

# Nieuwsbrief 9

www.seezen.nl - 06-23655556 - november/december 2024

Als je mensen oordeelt,  
heb je geen tijd om hen  
lief te hebben

-Moeder Teresa-

## Dankjewel, lieve klanten!

Elke dag bij SeeZen voelt als een cadeautje. Ik ben zó dankbaar dat jullie mij het vertrouwen geven om samen te werken aan jullie welzijn. Het feit dat jullie je veilig genoeg voelen om je verhalen te delen en open staan voor zelfreflectie, raakt me diep. Ik leer elke keer weer iets nieuws van jullie en dat is precies wat me zoveel energie en voldoening geeft. Dus, lieve klanten, een dikke dankjewel voor jullie vertrouwen, voor jullie verhalen, en voor jullie blijvende terugkomst. Zonder jullie geen SeeZen, en zonder SeeZen geen heerlijke behandelingen.

## Klankschaal massage

Inmiddels zijn de eerste klanten geweest voor een klankschaal massage. De trilling kan veel emoties opwekken, en ook als geveer komt de kippenvel direct op mijn armen te staan. Je helpt dus niet alleen een ander met het geven van een sessie, dat maakt het werk zo mooi! De twee klankschalen die ik heb staan zijn handgemaakt, en dat merk je direct. Natuurlijk zijn de klanken wel afgestemd op mijn eigen gehoor toen ik ze aanschafte, maar ik ben er van overtuigd dat deze massage er eentje is om nooit meer te vergeten!

## Nieuwsbrief 9

---

DANK

---

KLANKSCHAAL

---

WALK OF LIFE

---

LEVENSVERRHALEN

---



## Walk of Life – Een Bijzonder Project

Dit jaar bracht een mooie kans om mee te doen aan een vrijwillig project. Wandelen in de natuur, gecombineerd met coaching, bleek een perfecte match. De kracht van de natuur en open gesprekken brachten waardevolle inzichten en bijzondere momenten – van regenbogen tot diepgaande gesprekken. Wat het meest naar voren kwam? Vertrouwen. Zonder dat wederzijdse vertrouwen, komt er geen echte vooruitgang. Hoewel er geen grote groep ontstond door te weinig aanmeldingen, waren de 1-op-1 sessies des te betekenisvoller. Op de laatste dag las een deelnemster een gedicht voor, een moment om nooit meer te vergeten. We zaten op een bankje in de regen, en toen wist ik het zeker; dit wil ik vaker doen.

## Levensverhalen – Deel Je Ervaring!

Ik ben inspiratie aan het opdoen voor een nieuw boek. Iedereen die een behandeling heeft ervaren en daar iets over wil vertellen, is van harte welkom om daarin bij te dragen. Wellicht komt jouw waargebeurd stukje leven wel in het boek terecht dat gaat over een oude dame die haar levensverhaal wil delen met de wereld. Het doel is om anderen te laten zien dat we allemaal weleens onzeker zijn over het leven, maar daar zelden open over durven te spreken. Jij kunt een bron van inspiratie zijn voor anderen! Help jij me mee met het boek? Ik zie je mailtje graag tegemoet komen via: [info@seezen.nl](mailto:info@seezen.nl). Dan kom ik bij je op bezoek om samen met jou over deze ervaring te praten en om dit te verwerken in mijn nieuwe boek, geheel anoniem.

## Een bericht van Laura



### Kwetsbaarheid

Dit jaar heb ik veel inzichten gekregen over kwetsbaarheid. Het is iets wat je niet zomaar van nature hebt, maar iets wat je moet leren, stap voor stap. Er zit vaak zoveel achter: angst, schaamte, of het gevoel dat je iets niet goed doet. Dingen niet weten, ergens niet in durven springen, of een kant van jezelf zien waar je niet trots op bent – het zijn allemaal delen van kwetsbaarheid. En je kunt kiezen: ga je er doorheen of stop je het diep weg?

Vaak heb je een voorbeeld nodig om te begrijpen waar je zelf staat in dit proces. En ondanks dat ik bijna vijftig ben, heb ik dit jaar pas echt ontdekt hoe krachtig kwetsbaarheid kan zijn. Soms denk je een bepaald kenmerk in je karakter te hebben, maar dan blijkt het slechts een klein deeltje van iets veel groters te zijn. En soms heb je iemand anders nodig om dat stukje in jezelf te openen.

Voor mij was dat onze dochter. Door haar heb ik een deel van mezelf kunnen openen dat ik niet eerder kende. En door mezelf toe te staan kwetsbaarder te zijn, zijn er zoveel prachtige momenten op mijn pad gekomen. Het voelt als een deur die opengaat naar meer begrip, verbondenheid, liefde en groei.