



THE BRIDGE

Mensen begeleiden van Persoonlijkheid naar Ziel Van je identiteit terug naar wie jij in jouw wezenlijkheid bent

In de meeste vormen focust coaching met name op een cognitieve ingang om mensen te helpen. Zelfs holistische manieren stellen alsnog alleen een gedeelte van de mens in het licht. Daarom ervaar ik continu dat praten alleen onvoldoende reikt tot de meest weggedrukte delen in onszelf, en mis ik een daadwerkelijk meer *holistische* aanpak. Het streven van mensen naar hoger bewustzijn vraagt om verder- en dieper reikende manieren van begeleiding. Het spiegelen van een mens in het geheel. Door mijn lichaam- en ervaringsgerichte aanpak te combineren met de eigen wijsheid komt een mens met “the Bridge” tot veel diepere of uitbreidendere informatie over zijn wezenlijkheid, en maakt niet alleen verdere healing mogelijk. Het gaat vooral ook om de vraag: “Wat kom ik eigenlijk hier doen in dit leven?”. Dit doe ik vooral om voorbij de ratio de veel verdergaande intelligentie van een mens voor hulp in te schakelen: de emotionele, de lichaamsintelligentie, en de Ziel (nee, geen typfout, het is een grote “Z” - je zult ervaren waarom):

- het deel “Vision quest” - het *hart* van mijn werk: *Quantum Healing Hypnosis Technique (QHHT - Dolores Cannon)* - een zachte, maar diepgaande spiegel van de ziel; een liefdevolle uitnodiging om rechtstreeks in contact te komen met je Hogere Zelf, je Ziel en de diepe wijsheid die voorbij woorden ligt via herinneringen, symbolen en puur weten. Het is een direct, intiem gesprek met het deel van jezelf dat nooit is vergeten.
- de coachingmethode *Body & Mind Language (BML - Jos Dolstra)*. BML faciliteert het voorbereidende werk en een extra stuk integratie: in het verkennen van de hulpvraag zonder deze te veroordelen en het verankeren van de inzichten in het lichaamsgeheugen. In plaats van alleen over verandering te praten, wordt deze verschuiving ervaren!



Alex Gerdes - NL / EN / DE

QHHT Level 2 / Body & Mind Language indiv., groepen & teams /
20+ jaar ervaring in bedrijfsleven (met name horeca, life science) / 15
jaar managementrollen incl. coaching
3 jaar coaching (praktijk en opleiding)

[LinkedIn-profiel Alex Gerdes](#)

Mijn aanbod werkt vooral voor mensen die:

- Al best veel persoonlijk ontwikkelingswerk hebben gedaan, en hun patroon toch niet kunnen doorbreken. Ze weten veel, maar het doen, het echt leven, dat lukt nog niet.
- Naar hun leven en zichzelf in het geheel willen kijken om voorbij oude verhalen en healing ook verder inspiratie in het leven te willen integreren om (nog) meer hun ziel tot expressie te laten komen.

Het resultaat is te weten hoe:

- Ze herkennen waar blokkades in lichaam en gedrag zich bevinden en door andere mogelijkheden direct te ervaren wordt verdieping tot diepste lagen mogelijk en laten we groei daadwerkelijk bekliven.
- Het (meer) kunnen verbinden met hun wezenlijkheid, hun waarden, en het kunnen zijn vanuit een (meer) onvoorwaardelijke staat van zijn zonder de eigen grenzen te overtreden.