

Visie

YOGA

Bij yoga beoefening gaat het er om dat je dicht bij jezelf komt. Bij wat in je hart leeft en dat je daar trouw aan bent. Op deze manier kun je uiteindelijk, na veel yogastudie en beoefening tot de ultieme zelfrealisatie komen. Hier besteed ik in de lessen aandacht aan. Bij de kinderyoga is dit op een speelse manier. Ook *leven met de seizoenen* en *verbinding met de natuur* vind ik erg belangrijk. Daarom, als het weer het toelaat, gaan we ook wel eens tijdens de les naar buiten. We staan stil bij jaarfeesten. Zo kijken wij bijvoorbeeld rond het oogstfeest naar wat wij hebben 'geoogst' en als de bomen de bladeren loslaten, kijken wij naar wat wij willen loslaten en welk moois wij ervoor in de plaats willen zetten. Regelmatig pakken we de klankschaal erbij en tijdens de ontspanningsoefening komen edelstenen tevoorschijn. Belangrijk vind ik dat mijn yogalessen aanvoelen als een warm bad waar éénieder zich gezien weet en voelt. Alle drukte houden we buiten de yogastudio waar het yogamatje en de yogadeken al klaar ligt, de pot (kruiden)thee op het dienblad staat en een klein kaarsje brandt voor warmte en gezelligheid. En is dit zweverig? Nee hoor, we staan met beide benen goed stevig op de grond. En geloven we in magie en wonderen? *Jazeker, dat doen we!*

In de YOGA+ zet ik ook mijn wetenschappelijke kennis en ervaring in als psycholoog. Ik geef echter geen behandeling, maar kan wel doorverwijzen, mijn bevindingen rapporteren en desgewenst advies voor verder te ondernemen stappen geven.

CREATIE

Creativiteit is voor mij, naast yoga, dé manier om dicht bij mijzelf te komen. Belangrijk vind ik het dat het persoonlijk en eigen is. Dit komt terug in mijn INTERIEURSTYLING. Ik kijk wel naar trends, maar laat mij hierdoor niet afleiden en toe verleiden. Mooie duurzame materialen toepassen en hergebruik van materialen en voorwerpen met een verhaal, passen beter bij hoe ik werk. Aandachtig luisteren naar de wensen van de klant en beluisteren wat zij willen. Waar voelen zij zich fijn bij? Is het een palet van koele kleuren, robuuste materialen en vormen of past warmte en elegantie beter? Of, en dat blijkt vaak, is het een onverwachte combinatie van kleuren, materialen en vormen die het juiste gevoel creëren. Want een goed gevoel, dáár gaat het om. Wie weet is dat ook wel de reden dat mijn illustraties vaak dromerig en sprookjesachtig zijn. Ze geven een fijn warm gevoel, en juist dát is wat mijn werk en stijl uniek maakt en waarmee ik mij onderscheid als Interieurstylist en Illustrator.

Mai-Lin Droste

info@studiomai-lin.nl

www.studiomai-lin.nl

