

In de cirkel van het leven.

Onontbeerlijk voor ons functioneren is verse zuurstof en gezonde voedingsmiddelen. We ademen in via de neus of de mond en daarnaast nemen we zuurstof op met onze huid. We nemen voedsel tot ons door te eten en te drinken. Dit alles zet ons lichaam om, waardoor onze organen functioneren.

Als je zou beweren, dat dit alles was en dat er niet méér met ons en om ons heen gebeurt, dan zou dat betekenen, dat ons energiepeil iedere dag gelijk zou zijn. Dat is niet zo: de ene dag heb je méér energie dan een andere dag. Je kent vast het gevoel dat je "niet vooruit te branden bent", terwijl je eigenlijk niet weet waardoor dat komt.

We komen aan energie, doordat onze organen werken. Des te beter zij werken, des te beter jij functioneert. Daarnaast zuigen we energie op uit ons krachtveld, onze omgeving, waardoor jij je lekker of juist niet lekker in je vel voelt zitten. Hierdoor ervaar je emoties, een bewustwording van een prettig of juist een onprettig gevoel.

Dat opzuigen van die energie en van de frequenties om ons heen, gebeurt op vele plaatsen in ons lichaam. Die punten worden chakra's genoemd en zijn dus eigenlijk trechtervormende energiecentra van je lichaam. Zij filteren wat je aan emoties, indrukken, boosheid, hartzeer, onzekerheid en verdriet binnen laat en wat niet en wat je weer afstaat en wat niet.

Het kan gebeuren dat er teveel van buiten op je afkomt, wat je niet kunt verwerken. Het kan ook gebeuren dat je teveel binnen in je draagt, wat het lichaam niet kan verlaten. Men spreekt dan, dat de chakra's verstoord zijn; je leeft dan in disbalans. Dit kan gevolgen hebben. Stress, depressiviteit, irritatie naar de omgeving, vermoeidheid, lusteloosheid maar ook vage lichamelijke klachten zijn dan vaak de symptomen.

Ik heb er voor gekozen om mijn Chakrabehandeling af te ronden met ademhalings- en ontspanningsoefeningen. Zo wil ik je laten ervaren, dat je je ook anders, beter, prettiger, lichter en meer ontspannen en zelfs opgelucht kunt voelen. Al na één behandeling krijg je het gevoel alsof je op vakantie bent geweest: je kunt het weer aan!

Bij deze behandeling gebruik ik etherische oliën. De chakra-behandeling die ik toepas, beschouw ik als ondersteunende therapie. Ik voel wel òf er blokkades, belemmeringen of stagnaties bij je zijn, maar ik verplicht je niet daaraan te werken.

a) Deze gecombineerde chakra-behandeling kan puur als ontspanningsvorm ervaren worden, die naar eigen wens, meerdere malen of met een bepaalde frequentie kan worden herhaald. Er vindt géén verdere begeleiding of gesprek plaats. De chakrabehandeling gebeurt altijd met makkelijk zittende kleding aan. Je dient wel een grote handdoek mee te brengen.

b) De chakra-behandeling kan ook een opstart zijn naar een meer diepgaand proces, waarbij je op no-nonsense basis begeleid wordt naar je innerlijke IK. Hierdoor kom je dicht bij jezelf en krijg je ook méér inzicht in jezelf. Vervolgens is het dan aan jou om keuzes te maken, hoe daar mee om te gaan.

Als je voor deze begeleiding gaat kiezen, dan maken we na de chakra-behandeling een nieuwe afspraak voor een of meerdere psychosociale consulten.

Beide behandelingen kunnen gepaard gaan met het loskomen van emoties en met een golf van ontspanning. Je voelt weer balans in je energie, balans in je leven: je wordt je bewuster van jezelf, je leert weer te genieten en te ontspannen.

**Omdat ik me méér wil bekwamen in de uitoefening van Chakra-behandelingen bied ik je een chakra/ontspannings-sessie gratis aan. Het is niet eng, het is niet spiritueel. Ervaar het gewoon eens! Bel me om een afspraak te maken. Gewoon doen! Ik ben dagelijks tussen 10:00 en 22:00 uur bereikbaar. Hartelijke groet, tot later. Maik van Elk.**



Vergoeding vanuit de zorgverzekering behoort tot de mogelijkheden. Mijn tarieven zijn normaliter:  
a) De losse chakrabehandelingen: € 20,= (plm. drie kwartier).  
b) De psychosociale consulten: € 50,= per uur inclusief BTW.