

Nieuwsbrief Quen

Afstandshealing met verslag



In de gezellige, maar ook drukke, decembermaand ligt overprikkeling op de loer. En juist dán is het belangrijk dat je regelmatig even met je aandacht bij jezelf bent. Op tijd je rust neemt, een lekkere wandeling in de buitenlucht maakt of op een andere manier de ontspanning zoekt. Vooral kinderen hebben deze maand veel activiteiten, met name op school, en dus veel te verwerken.

Mooie feedback

De laatste tijd zijn er steeds meer kinderen aan wie ik een healing mag geven. Kinderen tussen de 7 en 18 jaar. Meestal doe ik deze healing op afstand. Dat blijkt heel goed te werken en ik ontvang mooie feedback van de ouders.

Voor kinderen en volwassenen

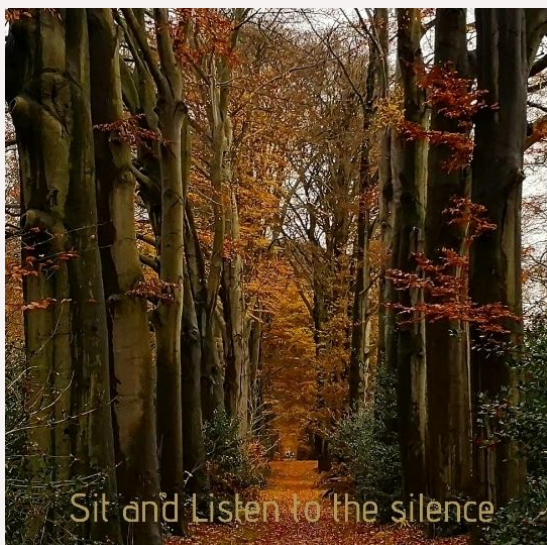
In deze laatste drukke periode van het jaar is het fijn als ze het overzicht kunnen houden en zich lekker in hun vel blijven voelen. En dat geldt voor volwassenen natuurlijk ook! En omdat er al weinig tijd is, is een healing op afstand dan soms echt een uitkomst! Je kunt lekker thuis, op je eigen bed liggen terwijl er op afstand een mooie healing plaatsvindt. Ik ga je energetisch lichaam (auralagen en chakra's) langs, haal blokkades weg en maak je energielagen schoon.

Gedetailleerd verslag

Er komen tijdens een afstandshealing vaak mooie boodschappen door. Ik stuur je binnen een paar dagen een gedetailleerd verslag van wat ik ben tegengekomen. Dat helpt om inzicht te krijgen in wat er, vaak onbewust, aan de hand is, wat er in de weg zit. Door daar bewust van te worden, door dat 'aan te kijken' kun je het daarna achter je laten, zodat jij weer heerlijk geard en goed in je lijf de feestdagen in kan gaan.

Een afstandshealing duurt gemiddeld een half uur. De healing kan ook 's avonds worden gegeven. De kosten bedragen in de decembermaand 35 euro voor een healing en een verslag.

In de stilte word ik wakker



Zoals gezegd, belangrijk in deze drukke maand, is dat je even bewust tijd neemt voor jezelf. Als je 's ochtends opstaat, kun je direct aan de slag gaan met alles wat je nog MOET, maar je kunt ook op een andere manier de dag beginnen.

Door even rustig te gaan zitten. Je aandacht op je lijf te richten en bewust te voelen hoe je voelt. Voel je nog ergens spanning in je lijf? Ervaar je onrust? Stress? Ongeduld?

Voel!

Blijf eens rustig zitten en voel. Het mag er allemaal zijn. Je kunt zelfs plekken in je lichaam die aandacht trekken, vragen wat ze te vertellen hebben. We zijn verleerd goed naar ons lichaam te luisteren. We geven ons hoofd en onze gedachten alle credits,

maar waar het om gaat is hoe we ons we voelen. Naar het gevoel te luisteren, het te begrijpen, het te accepteren en dan het te uiten. Daar zit de oplossing van heel veel pijn en gedoe! Want we hebben niet geleerd ons gevoel te uiten, en dan met name de negatieve gevoelens.

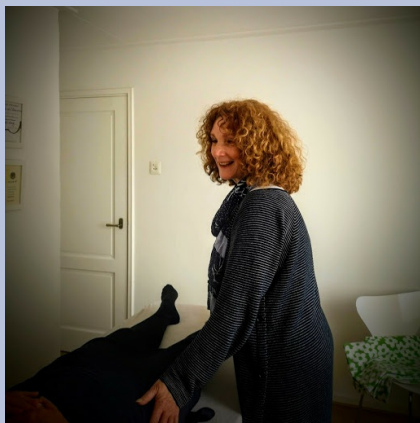
In balans komen

Blij, mooie gevoelens mogen er zijn, negatieve gevoelens houden we onderhuids. Maar hoe kun je nu in balans zijn als er maar één soort gevoelens mogen zijn? Door elke ochtend bewust even te gaan zitten, de stilte toe te laten en alles te omarmen wat zich aan gevoelens en gedachten aandient, te observeren, vragen te stellen maar vooral ook te benoemen en te uiten, heb ik al heel veel inzichten mogen ontvangen. Over wat mijn volgende stap mag zijn, waar ik op mag letten, je kunt je lichaam ALLES vragen!

'In de stilte word ik wakker', schreef mijn lief laatst over een moment dat hij tot een belangrijk inzicht kwam. Hij had het niet mooier kunnen zeggen:) Want je kijgt de beste ideeën en de meeste inspiratie als je stil kunt zijn met jezelf.

Ik sta je graag terzijde als je opnieuw de verbinding met jezelf wilt leren voelen. Want daar begint het écht mee! Er zijn diverse mogelijkheden. In een informatief gesprek vertel ik je er graag alles over.

Waar kan ik je verder nog mee helpen?



Naast extra aandacht voor de afstandshealing in deze drukke decembermaand, kan ik nog meer voor je betekenen op het gebied van bewustwording en coaching. Hierbij maak ik gebruik van mijn kennis en vaardigheden op het gebied van magnetiseren, reiki, mediumschap, healing en regressietherapie. In de behandelingen maak ik vaak een combinatie hiervan en laat ik mij leiden door wat ik al doende tegenkom, wat daarbij past, en door inzichten die mij 'van boven' worden aangereikt.

Klachten

Een healing en reading kan je helpen met vage klachten als 'ik voel me niet lekker in mijn vel, maar kan er de vinger niet op leggen', maar ook

met lichamelijke onrust, stress gerelateerde klachten, burn-out klachten, hooggevoeligheid en fysieke klachten.

Meer informatie

Wil je meer informatie, bel me gerust of stuur een berichtje via WhatsApp: 06 36417647

Mailen kan ook: quentext@gmail.com

Kosten

Een healing duurt gemiddeld 1,5 à 2 uur. Ik kom graag met mijn behandeltafel bij jou thuis of we maken een afspraak in de praktijkruimte. Voor een behandeling van 1,5 uur vraag ik 65 euro. Maar afhankelijk van jouw draagkracht mag het ook minder zijn, of meer.

Vragen

Ook voor vragen over mijn andere passie, mijn tekstbureau, kun je me altijd bellen of mailen. Wellicht kan ik je ook tekstueel bijstaan. Bijvoorbeeld bij het maken van een mooie nieuwsbrief.



Facebook



Website

Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u quentext@gmail.com toe aan uw adresboek.

