



# MARIANNE VAN KAN

## LICHAAMSGERICHTE THERAPIE

### NIEUWSBRIEF

APRIL 2015

#### NEEM EVEN DE TIJD

Over bijna drie weken geef ik weer een workshop Trager. Heerlijk! Ik wil jullie graag daarover vertellen, hoe zo'n dag is, wat het voor je kan doen, zo'n hele dag dieper en dieper in de ontspanning zakken. Voelen wat een oneindige mogelijkheden je lichaam heeft. Hoe je lichaam kan helen door er alleen maar aandacht aan te geven. En, wat heb ik daar een moeite mee als ik jullie niet zie. Dit zijn nu alleen maar wat

lettertjes op mijn scherm. In een mooi kleurenschema, dat wel. Maar saai en levenloos.

Hoe kan ik de levendigheid van die dag, de sprankeling, onze lach, ons ontdekken van elkaar nu van dit scherm laten spatten?

Hoe kan ik jullie laten voelen bij jezelf wat die dag JOU kan brengen?

Zou je het willen proberen? Zou je even de tijd willen nemen, nu, en voelen bij jezelf? Wat zou deze workshopdag **jou** kunnen brengen? Waar heb jij behoefte aan? Waar verlang je naar?

Is het rust? Is het warmte? Is het volledig mogen zijn wie je bent? Is het gemak in het omgaan met je lichaam? Gemak in het omgaan met wie je bent? De aanraking? De vrolijkheid en het spel?

Wat zou het kunnen zijn voor jou?

Ik nodig je met heel mijn hart uit om naar de workshopdag van 25 april te komen met wat jij verlangt. Jouw verlangen en dat van de andere deelnemers zijn de bouwstenen van die dag.

Laat je verrassen!

#### STUKJES UIT PAULO COELHO

##### ON ELEGANCE:

(uit Like a flowing River, vert. uit het Engels MvK)

„..Gratie bereik je als je alle overbodige zaken achter je laat. Een mens ontdekt dan eenvoud en concentratie....

... Loop blij en met een krachtige stap, zonder angst om te vallen....

... want je lichaam voelde zich ouder en minder elegant. Verander je houding, strek je ruggengraat, kijk de wereld in met een open hart. Als je denkt over je lichaam denk je ook over je ziel, en de een helpt de ander.”

#### CONTACT:

◆ 046-4859470 / 06-20975020

◆ [mavankan@home.nl](mailto:mavankan@home.nl)

◆ [www.mvklichaamsgerichtetherapie.nl](http://www.mvklichaamsgerichtetherapie.nl)

Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen? Een mailtje volstaat.

**Workshop Trager**  
**Zaterdag 25 april 2015**

**Geleen**

**10-17 uur**

**Kosten voor de hele dag inclusief thee en lunch €85,-**



**Reacties op de workshopdag van 10 januari 2015:**

“bezig zijn met lichaam, ziel en geest, geeft me balans”

“ik heb genoten”

“hartverwarmend”

“kwetsbaar mogen en kunnen zijn”