspiratie  
T +31 (0)6 54 384 069

[www.hearttoheart.nl](http://www.hearttoheart.nl)  
[www.heartofleadership.nl](http://www.heartofleadership.nl)  
[www.soul-mirror.nl](http://www.soul-mirror.nl)



fotografie: Marius Hille Ris Lambers