

Hoi mooi mens,

In deze nieuwsbrief staan de volgende onderwerpen:

- * Dolfijnenreis Egypte
 - * Sharing cirkels in Antwerpen
 - * Tantra weekeinde in een kleinschalige, intieme omgeving
 - * Therapie- en/of healing sessie
-



Dolfijnenreis Egypte

Binnenkort ga ik zwemmen met wilde dolfijnen in de Rode Zee bij Egypte. Ik heb er ontzettend veel zin in en ik voel dat deze reis me veel gaan brengen.

Voor mij staan de dolfijnen voor een hoog bewustzijnsniveau, ontspanning, innerlijke rust, het leven durven laten ontstaan (meegaan met de stroom) en voor speelsheid. Vanuit die energie mag het kleine jongetje in mij zich nog meer ontspannen. Nog meer zelfvertrouwen krijgen dat de kosmos mij als mens altijd geeft wat ik nodig heb voor overvloed en groei.

Dus ja, ik ben nieuwsgierig hoe ik het contact met de dolfijnen en hun onvoorwaardelijke liefde ga ervaren. Wordt vervolgd in een volgende nieuwsbrief.



Sharing cirkels in Antwerpen

Sinds kort ben ik begonnen met het faciliteren van sharing cirkels in Antwerpen. Een mannencirkel samen met Garsett Larosse en een gemengde cirkel (m/v) met Véronique de Ridder.

Het accent van de avonden ligt op delen en helen. Delen wat in het moment belangrijk voor je is om uit te spreken. Zodat je kunt worden ontvangen in je woorden, in je waarheid en in je waarachtigheid als vrouw of man. Want de avonden gaat over jezelf durven zijn en je laten horen vanuit je essentie. Niks achterhouden en je daarin ook laten stimuleren door wat anderen delen over zichzelf, hun leven en waar ze tegenaan lopen.

Op die manier ontstaat er een gezamenlijk veld van energie waarin we samen kunnen zakken in waarheid, liefde, bewustzijn en verbinding. Waarin we niet de verschillen tussen elkaar benadrukken, maar juist gaan ervaren hoezeer we elkaar als mensen nodig hebben om onze essentie te voelen en te leven.

De mannencirkels zijn elke 2e woensdagavond van de maand. De komende 3 data zijn op woensdagavond 13 november, 11 december 2019 en 8 januari 2020.

De komende gemengde cirkels zijn op woensdagavond 20 november, dinsdagavond 17 december 2019 en woensdagavond 15 januari 2020.

Voel je welkom om me te bellen (06-236 39 590) of te e-mailen (info@volgjepad.nl) voor meer informatie.



Tantra weekeinde in een kleinschalige, intieme omgeving

Ben jij nieuwsgierig naar wat tantra voor jou kan betekenen? Of voor jou en je (gelegenheids)partner? Voel je dat tantra ook jouw pad van bewustwording is? Dan ben je welkom op mijn 3e tantra weekeinde van dit jaar, van **vrijdagavond 29 november t/m zondag 1 december**.

Ik geef deze tantra weekeinden bij mij thuis in een kleinschalige, intieme setting met maximaal 4 deelnemers, waardoor ik volop aandacht kan geven aan het individuele proces van elke deelnemer en we samen de diepte in kunnen gaan.

Voor meer informatie kun je klikken op onderstaande link: <https://www.volgjepad.nl/tantra-weekeinden-najaar-2019>. Je kunt me ook bellen (06-236 39 590) of e-mailen (info@volgjepad.nl). Voel je uitgenodigd.



Therapie- of healing sessie

in mijn praktijk maak ik als therapeut gebruik van diverse methoden, waarbij healing arts therapie, innerlijk kind werk, familie-opstellingen en interactieve zelfresonantie (opstellen van het verlangen, ontwikkeld door dr. Franz Ruppert) de belangrijkste zijn.

Specifiek richt ik me op de volgende klachten:

- opgeslagen trauma's, waaronder trauma's door (langdurig) seksueel misbruik / incest en emotionele verwaarlozing.
- moeite hebben met grenzen voelen en deze, in het moment zelf, niet kunnen aangeven.
- moeite hebben met verlangens voelen en uitspreken (zoals het verlangen naar veiligheid en intimiteit).
- geen regie ervaren over je eigen leven en je relaties.
- geen regie ervaren over je eigen lichaam.

Al mijn sessies geef ik met respect voor jouw autonomie, identiteit en keuzevrijheid. Jij hebt de regie in handen en bepaalt welke stappen jij wilt zetten en in welk tempo. Daarin stem ik me af op jouw lichaamstaal en energie, om je

(zoveel mogelijk) in staat te stellen 'erbij te blijven'. Zodat je door je bewuste aanwezigheid, werkelijk je trauma's kunt gaan doorleven en verwerken.

Herken je je in één van deze klachten en voel je een innerlijk roep om daar wat aan te gaan doen, dan ben je welkom om een afspraak te maken of vrijblijvend informatie bij me op te vragen.



Voor vragen en aanmeldingen naar aanleiding van deze nieuwsbrief kun je me altijd bellen of e-mailen. Dat geldt ook voor informatie over een individuele coaching, therapie, healing of de-armouring sessie. Voel je daarin meer dan welkom.

Warme groet,

Paul Post

Waleweinlaan 36

5665 CK Geldrop

Tel. 06-236 39 590 / 040-780 08 27

Website: www.volgjepad.nl

E-mail: info@volgjepad.nl