



LOUISA VAN DER ZWET



Louisa van der Zwet - Praktijk voor Persoonlijke ontwikkeling & therapie

een gelukkig mens weet dat alles een ziel heeft
leeft vanuit het hart en begrijpt dat ervaren, zien, voelen
en bewustwording essentieel zijn



WANNEER JE OP JONGE LEEFTIJD LEERT VOORAL NIET TE VOELLEN EN ONZICHTBAAR TE ZIJN, ONTSTAAT EEN DISBALANS DIE JE VROEG OF LAAT EEN KEER OPBREEKT. LOUISA VAN DER ZWET WEEFT DIT ALS GEEN ANDER. ZE HERRIJST ECHTER ALS EEN FENIKS, HERVINDT DE VERBINDING MET ZICHZELF EN HELPT NU ALS ERVA- RINGSDESKUNDIGE PROFESSIONAL ANDEREN DITZELFDE TE DOEN.

Als jong meisje staat ze er vroeg alleen voor. Hierdoor creëert ze overlevingstechnieken die haar later in het leven ver brengen. Alleen op persoonlijk vlak loopt ze vast. Door intensieve zelfstudie en -reflectie weet ze sterker uit dit dal te klimmen.

Gedurende een zevenjarige opleiding Psychosynthese, gevolgd door nog eens zeven jaar trainingen op het gebied van sjamanisme, beseft ze meer en meer dat haar keuzes zijn gebaseerd op interne pijnpunten. "Mijn gevoel dat ik zo lang had weggeloopt, begon te ontluiken. Dat was heftig en fascinerend tegelijk. Ineens kon ik mezelf horen en zien, puur vanuit mijn hart", vertelt de wijze vrouw. "Shocking, maar ook een feest om te ontdekken. Vrij snel beseftte ik, dat als ik mijn ware staat van 'zijn' kan vasthouden, ik een ander ook kan begeleiden op deze weg. Want volledig jezelf zijn vormt de essentie."

Hoewel ze een commerciële achtergrond heeft en naar eigen zeggen zakelijk een 'multitasker' is, ligt haar hart bij het helpen van anderen. In 2012 start ze een praktijk voor persoonlijke ontwikkeling en therapie. "Een coachtraject hoeft niet zwaar of zweverig te zijn. Het gaat erom dat je nieuwsgierigheid meebrengt en de liefdevolle wil om jezelf een groeiproces te

gunnen. Het is een gift aan jezelf", aldus Louisa. "Ik maak alleen het proces van bewustwording zichtbaar. Door jou een plek te geven waar alles wat in je leeft mag zijn, waar jouw verhaal, jouw antwoorden en unieke pad zich veilig kunnen ontploegen."

SHOCKING, MAAR OOK EEN FEEST OM TE ONTDEKKEN

Het is bewonderenswaardig hoe soepel ze innerlijke processen bij een ander helder weet te krijgen. Haar warme persoonlijkheid, humor en relativeringsvermogen spelen hierin zeker een rol. In een psychosynthese-sessie brengt Louisa je aan de hand van gesprekken, visualisaties en ontspanningsoefeningen meer in contact met jezelf. Uit je hoofd, naar je hart.

Deze sessies zijn eventueel te combineren met energetisch sjamanistische healings. "Deze werken op verschillende bewustzijnsniveaus, waarbij ik als healer werk

aan blokkades op energetisch, fysiek en spiritueel niveau", legt ze uit. "Een mooie aanvulling. Waar psychosynthese je helpt je unieke 'ik' te (her)ontdekken en te manifesteren, brengt het sjamanisme je in contact met de natuur en het universum, waardoor je een diepere verbinding ervaart met alles wat leeft."

Zelf zoekt Louisa ook graag de verstilling op in de natuur om weer in haar centrum te komen. Ze bivakkeert graag, samen met haar vriend - met alleen een tent, kano en wat blikvoer - wekenlang in de wildernis in het hoge noorden van Canada. "Zo bijzonder om volledig te vertrouwen op je innerlijke stem en op je omgeving. De natuur geeft en wordt je thuis."

Om zichzelf te blijven ontwikkelen maakt ze deel uit van een intervisiegroep, volgt ze regelmatig workshops en zet ze met een mesoloog en osteopaat een holistisch centrum op, waarin zij hun krachten kunnen bundelen. "Onze droom is om een veilige thuishaven te realiseren waar mensen bij zichzelf kunnen komen en hun zelfherstellend vermogen kunnen bekrachtigen; met methodieken en voeding, maar ook met plezier en dans. Kortom, met alles wat bij het leven hoort." •

www.louisavanderzwet.nl