



Lieve mensen, hierbij de nieuwsbrief van maart 2024.

Na een uitzending op TV met de mededeling dat in Nederland op dit moment 1 op de 2 mensen kanker krijgt, kreeg ik veel verontruste berichten van mensen die meer wilden weten over kanker, hoe kanker ontstaat en of men kanker kan voorkomen. Veel mensen vroegen of ik iets in de nieuwsbrief wilde schrijven over wat kanker is en hoe het ontstaat en te voorkomen is. Elders in deze nieuwsbrief heb ik daar dus een stuk over geschreven.

Heeft uzelf een onderwerp waar u meer van af wil weten, laat het me weten. Dan kan ik altijd kijken of ik er iets over kan schrijven in de nieuwsbrief.

Beurzen.

Komend weekend, zaterdag 2 en zondag 3 maart 2024 sta ik in Rotterdam in de Zevenkampse Ring op de Paraview. Zie de agenda in deze nieuwsbrief. Op beide dagen verzorg ik weer Groepshealingen met Chakra- en Aura healingen.

In 2024 wil ik weer gemiddeld één keer per twee weken op een Paraview staan. Op 16 en 17 maart 2024 sta ik op de Paraview in Amstelveen in de Emergohal.

De praktijk van Relax-4u is inmiddels niet meer alleen voor medische- en lichamelijke klachten. Waar ik al jaren voor waarschuwde begint nu zich aan te kondigen. Veel, vaak jonge, mensen komen met psychische klachten die ontstaan zijn door de corona-maatregelen. Veel klachten met o.a. bindingsangst, angsten voor drukke omgevingen en Long Covid. Daarom heb ik afgelopen jaren diverse opleidingen gevolgd in de (klinische) psychologie en ben ik bij de Academy 113 zelfmoord preventie getraind voor (manisch) depressieve mensen.

Relax-4u is er daarom nu voor alle lichamelijke klachten, emotionele klachten, psychische klachten, psychosociale klachten en mentale klachten. En wat ik al eerder schreef; De psychische instellen zijn ooit opgezet met de verwachting dat ongeveer 4% van de Nederlandse bevolking er gebruik van ging maken. Nog voor de Corona-crisis maakte al meer dan 25% van de Nederlandse bevolking gebruik van een psychische instelling. En dat wordt alleen maar meer. De hele psychische zorg loopt enorm vast. Wil men dan toch geholpen worden zal men moeten kijken naar de Alternatieve- en Complementaire zorg.

Dus behalve dat ik Energetisch Therapeut (o.a. Magnetiseren, Reiki, Quantum Touch en Chakra- en Aura heler) ben, ben ik nu ook o.a. internationaal erkend Hypnotiseur, Voice Dialogue praktischer, Mindfulness Therapeut en voedings-coach.

Voor de mensen in het oosten van het land.

Zet alvast de datums van zaterdag 20 juli 2024 en zondag 21 juli 2024 in jullie agenda. Dat weekend kom ik met Relax-4u voor het eerst sinds jaren weer naar het oosten van Nederland.

Dat weekend sta ik met Relax-4u in "De Scheg" in Deventer. Beide dagen zijn er rond 15:30 uur Groepshealingen.

Slagingspercentage van de behandelingen van Relax-4u

Tijdens en na de eerste behandeling van Relax-4u (ook tijdens de Groepshealingen en behandelingen op de beurs) heeft ruim **95%** van de cliënten verbeteringen in hun klachten ervaren.

Ruim **75%** van de cliënten heeft na 3 tot 5 behandelingen dusdanige blijvende verbeteringen dat verder behandelen vaak niet meer nodig is.

Maar veel cliënten blijven dan alsnog 1 keer per maand bij Relax-4u terugkomen voor wat zij dan een "Onderhoudsbeurt" noemen.

De meeste zorgverzekeraars vergoeden dan ook de behandelingen van Relax-4u geheel of gedeeltelijk.

Voor deze vergoedingen dient u wel een aanvullende verzekering te hebben.

En de kosten gaan **NIET** van uw eigenrisico af.

De meest gevreesde ziekte/aandoening van dit moment, Kanker

Vanwege mijn gecombineerde medische en psychische kennis uit de reguliere- en alternatieve zorg, krijg ik regelmatig vragen over één van de meest gevreesde ziekten/aandoeningen, kanker.

Dit stuk schrijf ik dus met mijn uitgebreide kennis- en praktijk ervaringen uit niet alleen de reguliere medische zorg maar tevens uit de alternatieve- en complementaire zorg. Veel mensen weten inmiddels dat ik docent ben in de reguliere (spoedeisende) eerste hulp en dat ik therapeut ben in de complementaire- en alternatieve zorg.

Maar laat eerst één ding heel helder zijn: kanker is een serieuze ziekte/aandoening waar niet mee te spotten valt. En iedereen kan kanker krijgen ongeacht je leefstijl, leeftijd, voeding en leefomgeving.

Kanker is de meest voorkomende ziekte/aandoening van dit moment. Volgens diverse instanties krijgt op dit moment 1 op de 2 mensen in Nederland kanker oftewel 50% van de bevolking krijgt kanker of heeft het zelfs al. Veel mensen willen en durven er niet over te praten, en willen het woord niet eens in de mond nemen en zeggen dan maar zoiets van 'de K ziekte'. Men zegt dan: 'Hij/zij heeft K'. Alsof dat soort benamingen de ziekte/aandoening minder erg maakt. In mijn hele verhaal zal je vaak lezen 'ziekte/aandoening'. Dit komt omdat kanker voor veel mensen een ziekte is maar in mijn gedachtegang is kanker geen ziekte maar een aandoening. Een ziekte is voor mij koorts, pijn en algehele malaise. Kanker heeft in eerste instantie geen koorts, pijn of malaise. Lees verderop in het verhaal hoe. Kanker heb je zonder dat je er iets van merkt. Het eerste wat de meeste mensen bij kanker ervaren is dat zij zonder aanleiding afvallen en/of moe zijn.

Waar komt die enorme explosie van patiënten ineens vandaan?

Eén van de oorzaken zijn de bevolkingsonderzoeken. Als je een oproep krijgt voor zo'n onderzoek, ga je er vaak naar toe. En hoe vaak hoor je dan: We hebben afwijkende cellen gevonden die nader onderzoek vragen.

Op dat moment sta je gelijk geregistreerd als kankerpatiënt maar in heel veel gevallen is er bij het tweede onderzoek niets te vinden. Je registratie blijft wel staan, en bij je (huis)arts komt er in je medisch dossier te staan: 'heeft een verhoogde risico op'.

Neem nu bijvoorbeeld baarmoederhalskanker. Bij het bevolkingsonderzoek wordt bij veel vrouwen afwijkende cellen gevonden. Logisch want door het hebben van seks, heb je wellicht wat schade aan de cellen in de baarmoederhals opgelopen. Of heb je misschien een blaasontsteking of een irritatie door een allergie dat tevens schade kan veroorzaken aan de cellen. Legio mogelijkheden dus. Bij meer dan 95% van de vrouwen met afwijkende cellen bij de eerste test (met veel paniek en stress na zo'n uitslag als gevolg) is bij een tweede test NIETS te vinden, en is alle paniek en stress voor niets geweest maar kunnen al deze spanningen wel een verhoogde kans op kanker veroorzaken.

Wat is kanker eigenlijk?

Kanker is niets meer dan cellen die blijvend te snel delen. In die zin is een wrat dus ook kanker. En dat snelle delen van de cellen put je helemaal uit, vandaar dat je ook hierdoor zo afvalt omdat het snelle delen van cellen erg veel energie kost. Als je niets aan kanker doet, kom je uiteindelijk te overlijden door uitputting. Al zal de arts iets anders zeggen. Maar door kanker raak je zo uitgeput dat je hart het op een gegeven moment niet meer aan kan, en dan stopt met kloppen.

Maar om de vraag 'Wat is kanker?', goed en begrijpelijk te kunnen beantwoorden moet je iets weten van de werking van het lichaam op een niveau dat veel kleiner is dan cellen. Ik zal het jullie zo eenvoudig mogelijk proberen uit te leggen.

Kanker ontstaat door fouten in de DNA. DNA staat voor 'DeoxyriboNucleic Acid'; vertaald betekent dit 'Desoxyribonucleïnezuur'. Maar het blijft moeilijk uit te spreken voor niet medische mensen. Vandaar dat we gewoon de naam DNA gebruiken.

In je DNA zitten alle (erfelijke) eigenschappen opgeslagen zoals je kleur haar, kleur huid, werking van organen, enz. In je DNA ligt ook opgeslagen de werking en deling van je cellen. Spiercellen en zenuwcellen horen niet te delen. In je DNA ligt dat opgeslagen. Andere cellen zoals o.a. bloedcellen, huidcellen en botcellen delen wel maar in verschillende tijdseenheden. Zo deelt de bloedcel 'hemoglobine (HB)', deze cellen zorgen ervoor dat zuurstof naar je cellen wordt getransporteerd, sneller dan botcellen. Al deze informatie ligt ook opgeslagen in je DNA. Maar alle delende cellen hebben ook een rem om niet te snel te delen. Ook dat ligt opgeslagen in je DNA. Bij schade, zoals o.a. verbranding, snijwonden of schaafwonden, haalt je DNA die rem er even af zodat de cel tijdelijk sneller deelt om te herstellen. Wanneer de 'wond' hersteld is dan zet je DNA de rem weer terug en stopt het snelle delen van de cel als vanzelf. Dit is ook waarom er nu bijvoorbeeld vaker baarmoederhalskanker wordt geconstateerd dan vroeger. Mensen hebben tegenwoordig veel meer sex dan vroeger, en vaak ook nog met verschillende partners. Tijdens de sex is er meestal kleine schade bij de vrouw/meisje in de baarmoederhals door het schuren van de penis, en dan maakt het niet uit hoe voorzichtig de man ook doet. Om deze schade te herstellen gaan de cellen in de baarmoederhals tijdelijk sneller delen, en elke keer bestaat de kans dat de rem niet terug komt na het herstellen zodat er kanker ontstaat. Dit is ook het geval bij verbrandingen door bijvoorbeeld de zon of zonnebank. UV-licht op zich veroorzaakt geen kanker. Maar elke keer dat je verbrandt, moet de rem uit je huidcellen om te herstellen. En telkens wanneer dit gebeurt, bestaat de kans dat de rem niet terug komt en je huidcellen sneller blijven delen met als gevolg huidkanker.

Wanneer je gecontroleerd wordt op welke vorm van kanker dan ook, en je bent op dat moment aan het herstellen van een wond, kan de uitslag aangeven dat je vermoedelijk al kanker hebt waardoor een tweede onderzoek nodig is.

DNA regelt het herstellen in samenwerking met je hersenen. Je hersenen maken, door pijn en andere prikkels, stoffen aan om te herstellen. Ik zeg daarom vaak dat geen pijn of koorts hebben, geen herstel waarborgt. Is de wond hersteld, dan zet je DNA de rem terug en stopt het snellere delen.

Door heel veel oorzaken kan de rem ook zonder aanleiding plotseling wegvallen, en kunnen cellen ineens blijvend sneller gaan delen.

Van een tumor of poliep wordt gesproken als het om één soort cellen gaat.

Van kanker wordt gesproken als het om meerdere soorten cellen gaat in één orgaan zoals de huid.

Van uitgezaaide kanker is sprake als er meerdere organen aangedaan zijn.

Dus alle feiten even op een rijtje: je hebt cellen (b.v. bloedcellen, spiercellen, botcellen).

Meerdere cellen met dezelfde functie zijn weefsels (b.v. dekweefsel, bindweefsel, het spierweefsel en het zenuwweefsel).

En tot slot: meerdere weefsels die samen werken zijn organen zoals bijvoorbeeld je huid, longen, hart en hersenen.

Hoe kunnen cellen beschadigen?

Dit kan verband houden met het verbranden door o.a. de zon, zonnebank, sex, vuur en hete materiaal.

Maar ook door o.a. snijden, botten breken en kneuzingen.

De rem moet er dan even vanaf om de cellen sneller te laten delen en te herstellen.

Maar let op; ook het normaal delen van cellen, kan een keer fout gaan. Zonder dat er letsel of schade is delen per dag miljarden cellen in je lichaam. Eigenlijk is het een wonder dat het delen van al die cellen meestal zo foutloos verloopt. Alleen al voor je geboorte hebben meer dan honderden miljarden cellen moeten delen om een 'gezonde' baby ter wereld te laten komen, en is dat eigenlijk al een wonder op zich!

Alle cellen die niet goed gedeeld of gegroeid zijn of op een andere manier afwijken worden netjes opgeruimd door NK-cellen (Natural Killing Cells of Natuurlijke Moord Cellen).

Wil je meer hierover weten dan adviseer ik je om via internet een zoekopdracht te doen naar 'Gerard Scherder NK cellen'. Gerard Scherder is een hoogleraar Klinische Neuropsychologie en verbonden aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Hij vertelt ons dat hoe meer NK-cellen we hebben, hoe kleiner de kans op kanker en andere ziekten en aandoeningen bestaat.

Wat is de zienswijze van Gerard Scherder?

Volgens Gerard Scherder dien je elke dag meerdere keren in een flink tempo een trap op en af te lopen om al genoeg NK-cellen aan te maken. Door dagelijks actief te bewegen, worden er dus meer NK-cellen aangemaakt waarbij UV-licht en infrarood ook fijn hieraan mee werken. Zonnebaden met factor 50 zorgt ervoor dat je dus geen NK-cellen aanmaakt, geen lekker kleurtje krijgt en al helemaal geen hogere weerstand. Beter is om in het hele vroege voorjaar en in de winter, je huid stapje voor stapje te laten wennen door regelmatig te zonnen of een zonnebankje te pakken. **MAAR LET OP! ZORG ERVOOR DAT JE NOOIT VERBRANDT.**

Voor infrarood is mijn advies om dagelijks minimaal 10 minuten, en maximaal 45 minuten voor een infrarood lamp of infrarood paneel staan of zitten (het liefst naakt). Heb je er plaats voor dan is een infrarood sauna zeker aan te bevelen, en zoals ik al in de vorige nieuwsbrief schreef, infrarood stimuleert ook nog eens de aanmaak van collageen in je lichaam. Alle vorige nieuwsbrieven zijn terug te lezen op www.groepshealing-relax-4u.nl.

Op mijn website www.groepshealing-relax-4u.nl kan je ook de nieuwsbrief van januari 2024 terug te vinden. Als je niet langer dan 45 minuten aaneengesloten beïnvloed wordt met infrarood, kan je bijna geen huidschade oplopen. Collageen zorgt voor een jongere huid en minder tot geen rimpelvorming.

Daarbij komt dat kankercellen en tumoren zuurstof arm zijn. Alle suiker is een grote voedingstof voor kankercellen.

Eet dus bij kanker geen suiker, en dit geldt voor alle suikers. Met een magneet kan je veel bereiken omdat hierdoor extra zuurstof naar de kanker- en tumor cellen gaat. Aan HB zit zuurstofmoleculen vast en HB is erg ijzerrijk dus beïnvloedbaar met een magneet. Op mijn website www.relax-4u.nl/magnetisme.html kan je een uitgebreide uitleg lezen over de werking van een magneet.

Het is aannemelijk dat je door b.v. stress een onbalans in je lichaam en zuurstofvoorraad krijgt (het ene deel van je lichaam heeft dan meer zuurstof dan een ander deel), en je hierdoor meer ontvankelijk wordt voor kanker. Onze hectische- en stress volle economie en bestaan werkt daar ook nog eens gezellig aan mee.

Doet kanker pijn?

Kanker doet geen pijn, welnee. Kanker kan wel pijn veroorzaken in het omliggend weefsel door de druk die erop komt te staan. Van kanker val je enorm af, en vaak in een rap tempo. Het veel sneller delen van cellen kost immers zoveel energie waar geen enkele hoeveelheid voedsel tegenop kan. Ook het karakter van de patiënt verandert; in de ochtend wil hij/zij in de avond graag vis eten, en wanneer bij het avondeten de vis op tafel staat, kan je die vis naar je hoofd krijgen.

Hoe eerder je de kanker constateert, hoe beter het behandelresultaat zal zijn. Een tumor en kanker zijn immers goed te behandelen.

Bij uitgezaaide kanker is behandelen bijna uitgesloten. Als er een tumor of kanker, al dan niet uitgezaaid, wordt geconstateerd, eet dan zo min mogelijk en het liefste helemaal geen suiker meer. En denk over eventuele magneetmassage. Je hebt geen garantie maar helemaal niets doen is wat mij betreft geen optie.

Conclusie

Kan je kanker en tumoren voorkomen? NEE. Lang niet altijd want soms heb je gewoon domweg pech.

Zijn kanker en tumoren te genezen? Jazeker; hoe eerder je erbij bent, hoe beter de kansen op genezing. Maar je zal ook een verandering moeten bewerkstellen in je DNA, en de aanmaak van NK-cellen in je lichaam moeten stimuleren. Chemo werkt snel en vaak goed maar chemo is en blijft een symptoom bestrijder die alle snel delende cellen (ook je HB) doodt. Echt genezen doet chemo dus niet en chemo verlaagt je weerstand tot nul met alle risico's van dien.

Met voeding, UV-licht, infrarood licht, magneet en vooral actief bewegen kan je de kans op kanker en tumoren wel flink verkleinen. En eet gewoon alles. Echt vlees en verse groente zorgen er voor dat je lichaam zelf alle benodigde

vitamines, mineralen en HB aanmaakt. En goede beweging zorgt ervoor dat je lichaam genoeg NK-cellen aanmaakt. Door goed eten en bewegen blijf je lichaam fit en vitaal, en je hierdoor is de kans op kanker verkleint. Pijn en koorts heb je niet voor niets. Door het slikken van pijnstillers en koortsverlagende middelen, heb je een verhoogde kans op kanker. Beter is je lichaam het zelf te laten doen en pijnstillers en/of koortsverlagende pillen in je medicijnkastje laten liggen. En alleen slikken in uiterste nood of als je een zwakke weerstand hebt (raadpleeg hierover je huisarts). En bij elke twijfel en/of onverklaarbaar gewichtsverlies: neem contact op met je huisarts!

(huis)artsen

Huisartsen en POH-GGZ medewerkers blijven steeds meer cliënten aan mij doorsturen. Ook voor 2024 heb ik alweer verschillende afspraken in de praktijk staan met cliënten die doorverwezen zijn door huisartsen en POH-GGZ.

Bij Relax-4u zijn ook Mindfulness sessies

De verwijzingen door huisartsen en POH-GGZ komt natuurlijk ook omdat ik steeds meer psychische behandelingen in de praktijk van Relax-4u doet. Zoals bijvoorbeeld Mindfulness. Regulier is wetenschappelijk aangetoond dat Mindfulness positieve effecten heb op psychologisch-, neurobiologisch- en lichamelijk vlak en dat er in het hele lichaam en geest veranderingen plaats vinden in het biologische systeem. En de bewijzen hiervoor blijven zich opstapelen. Deze veranderingen zijn wetenschappelijk meetbaar. Maar ook je zelfbeeld en wereldbeeld veranderen positief.

Vaak hou je een klacht in stand door er aan te denken. Bijvoorbeeld fietsen.

Zolang je blijft trappen, blijft je fiets wel rijden. Maar als je besluit om niet meer te trappen, komt je fiets vanzelf tot stilstand. Met klachten werkt dat niet anders. Denk aan een klacht en de klacht blijft bestaan.

Met Mindfulness kunnen we dat proces omkeren.

De voornaamste resultaten die je hebt als je Mindfulness doet:

- je bent je bewuster van je eigen gedachten, reacties, gedrag en emoties
- je ervaart dat je bewust invloed uit kan oefenen op gedachten, reacties, gedrag en emoties
- je gaat steeds makkelijker afstand nemen van moeilijke situaties
- je gaat meer van het leven genieten
- je maakt steeds makkelijker moeilijke keuzes
- je krijgt steeds meer energie
- je bent veel meer ontspannen

Maar met Mindfulness krijg je ook steeds betere vaardigheden om met stressvolle situaties en stressvolle momenten om te gaan wanneer het even niet gaat zoals jij zou willen. Je kan je dan ook steeds beter concentreren (meer focus en minder piekeren) en je gaat steeds beter je grenzen aangeven.

Door Mindfulness zal je ervaren dat:

- je hoge bloeddruk daalt
- de (chronische)vermoeidheid afneemt
- je beter gaat slapen
- je bent minder depressief
- je ervaart minder angsten
- (chronische) pijn verminderen of verdwijnen helemaal
- minder psychische gevolgen van (ernstige) ziekten, aandoeningen en tegenslag
- je heeft minder klachten door trauma's
- je gaat beter bewegen

Kortom. Je gaat dingen doen en ervaren die je eerder voor onmogelijk hielt.

Praktijk Relax-4u.

In de praktijk in Amersfoort is er steeds meer belangstelling voor de sessies met Hypnose, Voice Dialogue en Mindfulness. Het is heel mooi te ervaren wat deze sessie en al onze andere (energetische) behandelingen en massages voor de mensen mogen en kunnen doen. Elke minuut ben ik dankbaar voor wat ik kan en mag ervaren tijdens de sessies en behandelingen. Daar kan geen geld tegenop.

De verzekeraars.

Helaas blijft nog altijd het bericht van de BATC uit over de erkenning van de VGZ-groep. Het duurt allemaal wat langer als dat ik en de BATC gehoopt hadden. Wij hopen dat in 2024 de VGZ groep overstag gaat. Wat wij vreemd blijven vinden is dat VGZ sessies Mindfulness heel veel promoot. Maar de sessies niet wil vergoeden. Via onze Facebook-pagina, onze websites en in deze nieuwsbrieven hou ik jullie op de hoogte. Eventueel breng ik jullie gelijk op de hoogte van de ontwikkelingen met een extra uitgave van deze nieuwsbrief.

Groepshealingen.

Ook in 2024 ga ik op de Paraview beurzen waar Relax-4u staat, weer elke per dag gratis Groepshealingen verzorgen. De Groepshealingen worden steeds drukker bezocht. In de Groepshealingen doe ik ook de Chakra- en Aura healing. Kijk op de website www.papaview.nl om te lezen op welke beurzen Relax-4u staat en voor de tijden van de Groepshealingen.

Voor de Groepshealingen op de Paraview beurs kunnen jullie je NIET aanmelden. Je kan op de beurzen zo naar binnenlopen bij de Groepshealingen. De toegang is gratis voor alle bezoekers van de Paraview beurs. De intree van de Paraview beurs zelf is € 5.

Relax-4u is niet op alle Paraview beurzen aanwezig. Kijk daarom altijd eerst op de website van Paraview of Relax-4u aanwezig is en hoe laat de Groepshealingen beginnen. (www.paraview.nl)

Tijdens de Groepshealingen kan en mag je altijd foto's, sieraden en andere voorwerpen en speelgoed meenemen voor behandeling van mensen en dieren die niet aanwezig kunnen zijn of overleden zijn.

Als de locatie het accepteert, mag je ook huisdieren meenemen naar de Groepshealingen. Informeer daarvoor altijd eerst bij de locatie of je dieren mag meenemen. Telefoonnummers staan op de website van de Paraview.

Hoe werkt het om een lichaam zichzelf te laten herstellen?

Een lichaam en geest zonder klachten trilt op een hoge frequentie. Een lichaam en geest met klachten trilt op een lage frequentie. Laat je een lichaam en geest hoger trillen, verdwijnen klachten en herstelt het lichaam en geest vanzelf en sneller. Met mijn behandelingen probeer ik dus om uw lichaam en geest hoger te laten trillen. En die trillingen zijn meetbaar. In het ziekenhuis hebben ze een frequentiemeter. Als ik die elektroden vastpakt, zie je op het scherm op welke frequentie mijn huid trilt. Met mijn energie kan ik dan mijn huid van ongeveer 10 tot 20 herz opjagen naar 10 tot 15 Giga-hertz. En dan heb ik de artsen een hoop uit te leggen.

De reguliere zorg ontdekt ook steeds meer dat mijn behandelingen, sessies hypnose, sessies Voice Dialogue en de sessies Mindfulness verbazingwekkend goede resultaten hebben in vaak veel hele korte tijd. Zeker als ik EMDR en Regressie doet in Hypnose trekt de aandacht van de reguliere zorg.

Moeilijk te behandelen problemen zoals Clusterhoofdpijn, PTSS en andere klachten blijken vaak met mijn behandelingen en sessies sneller te verbeteren dan de reguliere zorg verwacht. Hierdoor verwijzen met name de GGZ-instellingen en de POH-GGZ steeds vaker aan mij door.

Natuurlijk hoop ik dat de beroepsorganisatie BATC snel de groep verzekeraars die aangesloten zijn bij VGZ mijn behandelingen ook gaan vergoeden.

Reisafstand tussen uw huis en mijn praktijk in Amersfoort.

Vaak krijg ik, met name, op de beurzen te horen; Uw praktijk in Amersfoort is mij te ver weg.

Waar die mensen dan even niet bijilstaan zijn:

- De meeste zorgverzekeraars vergoeden mijn behandelingen of een groot deel van die kosten.
- De meeste mensen zijn na circa 5 behandelingen bij mij, klachtenvrij of zo verbeterd dat zij tevreden zijn en geen

behandelingen meer willen.

- De kosten van uw bezoeken aan mijn praktijk die u niet vergoed krijgt plus de reiskosten naar mijn praktijk toe, kunt u elk jaar aangeven bij de aangifte inkomstenbelasting.

Kijk dan eens even wat 5 bezoeken aan mijn praktijk u daadwerkelijk kosten inclusief de reiskosten. En wat kost het u aan behandelingen en medicatie kost bij andere therapeuten die niet hun behandelingen vergoed krijgen.

Op afstand behandelen

En niet geheel onbelangrijk. Ik kan u eventueel ook op afstand behandelen. Bij de meeste behandelingen en sessies kan ik ook op afstand doen. Meestal gebruik ik daarvoor ZOOM of WhatsApp beeldbellen. Maar ik kan eventueel ook zonder beeldverbinding op afstand behandelen. Een ook de behandelingen op afstand worden geheel of gedeeltelijk vergoed door de meeste zorgverzekeraars.

En mijn ervaring is dat de meeste mensen de eerste keer naar mijn praktijk in Amersfoort komen en de andere behandelingen op afstand gaan. Meestal zijn er in totaal 3 á 4 behandelingen nodig om een dusdanige verbetering te hebben dat verder behandelen niet meer nodig is.

En ondanks alles probeer ik mijn behandelingen en sessies zo goedkoop mogelijk te houden zodat iedereen door mij behandeld kan worden.

Ook dieren, groot en klein, blijven wij behandelen.



In de praktijk behandeling ik ook huisdieren. Bij u thuis behandelen wij alle dieren zoals op de foto te zien is dat wij paarden behandelen. Meestal komt er dan een nichtje van mij mee (zie foto). Zij heeft dezelfde gave als ik. Het mooiste aan dieren behandelen is dat dieren niet nadenken of geloven. Net als kinderen laten dieren het gewoon gebeuren. De wildste dieren worden zo mak als lammetjes onder onze handen of vallen bijna in slaap. Dat is voor ons en voor de diereneigenaren geweldig en super mooi om te ervaren.

Mits de locatie waar de Paraview gehouden wordt waar Relax-4u staat het toestaat, zijn de dieren ook welkom bij de Groepshealingen op de Paraview. Dus als je dieren wil meenemen? Neem dan eerst contact op met de locatie.

Dieren en kinderen zijn altijd eerlijk en niet bevooroordeeld. Ook op de Groepshealingen heeft een dier en kind geen last van wel of niet geloven. En een kind of dier zal nooit positief of negatief reageren als er iets wel of niet gebeurt. Dieren laten, net als kinderen, de helende energie over zich heen komen en reageren daar goudeerlijk op. Het is dan ook voor ons altijd super mooi te ervaren hoe de dieren en kinderen op onze helende energie reageren. Ook tijdens de Groepshealingen worden de drukste en wildste dieren zo mak als een lammetjes.

Hypnose, Hypnose power sessies, Regressie en Voice Dialogue.

Ik kan het niet genoeg zeggen en schrijven. Hypnose zoals u op tv ziet of in de theaters, heeft niets met hypnose te maken. Bijna altijd is dat in scene gezet en afgesproken werk.

Bij hypnose in mijn praktijk doe je geen gekke dingen die je normaal ook niet zou doen, heb je altijd zelf de regie in handen en weet je na de sessie precies wat je gedaan en gezegd heb. Hypnose is een sessie pure ontspanning.

Het aantal mensen die Hypnose, Regressie en Voice Dialogue behandelingen willen blijft nog steeds toenemen. En bijna altijd krijg ik van de mensen mooie verhalen terug over de effecten die zij ervaren na een behandeling van mij met Hypnose, Regressie en Voice Dialogue.

Kijk voor een uitgebreide uitleg over deze behandelingen op www.relax-4u.nl

Veel mensen die door de psychiatrie naar mij verwezen worden, behandel ik o.a. met deze sessies.

Met Hypnose, Regressie en Voice Dialogue kan ik je onderbewustzijn als het ware raadplegen en verschonen om zo bijvoorbeeld verslavingen, trauma's, angsten en andere (eet)stoornissen te behandelen. Ook eventuele ellende uit vorige levens kan ik dan behandelen. En de resultaten zijn verbluffend.

Voor hypnose sessies begin ik bijna altijd met een power sessie.

Tijdens een power sessie hypnose hoef je als cliënt niet te praten. Je ligt ontspannen in een stoel of op de massagetafel in een trans van dagdromen en luistert naar de instructies en suggesties van mij.

In bijna 80% is één enkele sessie voldoende. Ik mag ook de letters CH (Certified Hypnotist) achter zijn naam zetten en ik ben als hypnotiseur erkent door het Dave Elman Hypnosis Institute in Amerika.

Voice Dialogue kan als aparte therapie gebruikt worden voor mensen die niet onder Hypnose durven of willen. Maar Voice Dialogue kan ook als onderdeel van de Hypnose-sessies gebruikt worden.

Regressie therapie kan ook als een aparte therapie gedaan worden maar kan ook in een sessie hypnose.

Regressie therapie wil zeggen dat u in de sessie terug gaan naar de plaats en tijd van een gebeurtenis. Dat kan op verschillende manieren zodat je een heftige gebeurtenis niet nogmaals hoeft te maken.

EMDR.

In de sessies hypnose kan ik ook een sessie EMDR inbrengen. Dat klinkt natuurlijk even vreemd.

Een therapie EMDR is gebaseerd op oogbewegingen. Dan komt al snel de vraag; Kan dat dan in hypnose?

Het antwoord is heel kort en krachtig.

JA. Dat kan. Om in hypnose te zijn hoef je namelijk je ogen niet gesloten te hebben. Je kan in hypnose je ogen ook open hebben. En dan ben ik instaat om EMDR te doen terwijl je in hypnose bent. En de ervaringen zijn waanzinnig. Ook hier is soms één enkele behandeling voldoende. Maar er zijn bijna altijd veel minder behandelingen nodig met hypnose/EMDR van mij dan met de reguliere EMDR in de GGZ. Een ander heel groot voordeel van EMDR in hypnose is dat je na een sessie niet oververmoeid ben en dagen lang moet herstellen.

Op onze website www.relax-4u.nl staat een uitgebreide uitleg van de Hypnose, Regressie en Voice dialogue therapieën. Uiteraard vergoeden de meeste zorgverzekeraars ook deze behandelingen.

Behandelde kaartjes

Al mijn visitekaartjes zijn behandeld met de zeer krachtige helende en positieve energie en kracht van mij. Draag de kaartjes in je kleding of leg ze onder je kussen. Baat het niet, schaadt het niet.

Reacties op onze behandelingen en Groepshealingen.

Ik hoop dat jullie, zoals de vele mensen die jullie al voor gingen, een keer te mogen ontmoeten tijdens de Groepshealingen op de Paraview beurzen en in mijn praktijk in Amersfoort.

En natuurlijk hoop ik ook dat jullie dan ook veel mooie, positieve en liefdevolle ervaringen mogen ervaren.

Ik vind het heel mooi en leuk als jullie dan die ervaringen met mij wil delen.

Je mag altijd de mooie ervaringen op mijn Facebookpagina's plaatsen. Relax-4u heeft twee Facebookpagina's.

Namelijk "[Relax-4u](#)" en "[Groepshealingen](#)". Je mag de mooie en liefdevolle ervaringen altijd op beide Facebookpagina's plaatsen. Je mag ook de mooie ervaringen aan mij mailen.

Ik blijf het mooi vinden dat steeds meer mensen tegen mij zeggen; Als wij bij jou binnenkomen (praktijk en Groepshealingen) of op een andere manier contact met jullie hebben voelen we gelijk verbeteringen in onze klachten en veel ontspanning en liefde.

Relax-4u heeft drie websites met ieder zijn eigen onderwerpen.

www.groepshealing-relax-4u.nl

- Voor mijn Groepshealingen, beursactiviteiten en adviezen voor de (rijks)vaccinaties

www.relax-4u.nl

- Voor informatie over de behandelingen in de praktijk die vergoed worden door de meeste zorgverzekeraars

www.relax-4u.com

- Informatie over mijn werk op Curaçao, voedingsadviezen en Interval Vasten (Intermittent Fasting)

Foto's, voorwerpen, medicijnen en andere materialen

Uiteraard mag je altijd bij alle Groepshealingen en in de praktijk foto's of voorwerpen meenemen van bekenden en/of overleden personen en dieren.

Deze materialen mag je bij de Groepshealingen op schoot of voor u op de grond leggen voor behandelingen.

De komende beurzen waar Relax-4u aanwezig is.

Onderstaande de planning voor de zaterdagen en/of zondagen die ik op de beurzen aanwezig ben:

Naam beurs:	Datum:	Plaats:	Locatie:
- Paraview	2 en 3 maart 2024	Rotterdam	Zevenkampse ring
- Paraview	16 en 17 maart 2024	Amstelveen	Emergohal
- Paraview	13 en 14 april 2024	Dordrecht	Reeweg hal
- Paraview	18 mei 2023	Hilversum	Dudok Arena
- Samma Saya	25* en 26 mei 2024	Haarlem	Pannenkoeken Paradijs
- Paraview	22 en 23 juni 2024	Amstelveen	Emergohal
- Paraview	6 en 7 juli 2024	Driebergen	Health Centre Hoenderdaal
- Paraview	20 en 21 juli 2024	Deventer	De Scheg
- Paraview	1 september 2024	Alphen aan de Rijn	De Limeshal
- Paraview	7 en 8 september 2024	Dudok Arena	Hilversum

*** = Op zaterdag 25 mei 2024 ben ik maar tot 16:00 uur aanwezig op deze beurs.**

Alleen op de beurzen van Paraview verzorg ik elke dag Groepshealingen met Chakra- en Aura healing.

Kijk op www.groepshealing-relax-4u.nl voor de datums en adressen.

Op www.paraview.nl staan de tijden van de Groepshealingen.

Relax-4u

Beukstraat 70

3812 MK Amersfoort

033-88 76 398

info@relax-4u.nl

Deel deze nieuwsbrief met iedereen die u kent en interesse heeft in Complementaire- en Natuurgeneeskunde en in groepsactiviteiten.

Heeft u na aanleiding van de nieuwsbrief vragen en/of opmerkingen. Laat het mij weten. Ik sta u graag te woord.

De volgende nieuwsbrief kunt u verwachten rond 1 april 2024.

Veel liefs en misschien tot de volgende Groepshealingen, beurzen of behandelingen.

**Paramedisch
BATC Complementair Therapeut,
Gert van Beek**



Wilt u de nieuwsbrieven niet meer ontvangen, klik dan hier