

نبذة حولي

منذ عام 1989، أصبحت اليوغا هي الأداة "بامتياز" لتوجيه ودعم حياتي اليومية.

في عام 2001، اكتشفت طريقة التأمل فيياسانا كما تدرس من قبل س. ن. جوينكا. وهي التأمل على الفطنة والتي تتوافق مع تعاليم باتنجالي.

في عام 2002، حصلت على دبلوم أساتذة اليوغا، وهو معترف به من قبل اتحاد اليوغا للناطقين باللغة الهولندية في بلجيكا والاتحاد الأوروبي لليوجا بعد دورة تدريبية لدى يوهان دي باكر (سليدينج، بلجيكا).

في سبتمبر 2004، بدأت في دورة تدريبية لدى فرانس مورس في بروكسل. كان فرانس مورس طالب ت ك ف ديزيكاشار (توفي 28 يونيو 2016) لأكثر من ثلاثين عاما.

في يوليو 2007، أنهيت هذه الدورة التدريبية وقمت بتقديم مقالي: "استعمال أدوات في ممارسة الحركات الجسدية في اليوغا، تصنيف وبعض الاعتبارات."

في نهاية فترة تدريب مايو 2009 في بيسيندورف (المنسا)، تم قبولي كمدرّب لاساتذة اليوغا من طرف فرانس مورس و ت ك ف ديزيكاشار وفقا لمدرستهم.

ما زلت أتابع الدراسة مع أستاذي. بين عامي 2007 و 2013، قمت بمساعدته في الكثير من الدورات التدريبية لاساتذة اليوغا في بروكسل و لياج.

الدراسات الأخرى التي أجريتها حتى الآن:

- مقدمة اليوغا سيكيتسا (علاج اليوغا)
- دراسة معمقة للهاتيا يوغا براديبكا
- دراسة معمقة للكتب 4 و 5 من اليوغا-سوتراس
- دورة تدريبية لإعطاء دروس فردية
- مقدمات لليوغا راسيا لناناموني، وباغافاد غيتا والأوبانشاد-س
- دراسات معمقة عن المودراس، عن البانداس، والشاكراس والتأمل اليوغا

ولدت في بلجيكا في جنت 1 أكتوبر 1953

زوج لطيفة الأزهر

أب أن ويمين

جد دان وميرل

الدبلوم الرسمي: مرشح في القانون في جامعة الدولة في جنت (1970 - 1972)

المهنة: موظف بحكومة فلاندرز الغربية

اللغة الأم: الهولندية