

De verbindende factor, nieuw atelier voor creativiteit & persoonlijke groei

Ze komt uit Son en woont en werkt sinds september in Nuenen, op een prachtige locatie vlakbij de watermolen van Opwetten; Miriam Zwaga is dé verbindende factor in haar eigen ruimte voor creativiteit en persoonlijke groei. Samen met zo'n 25 gastdocenten, trainers, coaches en therapeuten creëert ze talloze unieke wegen voor verbinding en verdieping in je leven. Haar logo in 'Aboriginal dot painting' drukt dat perfect uit.

Het is een van de vele workshops die je in het voormalig pand van Galerie Den Dries aan Wettenseind kunt volgen: de 'Aboriginal Art Workshop, stippel je leven uit'. Voor de oorspronkelijke inwoners van Australië is deze schilderkunst een belangrijke manier om kennis door te geven, van generatie op generatie, en zo thema's uit te drukken als geschiedenis, familie, rituelen, het land en de wetten waarnaar geleefd wordt. De lijnen worden middels ontelbare stipjes getrokken. Miriam geeft je met behulp van deze kunstvorm de mogelijkheid naar je eigen plek te kijken die je inneemt in het gezin waarin je bent geboren. Tijdens het schilderen wordt duidelijk hoe je in het leven staat, waar je gelukkig mee bent en wat je graag zou willen veranderen.

“ALLEEN JE EIGEN PLEK GEEFT KRACHT”

Behalve deze workshop geeft Miriam ook andere schilderworkshops met klinkende namen als: 'Hundertwasser, je lijn uitzetten', 'Picasso, de kracht van onvolmaaktheid' en 'Cobra, laat zien dat je uniek bent'. Inspirende werkvormen met het thema van de kunstenaar als rode draad waarin je jezelf gaat ontdekken en bijvoorbeeld leert hoe je je grenzen op een gezonde manier kunt stellen. Of hoe je kunt leren leven in harmonie zonder te struikelen over je perfectionisme en je eigen schaduwkanten meer kunt leren omarmen. Door met kleur, verf en kwast te werken leer je ook hoe je meer puur en vrij, spontaan en speels jezelf kunt zijn. "Zoals je als kind vroeger op een natuurlijke manier je ruimte innam en zonder oordeel in de wereld stond" vertelt Miriam enthousiast.

Dichterbij jezelf door tekenen met
kleurpotlood

Als kunstzinnig coach en therapeut biedt Miriam tevens twee verschillende cursussen mandala tekenen. In 'Een reis door de chakra's' breng je met behulp van kleuroefeningen en symboliek je zeven innerlijke ener-



De kunst van het verbinden



gievelden in beeld. De andere, 'Getal in Beeld', biedt via de numerologie inzicht in de betekenis van je geboortedatum en geeft daarmee een heldere kijk op het hogere doel in je leven. Het maken van je geboortemandala is het bijzondere eindresultaat van deze cursus.

Miriam's kracht ligt in het zichtbaar en helder maken van de thema's die in je leven spelen en vooral dat wat nog weggestopt is, onzichtbaar voor jezelf. Onder haar bezie-



lende leiding durven kijken naar kwaliteiten en valkuilen, passie en levenszin leidt tot inzichten die je verder op weg helpen om vrij en voluit te leven, te zijn wie je bent en te doen wat werkelijk betekenis geeft aan je leven.

Familie, je huis van herkomst

Een bijzondere manier om daarbij uit te komen en inzicht te krijgen in wat je nog blokkeert om dat te doen, is het fenomeen



familieopstellingen. Onder de naam 'Wonder boven Wonder' biedt Miriam samen met haar collega Henriette Thijssen deze opstellingen aan. Ook geven ze seminars, themaworkshops, retraiteweken en leerwegen aan particulieren en professionals. Ze werken al vier jaar samen, zowel op de nieuwe locatie aan het Wettenseind als op andere locaties in Nederland, Frankrijk en Duitsland. Niet alleen problemen in de familiesfeer kunnen





“ALLEEN MET HET HART KUN JE GOED ZIEN. HET WEZENLIJKE IS VOOR DE OGEN ONZICHTBAAR.”

ANTOINE DE SAINT EXUPÉRY

worden ingebracht, ook zakelijke en persoonlijke conflicten, psychische en relationele problemen en zelfs ziektes kunnen het vertrekpunt zijn voor een systemische opstelling.

De verbindende factor

“Ik ben een verbinder en inspirator en kwam zoekend naar de juiste naam voor mijn bedrijf op deze uit” vertelt Miriam. “Deze naam duidt niet zozeer alleen op mij, maar vooral op de plek die ik creëer. Hier vinden ontmoetingen plaats. Mensen komen samen om te delen en hun talenten, kwaliteiten en krachten te bundelen.” Miriam is de verbindende factor die ze bij elkaar brengt en de ruimte creëert waarin de verbinding tot stand komt. De docenten, trainers, etc. kunnen beschikken over zeer stijlvolle, harmonieus ingerichte praktijkruimtes en een grote, lichte ruimte op zolder voor yoga, familieopstellingen en lichaamswerk. In een overzichtelijke agenda op de website kunnen zowel trainers als bezoekers gemakkelijk zien wat het aanbod is en met behulp van een programma een ruimte boeken of een plekje voor een workshop reserveren.

Het atelier

In haar atelier werkt ze zelf als beeldend kunstenaar, heel dynamisch, met veel kleur, abstracte vormen en beweging om de ‘innerlijke portretten’ die ze waarneemt tot uitdrukking te brengen. Daarbij gebruikt Miriam verschillende materialen, zoals acrylverf, olieverf, krijt, inkt, ecoline en kleurpotlood op linnen, panelen en papier.

“Beeldend werken is de meest krachtige manier om naar jezelf te kijken” vindt Miriam. “Beelden drukken gevoelens uit en maken emoties los, zowel in kleur, vorm en energie als in symboliek. Een persoonlijk ontwikkelingsproces komt in kunstzinnige werkvormen volledig tot z’n recht, omdat niet alleen het hoofd (denken), maar vooral het hart (voelen) spreekt.” Miriam haalt de onderstroom naar boven en helpt mensen veranderingsprocessen aan te gaan om zichzelf te helen. Daarmee is de cirkel rond. Atelier ‘De verbindende factor’ is een prettige ruimte voor ontmoeting en zingeving, waar je je met jezelf en anderen kunt verbinden en bovenal kunt verwonderen!

www.deverbindendefactor.net / www.wonderbovenwonder.com

zó nuenen | LEKKER UIT EIGEN KEUKEN

TARTE SOLEIL

BENODIGDHEDEN

VULLING:

- 1 POTJE ZONGEDROOGDE TOMATEN, UITGELEKT
- HANDVOL OLIJVEN ZONDER PIT
- 1 TL. OREGANO
- 1 TEEN KNOFLOOK
- 1 EL. OLIJFOLIE
- ZOUT | PEPPER

TARTE:

- 1 LOSGEKLOPT EIGEEL
- 2 PLAKKEN BLADERDEEG, ROND OF PIZZABODEMS
- 1 EL. SESAMZAADJES

DIP:

- 200 GR. GEBROKKELDE FETA KAAS
- 1 BAKJE ROOMKAAS
- 50 ML OLIJFOLIE
- LIMOENSAP
- ZOUT | PEPPER



EEN ECHTE EYECATCHER IS HET, EEN TARTE SOLEIL. HET LEUKE VAN DEZE ‘TAART’ IS DAT JE MET DE INGREDIËNTEN EINDELOOS KUNT VARIËREN, VAN ZOET NAAR HARTIG.

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 180 graden.

Maak de vulling: Mix alles in de keukenmachine door elkaar. Het mengsel wordt lekker dik. Leng een beetje aan met olijfolie zodat het smeerbaar is. Leg een plak bladerdeeg (pizzabodem) op een vel bakpapier en besmeer met de vulling. Laat ongeveer een centimeter

over aan de buitenrand.

Besmeer het vrijgelaten deel met wat water en leg de tweede plak erop. Zet een klein glas in het midden van het deeg en snijd tot het glas: eerst in vieren, dan achten, dan zestien, dan 32. Draai alle kleine plakjes met de klok mee 2-3 keer, zodat ze mooi getwist zijn. Bestrijk daarna met eigeel en bestrooi met zaadjes. Zet 30-35 minuten in de oven. Maak de feta dip: Doe alles in een blender/keukenmachine en mix tot een luchtig geheel. Breng op smaak met peper en zout. Serveer met de iets afgekoelde Tart Soleil.