

*Individuele begeleiding  
 en massage*

**PRAKTIJK HEEL EIGENAARDIG**

Deze nieuwsbrief wil ik beginnen met mijn praktijk: waar gaat het om en wat bied ik aan?

We leven nu in een tijd dat iedereen sterk op zichzelf wordt teruggeworpen en ik denk dat dat nog zal toenemen. Er is geen eenduidig antwoord meer in alle tegenstrijdige berichten, over corona, maar ook over andere thema's. Om jouw eigen antwoorden te vinden en daarin staande te blijven is innerlijke vrijheid nodig. En daarvoor is innerlijk werk onvermijdelijk. Bereid zijn onderzoek te doen, vooral naar binnen, maar misschien ook naar buiten. Wat in mijn visie vooral nodig is, is los te laten wat we niet zijn. En dat vraagt eerlijk te kijken naar wat je jezelf hebt aangeleerd in de loop van je leven om te overleven. En dat is best lastig.

Wat ik zie wordt bovenstaande steeds belangrijker en zullen we minder ons vertrouwen kunnen leggen bij indrukwekkende healingstechnieken, allerlei genezingsmethodes en geavanceerde medische zorg die ons wel weer door onze sores heen helpen. Ze kunnen zeker van dienst zijn en verlichting geven en hebben dus een waardevolle plek in het geheel. Maar hebben ze blijvend effect als je gewoon doorleeft zoals je deed? Vraag je je dat wel eens af? Alleen wat jij je innerlijk eigen hebt gemaakt, wat jij doorzien, doorvoeld en doorleefd hebt, neemt niemand je af. En werkt uiteindelijk ook helend voor je lichaam.

Persoonlijk coaching en intuïtieve massage zijn de mogelijkheden die ik aanbied.

Ik heb de prijs per uur voor beiden gelijk getrokken. Het enige verschil is de verdeling in tijd dat je op de tafel ligt of dat we in gesprek zijn en dat je bij coaching je kleren aanhoudt, bij massage dus niet. Maar beiden kunnen je een stapje verder brengen in jouw thuiskomen in heelheid. Liefde en wijsheid zijn de dragende kracht in mijn werk en overgave daaraan is de enige weg naar blijvende heelheid. Spreekt dit je aan en heb je klachten of vragen, geef het aandacht en ga er over in gesprek... wat is hier aan de hand, welke oorzaken spelen een rol,



waar hecht ik mij aan? Ervaar eventueel aanvullend de helende werking van aanraking, stem- of kristalwerk. Of ervaar diepe ontspanning in een intuïtieve massage met etherische oliën en kruidentincturen. In die ontspanning ontstaat er ruimte voor liefde en nieuwe inzichten op jouw pad naar heelheid.

Prijs per uur €65



**INSPIRATIEPLEK EIGENAARDIG**

*Terugblik*

De zomer loopt alweer een beetje ten einde. Al hebben we allemaal misschien wel het gevoel dat de zomer er nog niet echt is geweest en hopen we op een mooie warme nazomer. Maar ondertussen is september wel begonnen.

Twee mooie series zijn afgerond in de zomermaanden. Allereerst het tweede blok van het jaartraject **Vind jouw eigen Medicijn**

De thema's waren Levensvreugde, Levenskracht en Levenskunst. Ik kreeg een erg leuke feedback die doorborduurde op de L:

- Lovely
- Lavend
- Liefdevol
- Legendarisch
- Louterend
- Ludiek
- It was magic!

Dank je wel Adelheid

Zelf was ik af en toe onder de indruk van de gesprekken die ontstonden, van de openheid en betrokkenheid van de deelnemers. Het waren mooie, intensieve middagen, leerzaam ook voor mij.

17 september start het derde en laatste blok waarvoor je je nog kunt aanmelden. Meer daarover onder agenda.

Het tweede dat is afgerond zijn de gespreksmiddagen **'Werkelijkheid en Illusie'**.

Drie interessante en helende bijeenkomsten, die voor iedereen, zeker ook voor mijzelf, verdiepend gewerkt hebben. Leren onderscheiden in jezelf tussen het werkelijk blijvende, dat wat van eeuwigheidswaarde is zou je kunnen zeggen, en het vergankelijke, het door ons denken en emoties zelf-gecreëerde, daar ging het om. En om onze gehechtheden aan het laatste onder ogen te zien. Voor nu laat ik dit even rusten, in het nieuwe jaar wil ik dit thema weer oppakken, maar ik weet nog niet precies in welke vorm.



**NIEUWS EN AGENDA**

*Vind jouw eigen Medicijn!*

EEN JAARTRAJECT VOOR VROUWEN IN DE DERDE LEVENSFASE, DAT IS VANAF DE OVERGANG

**15 oktober** start het derde blok van dit jaartraject. De overige data zijn **12 november + 10 december** steeds van **13.30-16.30 uur**

In het eerste blok kreeg het fysieke en ons deel zijn van de natuur aandacht. In het tweede deel stonden onze diepere gevoelens en ervaringen centraal. In dit derde blok gaan we op zoek naar weling de thema's:

**EENHEIDSBEWUSTZIJN**- inspiratie vanuit sjamanistische visie  
**MEDITATIE**- ter wille van zelfkennis en leren los te laten **HET PAD VAN DE ZIEL**- waar ga ik naar toe?

Er zijn opdrachtes, veel interactie, (meditatieve)oefeningen, creativiteit en, zoals altijd, natuurverbinding onder andere in een mooie cirkel. Prachtige workshops voor de herfstmaanden, mis het niet als het je aanspreekt.



Maximaal 5 personen. €120 voor dit hele blok.

Zie ook mijn website voor meer informatie over dit jaartraject.

*Inspiratietip*

Te midden van een overvloed aan tegenstrijdige informatie en polarisering heb ik de volgende tip: Neem voldoende rust! En neem tijd om steeds weer dicht bij jezelf te komen en te blijven,

Rust en stilte zijn onmisbaar om gezond te worden en blijven naar lichaam en ziel. En misschien wat vaker de informatiestroom van buiten af stil zetten.

Ik wens jullie allemaal veel sterkte en wijsheid daarin en liefde voor jezelf!

*Adelheid*



Praktijk voor spirituele coaching en healing  
 Atelier voor kunstzinnige therapie met natuur  
 Activiteitsruimte voor ontmoeting en inspiratie

Adelheid Jochemsen,  
 Haydnstraat 51 Groesbeek  
 a.jochemsen@hotmail.com  
 06 17009796  
 www.inspiratieplekeigenaardig.nl  
 www.facebook.com/PraktijkAtelierEigenAardig

