

Touch for Health® en de *Metaforen*

Bewustzijn van Lichaam en Geest & Persoonlijke ontwikkeling



Door **Matthew Thie**, M.Ed.
www.touch4health.com

Bewustwording van Lichaam en Geest: de essentie van TFH & Metaforen

- Metafoor betekent **Groot Idee** of **Basis Concept**
- Karada No Fushigi: **Luisteren naar het Lichaam door middel van spiertest/ beweging = Mini Verlichting**
- "Kleurrijke taal" **Poezie = Veel zeggen met weinig woorden**. Menselijke betekenis-geving via gesproken taal.
- Metafoor is **de Taal van de Emoties** (Enterisch Breinvoeding, immuun-functie)
- Hoe werk je snel diepgaand: Metaforen is de taal van de **Dromen en het onderbewuste**



- *Bewustwording van Lichaam en Geest Is de essentie van TFH & Metaforen*

Herinner je Welzijn



JFT 1933-2005

Herrinner je Wel-Zijn

Focus op *Jouw* Wel-Zijn,

Herrinner je *Hoe het voelt om je goed te voelen*

Denk aan een tijd dat je een **geweldig gevoel of geweldige ervaring had**

Gebruik je verbeelding en Metaforen om een levendig beeld te creëren met vijf zintuigen & meer

Voel het NU

Geef je herrinnerde (of verbeelde) welzijn een cijfer van 0 tot 10

Visualiseer je doel



Vergelijk hoe je nu voelt mrt jr herrinnerde/ verbeelde/ voorgestelde Welzijn

JJ creëert *jouw* Welzijn!

En nu: Balanceer

- Spieren, Energie, Hart... Ziel....

Heb vertrouwen...

en zo is het

Karada No Fushigi: Het mysterie van het lichaam



- **Accepteer Het Mysterie**
- **Respect Het Mysterie**
- **Beweeg en merk op wat de boodschap van binnenuit/ vanuit het onbegrensde is.**

Karada No Fushigi: Het Mysterie van het lichaam



- *We accepteren het Mysterie van het lichaam* en hoe het zichzelf geneest en organiseert (in harmonie/conflict met bewustzijn)
- *Voel* de spier/Energie = luisteren naar interne boodschappen
- *Spiertest/ LUISTEREN naar de spieren = Mini-verlichting*
- *Ideomotorische Respons/ Auto Suggestie*
= zelf-ervullende bewustwording in een uitdijend proces!
- *Metaforen van de spiertest als een Zen KOAN!*

Karada No Fushigi: Mini-verlichting Spieren "Dans"



- *Voel* de spier/Energie = luisteren naar interne boodschappen
 - *Voel de spier* in het lichaam, of elke andere spier of sensatie terwijl je de spierbeweging maakt (test/functie)
 - *Als de beweging een expressie is* of een innerlijk gevoel of idee, wat zou het zijn?
 - *Als de functie/test beweging een mogelijkheid representeert, reflecteert deze mogelijkheid een aspect van je leven/doel/issue?*
- A = groepsdans & intuïtie B = individuele test/beweging*

Keep in Touch!

- www.touch4health.com
- thie@touch4health.com

- TFH en de Metaforen cursus
- **October 5 & 6** @ Chi-Libra, Nederland
- TFH Metaforen Instructeurscursus
- **October 7 & 8** @ Chi-Libra, Nederland