

Beste lezer

Vandaag ben ik jarig en word ik 51 jaar. Ik ben dankbaar voor mijn leven en mijn levenslessen en ik voel me een gelukkig mens.

Wil je een gelukkig mens worden? Leer dan om te lijden. Erken negatieve emoties zoals boosheid, verdriet, frustratie en onmacht. Sta stil bij de sensaties in je lichaam en stel zoveel mogelijk kenmerken vast. Accepteer deze ervaring en stuur het je onvoorwaardelijke liefde. Merk dan op wat er gebeurt.....

De innerlijke strijd verdwijnt en er komt weer ruimte.

Doe dit niet om er snel vanaf te zijn. Het gaat erom dat je alle delen van jezelf liefhebt, ook de schaduwkanten en de delen die je het liefste achter het behang wilt stoppen.

Kom eens naar een zelfhelingsavond of systeemopstelling, dan kun je dit zelf eens ervaren.

Zonnige herfstgroet,
Mariska

Intuïtie

Intuïtie betekent innerlijk weten, inzicht zonder nadenken en los van je zintuigen (6e zintuig). Je intuïtie zit in je onbewuste en is verbonden met je ziel, de Bron. Informatie die je hieruit put leidt automatisch tot de juiste keuzes en go with the flow. Je hebt bewustzijn, stilte en rust nodig als je je intuïtie wilt raadplegen. Veel voelen en overgevoeligheid betekent niet automatisch dat je intuïtief bent. Het staat je soms in de weg. Voor hoeveel rede ben je vatbaar als je echt boos of verdrietig bent? Ook oordelen en overtuigingen kunnen je afhouden van het contact met je intuïtie. De ontvankelijkheid voor je intuïtie kun je trainen. Intuïtieve ontwikkeling betekent steeds beter onderscheid leren maken tussen je innerlijke weten en de rest (eigen gevoel, emoties, gedachten, feiten, ideeën, overgenomen meningen en innerlijke stemmen/delen). Lees [hier](#) meer over intuïtie.

Activiteiten

Wil je jezelf verder ont-wikkelen en wil je jezelf verwennen op een workshop zodat je het niet allemaal alleen hoeft te doen? Informeer dan eens naar de volgende activiteiten. Je bent van harte welkom op [Hoeve Rott Vakantie- en Vitaliteitscentrum](#)'. Een toelichting hierop vindt je onder Cursussen of Activiteiten.

- Anti-stress workshop: 29 nov, 6 dec, en 13 dec van 09.00- 12.30 uur.
- Informatiebijeenkomst over Vrouwen in de overgang: 16 nov, 24 nov van 19-22 uur.
- Systeemopstellingen: 14 nov, 7 dec van 19.00-22.00 uur.
- Zelfhelingsavond: 28 nov, 12 dec thema 'Loslaten' van 19.00-22.00 uur.
- Opleiding Energetische Therapie: Basismodule: 07 en 08 januari 2012.
- Tweedaagse startbijeenkomst van de cursus 'Geluk is een keuze':

3 en 4 jan 2012 van 09.00-17.00 uur.

- Startbijeenkomst Leergang Inner-management: ma 30 jan en wo 1 feb 2012 van 09.00-17.00 uur.

Vraag vrijblijvend naar de mogelijkheden voor de combinatie van een activiteit met een verblijf in onze Hoeve: ([vakantiewoning](#) of [Bed and Breakfast](#)).

[Download agenda](#): overzicht van alle activiteiten 'Geluk is een keuze'.

Voor andere activiteiten op spiritueel gebied in Zuid-Limburg ga je naar de [Spiritueel Limburg Kalender](#).

	<p>Mariska is polyenergetisch therapeut, coach, ontwikkelaar, opleider, trainer, geluksexpert, adviseur en maker van een aantal meditatie-CD's. Daarnaast is zij auteur van het boek 'Geluk is een keuze'; een handboek voor zelfheling en een wegwijzer naar een gelukkiger leven. Zij geeft de opleiding Energetische Therapie, de Leergang Inner-Management en allerlei cursussen en workshops. Zij verzorgt Vitaliteitsweken, verblijf voor onthaasten & bezinnen, systeemopstellingen, zelfhelingsbijeenkomsten, teambijeenkomsten en lezingen</p> <p>www.GelukIsEenKeuze.nl www.Inner-Management.nl www.HoeveRott.nl</p>
--	---

'Geluk is een keuze'
Hoeve Rott Vakantie- en
Vitaliteitscentrum
Rott 31, 6294 NL Vijlen (Rott)
06 17 6868 37
mariska@gelukiseenkeuze.nl

Je kunt je afmelden voor deze Nieuwsbrief via de volgende link [unsubscribe link]