



Nieuwsbrief maart 2009



Voorjaar

Ik hoor de vogels zingen 's ochtends vroeg. Ze mogen er gewoon zijn, ze zeggen "hier ben ik, ik zing zodat de wereld mij kan horen." Het is zo eenvoudig, en wij mensen maken het zo moeilijk. De krokussen, narcissen en hyacinten zijn in bloei. Heerlijke geuren. Nieuw leven in zicht.

Dit voorjaar zijn er uitlopende activiteiten om je te herinneren wie je bent: terug naar de bron in jezelf. Hiermee kan je nieuwe energie opdoen voor de komende tijd. Je bent welkom!

Terry Pratt

Agenda:

- 4 april: Spiritueel festival, Bibliotheek Rotterdam, 16 uur Kum Ney workshop
- 12 april: Vrede viering Paaszondag: Het Witte Kerkje, Maassluis
- 22 april: Klankhelingsavond, Tarazat Instituut, Rotterdam
- 18 mei, 8 juni: Klankhelingsavond, Het Witte Kerkje, Maassluis
- 25 april: Stiltedag, Het Witte Kerkje, Maassluis
- 22 juni: Stiltedag, Het Witte Kerkje, Maassluis

Uit de praktijk:

In de eerste nieuwsbrief schreef Olga over hoe cranio-sacraaltherapie heeft geholpen met haar endometriose. Het is leuk om te vertellen dat ze inmiddels 5 maanden zwanger is, en dat het uitstekend met haar gaat!

Biodynamische Cranio-sacraaltherapie is bedoeld voor iedereen die wil werken aan een betere gezondheid. Veel mensen gebruiken het ter preventie: om hun goede gezondheid te behouden, maar de therapie is ook heel heilzaam voor mensen met terugkerende of chronische klachten. Bel voor een afspraak of voor meer informatie: tel. 06-30539010. Speciale lente Aktie: € 10 korting voor nieuwe en oude cliënten (Zie achterzijde) Een informatief krantenartikel "Als de energie stroomt" over cranio-sacraaltherapie vanuit de Maassluis Courant is te vinden op mijn website: www.Breathoflife.nl

Gezondheidstip:

Adem bewust iedere dag. Eckhart Tolle in *De Nieuwe Aarde* schrijft: "Je bewust zijn van je ademhaling onttrekt aandacht aan het denken en schept ruimte. Het is een manier om bewustzijn te scheppen... Wees bewust van je ademhaling. Merk de sensatie van de ademhaling op. Voel de lucht je lichaam in- en uit stromen. Een bewuste ademhaling is voldoende om wat ruimte te maken waar daarvoor de ononderbroken opeenvolging was van de ene gedachte na de andere..."

Tibetaanse yoga, Kum Nye helpt bewustwording van de ademhaling te ontwikkelen.

Terry Pratt
Cranio-Sacraaltherapeut

Roemer Visscherstraat 18
3141 VR Maassluis
tel. 06 30 53 90 10
info@breathoflife.nl

ING Bank 4016982
t.n.v. Breath of life, Maassluis

KvK: 24429160
BTW: NL1118.95.558.B01

Lid van de Nederlandse Cranio-Sacraal Vereniging NCSV,
RNCNV, 255-0045

AGB code praktijk: 90(0)14080
AGB code zorgverlener: 50035156

Geregistreerd bij het registratie- en
ontwikkelingsinstituut van de natuurlijke geneeswijzen
RING registratienummer 08.1.255.13990



Klankhelingsavond

Datum: 22 april van 19.30-21.30

Plaats: Tarazát Instituut, Ungerplein 2 flat 6, Rotterdam

Aanmelden: telefoon 010 4183599

Klank plant zich snel voort door water: ruim 4 keer sneller dan door lucht. Het menselijk lichaam bestaat voor circa 70% uit water. Dat betekent dat trillingen van aangeslagen klankschalen zich snel en makkelijk door ons lichaam verplaatsen. De boventoonrijke klanken resoneren met onze lichaamscellen en dringen diep door in onze celstructuur. Een klankschaalsessie ontspant, onthaast en helpt tot rust te komen. Je voelt je weer opgeladen, in evenwicht en in harmonie met jezelf. Klankschalen, viool, en andere instrumenten worden gespeeld.

Voor meer informatie: www.soundpath.nl/; www.tarazat.nl

Vredeviering Paaszondag

met Mantra zingen, dansen van universele vrede; Taizé liederen, Meditatie, en samenzijn.

Datum: 12 april van 10 uur-12.15

Plaats: Het Witte Kerkje, Constantijn Huygensstraat 1, Maassluis

Vrijwillige bijdrage. Iedereen welkom

Op eerste paasdag wordt er weer een informele universele eredienst gehouden o.l.v. Saki Lee, cheraga van de soefi orde Nederland en Terry Pratt, muzikant. Beide zijn leidsters van de Dansen van Universele Vrede. Deze informele universele eredienst brengt als het ware het lente-gevoel in ons naar boven: een frisse, vreugdevolle en open levenshouding naar het leven.

Kum Nye Tibetaanse Yoga

Open avond: maandag, 20 april van 19 uur-19.45

Vervolg: 11, 18, 25 mei, 1, 8, 22, en 29 juni

Kosten: € 64

Plaats: Het Witte Kerkje, Constantijn Huygensstraat 1, Maassluis

Kum Nye komt uit de Tibetaanse geneeskunst en bestaat uit eenvoudige ontspannings- en ademhalingsoefeningen in een meditatieve sfeer. Deze ontspannen lichaam en geest en stimuleren de energie op een diep niveau. Dat leidt tot een natuurlijke evenwichtigheid, helderheid en vitaliteit. De beoefenaars ervaren een steeds grotere harmonie met zichzelf en de wereld.



Stilte dag Mindfulness training

Datum: zaterdag 25 april, 20 juni 2009 van 10.30 tot 16.30

Plaats: Het Witte Kerkje, Constantijn Huygensstraat 1, Maassluis

Kosten: € 40 (minimum inkomen € 25)

Een dag in stilte doorbrengen verhoogt onze aandacht voor hoe we doen wat we doen. Zo'n dag maakt ons bewust van ons contact met onszelf en de buitenwereld. Meditatieve momenten worden afgewisseld met eenvoudige Tibetaanse yogaoefeningen, en loopoefeningen. Er wordt ook een eenvoudige lunch verzorgd, uiteraard ook in stilte. Voor meer informatie: www.breathoflife.nl

Kortingsbon

€ 10 korting

bij een Cranio-sacraaltherapiebehandeling