

## Zomer nieuwsbrief. Juli 2013

### Onderwerpen:

1. Nieuw boek
2. Mee bouwen?
3. levensslot, levensles en hulpverlening (in DNUA 226 juli 2013)
4. Praktijk veranderingen
5. Zomer vakantie
6. Gedicht: het geheim van niets

Beste lezer

Wat fijn dat je deze nieuwsbrief geopend hebt en tijd neemt om e.e.a. te lezen, ondanks het mooie zomer-weer! Als je deze leest, ben ik op vakantie aan het bijkomen van hard werken en veel veranderingen waarover ik in deze nieuwsbrief schrijf.

### 1. Nieuw boek 😊

Er is weer een nieuw boek in wording.

'De Taal van hart en handen', oftewel 'de taal van het gevoel'. Het gaat over het belang van Mindfulness, compassie en aanraking in de zorg, en in het leven in het algemeen.

De taal van hart en handen is aanvullend op het eerdere boek 'de helende kracht van het hart'. Dit laatste ga ik na de zomer opnieuw uitgeven (het is nu alleen nog als [e-book te bestellen](#)). Nader bericht daar over volgt. In de bijlage kan je een impressie lezen van 'de taal van hart en handen' en als je meer wilt, kan je vragen om een recentie-exemplaar via de mail. Het boek moet nog hier en daar worden bijgeschaafd en sommige dingen moeten nog een beetje rijpen, maar ik deel het wel al in kleine kring met wie er echt interesse in heeft, nu kan ik immers nog makkelijk dingen aanpassen a.d.h. van feed-back die ik krijg. Een andere reden waarom ik het nu al ter inzage aanbied licht ik hier onder toe:



### 2. Mee bouwen ?

De meesten van jullie zullen weten dat we in een grote verandering zitten als mensheid en aarde. Zoals ik het ervaar - en zoals het door veel voor mij geloofwaardige bronnen wordt verteld - gaat het in de kern om een beweging die we als mensheid (collectief en individueel) moeten gaan maken:

- Van ego-bewustzijn naar hartsbewustzijn.
- Van ik-gericht naar Universeel.
- Van armoede bewustzijn naar het hervinden en delen van innerlijke rijkdom.
- Van uitbuiten van de natuur naar het eren en koesteren van de natuur in ieder mens en de natuur als moeder van ons leven.

Ik voel diep van binnen dat ik daaraan mee wil bouwen zodat er iets mag gaan groeien wat bouwt aan een gezonder leefklimaat.

Tijdens het schrijfproces heb ik ontdekt dat mijn hele leven draait om het ontdekken van het belang van het bovenstaande en dat te gaan leven. Ik beschrijf mijn proces ook in mijn boek. Het heeft me zo veel geleerd..

*De taal van het hart is de Universele Taal van de Liefde.*

*Het is datgene wat ons verbindt met ons zelf en met het leven om ons heen.*

*Datgene wat doel, richting en zin geeft aan ons leven; wat maakt dat we ons rijk en gezegend voelen.*

*Het hart kan verstaan voorbij de woorden, zien voorbij de oppervlakte, iemand ontmoeten voorbij de maskers en je raken/helen tot in de kern.*

Dit is waar mijn werk over gaat, waar mijn leven over gaat en wat ik wil delen.

In mijn eentje kan ik niet veel. Het schrijven van dit boek is mijn stukje wat ik bij kan dragen. En daarbij dan deze oproep om mee te gaan denken en mee te gaan bouwen wanneer je je daartoe geroepen voelt.

Moeder Theresa zei ooit:

*"We kunnen in dit leven geen grote dingen doen. We kunnen wel kleine dingen doen, met grote liefde."*

Ik zou daar aan toe willen voegen:

*"Met gebundelde, oprechte inzet en intentie vanuit de diepe binnenkern van het hart, zijn zelfs grote en schijnbaar onmogelijke dingen mogelijk."*

### 3. Levensslot, levensles en hulpverlening

Dit artikel werd onlangs gepubliceerd in [De Natuur Uw Arts, een tijdschrift van de stichting natuurlijk welzijn](#).

Tot voor kort heb ik in de redactie gezeten van dit leuke informatieve tijdschrift. Ik ben helaas moeten stoppen omdat ik er niet voldoende tijd en aandacht meer voor had. Er ligt een vacature voor een nieuw redactie-lid.

Het bovengenoemde artikel belicht in andere woorden het bovenstaande (punt 2). Daarbij biedt het een positieve impuls voor iedereen die onder zijn of haar lot gebukt gaat; het inspireert om er iets van te gaan maken en er aan te groeien. Je kan het [hier downloaden](#).

### Praktijk veranderingen

Vanaf september zijn er belangrijke veranderingen in hoe ik mijn consulten voortaan ga inrichten en een bijbehorende verandering in de tarieven. Het uurtarief blijft in wezen ongewijzigd, maar ik ga het strenger hanteren en de tijd die het mij werkelijk kost mee berekenen. Daardoor gaan de diepteconsulten relatief veel duurder worden.

Waarom deze verandering?

Mijn werk is langzaam naar een steeds diepere laag gegaan. Steeds meer holistisch in alle betekenissen van het woord; steeds meer en steeds vaker naar de diepe kern.

Naar die diepte gaan kost tijd en de hoeveelheid tijd die er voor nodig is, blijkt moeilijk van te voren in te schatten. Een beetje (soms veel) uitlopen kwam steeds vaker voor, het nawerk (verslag maken, oefeningen, dingen opzoeken, mailtjes na afloop enz) werd steeds meer en ik moest steeds meer bijkomen van de diepte en impact van deze kernachtige sessies.

Het berekenen van 1,5 uur klopt daarom al enige tijd voor mij niet meer. Een diepteconsult kost mij minstens het dubbele aan tijd als ik voorwerk, nawerk, administratie e.d. meereken. Nog los van uitlopen.

Dat alles bracht me regelmatig in de knel qua tijd en energie en ik merkte dat het lastig is om dan meer te vragen, omdat dit nergens helder is besproken.

Daarom zijn er vanaf nu 2 soorten consulten:

1. Een 'gewoon' consult. Hieronder vallen: een intake, een massage, voetreflex behandeling, natuurgeneeskundig consult of acupunctuur. Een gewoon consult duur max. een uur. Meer info vind je op [www.connycoppen.nl/praktijk](#)
2. Een diepteconsult wat ik vanaf nu 'Kern-Coaching' noem. Een kern-coaching sessie duurt rond de 1,5 uur duurt (kan wat korter of langer zijn). Meer info vind je op [www.connycoppen.nl/kern-coaching](#)

### 4. Zomervakantie.

Tenslotte is het nu zomervakantie. Tot 2 september plan ik alleen ad hoc. Als je graag een afspraak wilt, neem dan gewoon contact op via email en laat weten wanneer je graag zou willen komen. Ik zal zo snel mogelijk reageren. Mocht ik weg zijn, dan kan het langer duren dan gebruikelijk voor ik antwoord.

Vanaf 2 september plan ik weer zoals gebruikelijk.

Ik sluit af met een gedicht:

#### **Het geheim van niets**

*Zomaar even zitten  
Even niets  
Niets hoeven doen en nergens heen,  
Geen oefening nee, niets  
Niets heerlijker  
dan niets*

*Zonder doel en zonder meer  
Baant stilte zich een weg  
Te midden van geluid  
Ruisende bomen, zingende vogels  
Verkeer en klokken in de verte  
Niets heerlijker  
dan niets*

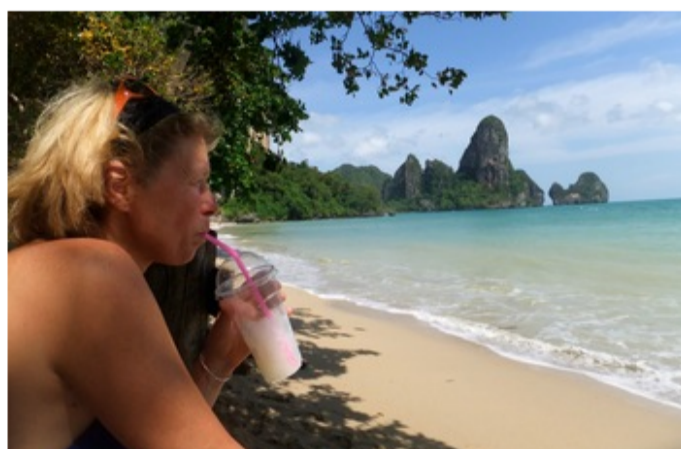
*Zomaar even zitten  
Even niets  
De wind waait door mij heen  
Het ruisen van de bomen  
Een vogel, dat ben ik  
Zo ben ik weg aan't dromen*

*Niets heerlijker dan niets  
ik voel het hele leven  
het leven, dat ben ik  
niet 'iets' om naar te streven.  
Zomaar even zitten  
Even niets*

*Vanuit het niets  
Stroomt grenzeloos  
lets onnoembaar moois  
Vreugde stroomt  
Mijn hart bloeit open  
En onthult Mij*

*Het geheim  
van niets  
De kern  
Van Alles*

*Conny Coppen 23-06-2013*



Ik wens je een hele fijne zomer.

Warme zomergroet,  
Conny Coppen.

Krijg je deze nieuwsbrief van een ander? Je kan je gratis aanmelden via [www.connycoppen.nl](#)

[Uitschrijven / Gegevens wijzigen](#)

[Stuur deze email door naar een vriend](#)

