

Loslaten, herstellen en vernieuwen – een weg naar heelheid
Ontdek heling door Jahara waterwerk & familie opstellingen



📅 25-27 juli 2025

📍 Shambalah, 9255 Brielstraat 36, Buggenhout, België

Een weekend vol transformatie en heling

Verbind met ons in een uniek retreat waarin Jahara waterwerk en familie opstellingen integreren. In een veilige bedding, beleef je de intense ervaring van de verborgen dynamiek van pijn, heling en persoonlijke groei.

Wat is een familieopstelling?

Een familieopstelling, ontwikkeld door Bert Hellinger, is een therapeutische aanpak die verborgen familiepatronen en emotionele blokkades onthult. Door voorouderlijke invloeden te onderzoeken, verkrijgen we helderheid, balans en heling in onszelf en onze relaties.

Wat is Jahara?

Jahara is een zachte diep ontspannende therapie, die omhult door het warme water, lichaamsbeweging verbetert en zelfbewustzijn verhoogt.

Door middel van zachte ondersteunende bewegingen, helpt Jahara spanning los te laten, de wervelkolom uit te lijnen en fysiek en emotioneel meer ruimte te ervaren.

Door het combineren van familie opstellingen met Jahara, geeft deze workshop een holistische en diepgaand helende ervaring.

Retreat begeleiders

Dr. Osnat Fliess Douer

Osnat heeft een doctoraat in revalidatiewetenschappen en fysiotherapie aan de Katholieke Universiteit van Leuven, België. Met meer dan drie decennia ervaring in hydrotherapie is ze een internationale Jahara trainster en facilitator van familieopstellingen. Haar werk bij het helpen van individuen bij hun helende reis, met name degenen die rouwen om het verlies van dierbaren, is diepgeworteld. Haar aanpak combineert diepgaande therapeutische kennis met compassievolle zorg, wat een pad biedt voor acceptatie en spirituele groei in heling en vrede.

Inge Privée

Inge heeft 30 jaar gewijd aan het werken in en met water, en begon haar waterreis met de Aqua-Wellness training als begin van haar eigen helingsproces. Door de daaropvolgende Jahara-training verdiepte ze haar verbinding met het water en ontdekte ze haar wortels en vleugels in het waterwerk. Haar transformerende ervaringen met vrijlevende walvissen en dolfijnen in de oceaan, lieten haar waterwerk vervloeien met diepe, magische, spirituele kwaliteiten en een stroom van onvoorwaardelijke liefde. Inge biedt nu sessies, workshops en trainingen aan die deze diepe betrokkenheid bij water belichamen.

Programma

Vrijdag 25 juli

 Middag: individuele watersessies van Osnat en Inge

Zaterdag 26 juli

09:00 | Welkom

09:30 - 11:30 | Familie opstellingen op land

 “Hallo pijn, ik zie je”

 De balans tussen geven en ontvangen

 Herkennen van persoonlijke en voorouderlijke pijn

12:00 - 13:30 | Water sessie

 Luisteren naar pijn in je lichaam en energieveld

 Pijn begrijpen als een gids, niet als een vijand

 **13:30 - 15:30 | Lunch & pauze**

15:30 - 17:00 | Water & helingssessie

 Diepe water-helings-oefeningen

17:30 – 18:00 | Closing Circle

 Closing circle voor delen & integratie

 Avond: Diner & vrije tijd

Zondag 27 juli

09:00 | Welkom

09:30 - 11:30 | Familie opstellingen op land

 Vinden van hulpbronnen binnen je familie en omgeving

 Persoonlijke ondersteuningssystemen versterken

11:30 - 13:00 | Water sessie

 Ondersteuning en verbinding verkennen

 **13:00 – 15:00 | Lunch & pauze**

15:00 - 16:30 | Water sessie

 Van pijn naar genezing/heling

17:00 - 17:30 | Closing Circle

 Closing circle voor delen & integratie

Extra informatie

💧 Individuele watersessies op vrijdagmiddag (indien gewenst graag vooraf reserveren)

🗣️ Taal: Engels, indien wenselijk vertaalt in Nederlands

👥 Open voor iedereen – **geen ervaring noodzakelijk**

💰 Kostenoverzicht:

- 1-dag workshop: €180
- Volle 2-daagse workshop: €300
- Individuele watersessie - €55 (badkosten niet inbegrepen)
- De workshopprijs is **inclusief** alle water en land tijd, gebruik van sauna, zwembad en rustruimte.
- De workshopprijs is **exclusief** overnachting en eten.
- Voor overnachting heeft Shambalah diverse opties, of je kan in de buurt overnachten.
- Er is de mogelijkheid deel te nemen aan gezamenlijke maaltijden, verzorgt door de organisatie: ontbijt (€7.50), lunch (€7.50), en diner (€10.00).

Beperkt aantal plekken! Reserveer tijdig je plek.

✉️ Voor vragen en aanmelding: info@ingedingen.nl