

# 'Pas als je de moed toont je weg te gaan, toont de weg zich aan jou'

## CreaZen

Mijn naam is Gabriëlle Rijnenberg. Ik volgde de studie voor Holistisch therapeute en coach. Holistisch wil zeggen alles is met elkaar verbonden. Ik kijk naar het grotere geheel en de relatie tussen lichaam en geest. Als je niet lekker in je vel zit, kijk ik niet alleen naar de klacht, maar juist naar de oorsprong. Waar is deze ontstaan? En hoe kom je weer in balans? Vanuit de holistische visie werk ik veel met het lijf. Holistisch werken leert ons weer te luisteren naar wat ons lijf ons te vertellen heeft.



Naast mijn studie volgde ik diverse workshops en cursussen zoals Reiki I en II, voetreflexologie, Aromatherapie, meditatie, kunstzinnig dynamisch werken, Yoga.

Gabrielle@creazen.nl

www.creazen.nl

Ade 22

2642 JX Pijnacker

06 24902058



**CreaZen**  
Coaching en Therapie

## Een reis van duizend mijlen begint met een enkele stap

Is je leven een aaneenschakeling van dingen die 'moeten' en ben je jezelf onderweg kwijtgeraakt?

Zou je willen genieten, maar weet je niet waar je blij van wordt?

Voel je jezelf niet in balans of wil je gewoonweg iets veranderen al weet je nu nog niet wat?

Dan kan CreaZen iets voor jou betekenen.

# 'Crisis is heel vaak het begin van vernieuwing'

## Wat wil jij?

Jouw vraag is het uitgangspunt. Zie het als een reis. Waar sta je nu? Waar wil je heen en wat zijn de bergen, leeuwen en beren die jou belemmeren om jouw weg te vinden? Elke reis begint met het zetten van de eerste stap. Dan volgt een avontuur waarin je reflecteert en ervaart, je je van dingen bewust wordt en je leert om belemmeringen los te laten. Met je einddoel voor ogen laat je je verrassen door alles wat je onderweg tegen komt. Oude patronen, angsten en vicieuze cirkels maken plaats voor persoonlijke ontwikkeling en groei.

Op zekere dag blijkt misschien zelfs dat je bestemming heel ergens anders ligt. CreaZen begeleidt je op jouw persoonlijke reis. CreaZen reikt hulpmiddelen aan zoals coachingsgesprekken, visualisaties, creatieve therapie, adem- en energiewerk, NLP, yoga, massage, muziek, Reiki of regressietherapie. Door goed af te stemmen ontstaat er steeds een unieke mix. Zo volgt ieder zijn eigen pad.



'Alleen wie zich op weg begeeft,  
doet ervaring op'

## Zelf op pad

CreaZen helpt je om in korte tijd resultaten te boeken. Door gesprekken en verschillende therapievormen leer je de verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen proces. Jouw persoonlijke drijfveren en verlangens komen aan het licht en je krijgt inzicht in jezelf.

- Wat zijn je beperkingen en hoe kun je daar op een slimme manier mee omgaan?
- Wat wil je eigenlijk en wat zijn je kernkwaliteiten?

Je maakt contact met je kern en vindt daar de antwoorden zodat je vol vertrouwen verder kan met het realiseren van jouw persoonlijke doelen.