

Healing & Deep Breathwork | Adem jezelf Vrij

Deze training wordt gegeven door **Coaching Dichterbij je IK - Sarah Grosman**

Zondag 20 december van 09:30-13:00

Locatie: Ruimte voor Balans, Potsweg 15b, Enschede

Ticket: €65,- voor een diepe healing - inclusief kruidenthee én tussendoortjes

Veel mensen ademen onbewust te hoog, te veel en te snel en dan houd je onbewust veel emoties en spanning vast. Hierdoor houd je onbewust ook mooie gevoelens, vertrouwen, wijsheid en liefdes en energiestroom vast.

Dit uit zich in o.a.

- Weinig energie, stress, zwaar gevoel
- Lichamelijke en emotionele klachten
- Niet goed kunnen slapen
- Onzekerheid, angsten, frustratie, boosheid
- Niet goed bij je gevoel komen/kunnen uiten
- Overlevingsstand, freezing, vluchten, spanning
- Down, Depressie, Burn-out

WAT GAAN WE DOEN

Met behulp van je eigen adem maak je je lichaam en geest vrij van blokkades, onverwerkte emoties, stress en spanningen én je geeft ook je immuunsysteem een boost waardoor je meer energie krijgt. Je gaat dit op diep niveau transformeren, waardoor je je weer herboren voelt! Laat je verrassen hoeveel liefde en rust er in jou leeft. Ook al lijkt het onmogelijk, het is echt mogelijk!

Diep Transformerend Ademwerk, werkt helend voor:

- Minder goed slapen
- Ademt te snel, te hoog
- Innerlijke onrust
- Spanningen, angsten, trauma's
- Lichamelijke & emotionele klachten
- Burn-Out, depressie
- Binding/verlatingsangst
- Down, wisselend humeur
- Verdriet, boosheid
- Je komt niet goed bij je gevoel/uiten
- Afgelopen tijd kost veel energie en vang je veel op van anderen
- Kan je niet de actie stap in je leven maken die je heel graag zou willen maken

POSITIEVE ERVARING

- Veel beter kunnen slapen
- Verlichting bij lichamelijke en emotionele klachten
- Mensen voelen zich bevrijd en herboren
- Meer positieve energie en vertrouwen
- Veel innerlijke rust en vertrouwen
- Wonderbaarlijke ervaringen waar de mind niet bij kan
- Je gaat veel meer stralen van binnenuit naar buiten
- Meer vreugde en tevredenheid
- Mensen komen regelmatig terug omdat ze voelen dat het zo helend werkt

Na deze healing ontvang je ook nog een helende meditatie voor een liefdevolle diepe verbinding met jezelf. Kortom in een korte tijd, een intense bijzondere ervaring. Bevrijd jezelf en voel je vrijer dan ooit!

Meld je dan snel aan om verzekerd te zijn van een plek: info@dichterbijjeik.nl.

Heb je nog vragen? Neem gerust contact op. **Website: <https://www.dichterbijjeik.nl/>**