

Nieuwsbrief november 2021

Vorige week maandag 8 november reden Nienke en ik terug vanuit Zeeland waar wij een zweethutweekend hebben gefaciliteerd. Omdat dit voor ons minstens drie en een half uur rijden is geeft ons dit alle ruimte om gesprekken te voeren over ons, over onze ondernemingen en af te stemmen wat er nodig is.

“Het is weer tijd voor een nieuwsbrief” zei ik tegen Nienke.

Nienke knikte van ‘ja’ en pakte haar telefoon erbij om aantekeningen te maken.

En zo ontvangen jullie alweer de derde nieuwsbrief van Twannie van Weerde Zweethut & Coaching.



Herfst

De zomer heeft plaats gemaakt voor de herfst. Hier bij ons in het bos ligt het mos bezaaid met bladeren die door de bomen zijn los gelaten.

Het is altijd mooi en fascinerend om de natuur van zo dichtbij mee te maken.

En ook de spiegels die de bomen ons geven.

Het doet mij herinneren aan loslaten (bladeren) en geard (geworteld) zijn en blijven. Dat loslaten juist je wortels nog dieper kan laten groeien.

Herfst is ook de beweging van naar binnen keren, integreren, bezinning en innerlijke reflectie. En zo langzaam maken we ons klaar voor de wintermaanden.



Zweethutweekend

Zoals ik al schreef hebben wij een zweethutweekend gefaciliteerd.

Een weekend met een gouden randje! Zowel op zaterdag als de zondag een prachtige groep deelnemers met wie wij twee zachte en toch intense zweethutten gecreëerd hebben.

De stenen waren roodgloeiend.

(dank Jhon, Tinka, Luc en Karen voor jullie vuurhoeder zijn).

Het raakt Nienke en mij elke keer weer als wij horen wat de zweethut mensen brengt.

Voor sommige is het meteen thuiskomen en ervaren diepe rust, voor sommige is het ver buiten hun comfort zone en gaan ondanks dit hun persoonlijke processen toch aan.

En alles wat hier tussenin zit. We hebben gedeeld, gehuild én ook gelachen samen.

Verbinding en samenzijn zijn de sleutelwoorden van het afgelopen weekend.



In de planning

Mijn ideeën om vader & zoon dagen te gaan faciliteren nemen steeds meer vorm aan.

Er is behoefte aan, ook omdat ik hier regelmatig vragen over krijg.

Over hoe ik deze dagen ga invullen deel ik later meer over.

Wil je nu al op de hoogte blijven laat het mij weten dan doe ik dat.

Ook Nienke is van plan om moeder & dochter dagen te gaan faciliteren.

Inzichtplant ceremonies

Wij werken nog steeds met ayahuasca, zowel in groepsverband als een individuele ceremonies. Groepsceremonies worden op verschillende plaatsen in het land gegeven.

Individuele ceremonies vinden in principe bij ons thuis plaats.



Waar wij ook mee werken is de combinatie van **cacao met truffel**.

Cacao is een hart-opener en brengt zachtheid en inzichten.

De truffel kan je anders naar de wereld te laten kijken en maakt verbinding met diepere bewustzijnslagen.

Zowel Nienke als ik ervaren dit als een *unieke en prachtige combinatie*.

Ook dit is mogelijk zowel in groepsverband als individueel.

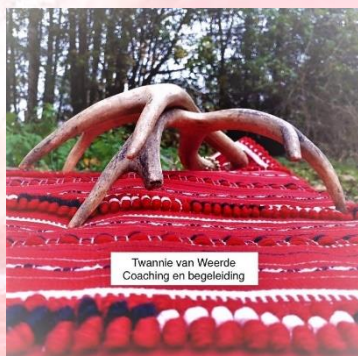
In oktober hebben Tessa en Jeroen deelgenomen aan een truffel/cacao ceremonie.

Tessa heeft hier een blog over geschreven, over haar ervaring.

[Plantmedicijnen als relatietherapie; cacao-truffel ceremonie - Tessa van den Broek](#)



Coaching trajecten



Mede door de huidige tijd, is het juist nu dat het coachen een fijne toevoeging is.

Out of the box, in de natuur en openheid zijn voor mij de "begin-sleutels".

Ik ervaar de openheid van de ongedwongen gesprekken als een waardevol begin van jouw pad wat we samen bewandelen. Het schouder aan schouder aangaan is wat ik fijn vind.

Een deelnemer bevestigde dit ook. Dit omdat hij nu meer bij zichzelf kon komen, en dat dit minder is wanneer hij recht tegenover iemand zit/staat.




Onze kat Kia

Op 1 november hebben wij onze kat Kia laten overgaan. Ze was al een tijd ziek (tumoren op haar lymfeklieren) en zondagavond 31 oktober werd het ons duidelijk dat haar lijfje op was, dat het niet meer ging. Wat een verdriet bracht dit los.

Onze liefdevolle pittige kleine grote vriendin

Los dat ze veel voor ons betekent heeft heeft ze ook veel ondersteuning gebracht voor reizigers die bij ons deel hebben genomen aan een individuele ayahuasca ceremonie. Of tijdens een vrouwencirkel cacao/truffel waar ze vrouwen ondersteunde in hun processen.

Zo mooi om te zien hoe ze met de reizigers aan het werk was. Katten zijn helers en halen energie weg. Dit was duidelijk één van de redenen waarom ze hier op aarde was.

Lieve Kia,  dank je wel voor je prachtige kat-zijn én spirit.

Tot slot de agenda met nieuwe weekenden.

4 en 5 december 2021 ayahuasca & zweethut weekend (Zeeland)

22 en 23 januari 2022 ayahuasca & zweethut weekend (Wapserveen)

19 en 20 februari 2022 cacao/truffel & zweethut weekend (Wapserveen)

26 en 27 maart 2022 zweethut weekend (Wapserveen)

En uiteraard zijn individuele ceremonies voor zowel ayahuasca als cacao-truffel mogelijk.

Wil je graag deelnemen en/of heb je vragen stuur een mail : Twan@zweethut.site

Tot Slot

Lieve mensen,

Waardeer elkaar om wie we zijn.
Laat je niet leiden door angst.

Mede namens ons mooie team,

Met warme harte groet
Twannie

Twan@zweethut.site
www.zweethut.site



Tessa van den Broek heeft een blog over de zweethut geschreven.
<https://www.vindjecoach.com/zweethut-coaching-uit-het-hoofd-in-je-lijf/>

