

Jouw Balans Coach - voor Bewustwording-

Healing & Groei



Maak kennis met **Alexandra Langeveld**, jouw balans Coach. Energetisch Therapeut, Healer & Medium.

Mijn naam is Alexandra Langeveld en mijn praktijk heet: "Jouw Balans Coach". De praktijk naam is bewust gekozen omdat balans in heel veel situaties belangrijk is. Bijvoorbeeld verliefd zijn kan jou letterlijk uit je balans halen, doordat bijvoorbeeld de onzekerheid ineens toe slaat. Balans in werk en privé, met jezelf, je vrienden, in eten, gezondheid, eigenlijk draait alles om een goede balans.

Voorwoord

Alexandra Langeveld vertrekt in oktober 2014 naar Spanje. Nadat ze genoeg heeft van het gestreste en het gejaagde leven in Nederland met alle regeltjes. Wil ze haar geluk graag beproeven in Spanje. Ze stopt met haar werk in Nederland. Ze heeft haar huiselijke spullen verruult voor een "Vintage KIP" caravan. Haar woon-

adres in Nederland opgezegd afscheid genomen van al haar vrienden. Zo vertrekt ze met haar caravan naar Spanje. Waar ze nu al 5 jaar met veel plezier woont en werkt.

Regelmatig komt ze terug naar Nederland, op bezoek bij familie, vrienden en collega's. Inmiddels heeft ze twee bedrijven opgebouwd in Spanje waarnaast ze in de zomer ook in Nederland werkzaam is. "Jouw Balans Coach" & "Euforica". We gaan in dit artikel dieper in op: "Jouw Balans Coach". Op pagina 65, staat nog een prachtig artikel over haar bedrijf "Euforica". We zijn zeer vereerd haar praktijk - Retreat centrum uit Spanje in de omgeving van Benissa, Calpe - Costa Blanca te kunnen delen met u!

Alexandra Langeveld

Op deze prachtige locatie in Spanje waar je heerlijk tot rust komt ga ik u meer uitleg geven over; "Balans Coach". Uit de cijfers blijkt dat 1 op de 8 mensen last heeft van een burn-out, overspannenheid of stress. Te lang sterk willen zijn, de signalen van je lichaam niet oppikken, over je grenzen heen gaan, niet goed communiceren, geen nee durven zeggen en teveel van jezelf vergen of teveel dienen zijn veel voorkomende oorzaken waardoor men

uit balans raakt. Eigenlijk is dan het contact met de authentieke zelf kwijt. Ik ben van mening dat niemand zich rot hoeft te voelen of veel pijn hoeft te ervaren. Iedereen kan altijd en op elk moment veranderen, we hebben altijd een keus, als we zelf veranderen verandert de wereld om ons heen! We kunnen niemand anders veranderen, de verandering begint dus altijd bij onszelf. Voor ondersteuning in het transformatie proces kan ik verschillende mogelijkheden inzetten die tot een snel en goed resultaat leiden.

Ik ben polyenergetisch coach-therapeut, facilitator van "Chakradance", holistisch healer, masseuse en Medium, naast mijn praktijk in Spanje en in de zomer in Nederland, werk ik bij Mediumchat. Mijn motto is "Leef en werk vanuit je hart". In mijn werk is het steeds een uitdaging om samen (met jou) op zoek te gaan naar de innerlijke kracht, vertrouwen, eigenliefde en eigenwaarde zodat met die drive en passie dromen waargemaakt kunnen worden. Met de bedoeling dat jij je weer prettig gaat voelen met jezelf, je omgeving en de situatie. Vanuit liefde en ook nu met dank aan deze prachtige mooie omgeving heb ik hier al vele vrouwen en ook mannen begeleid met hun innerlijke reis waardoor ze in hun eigen kracht komen en ook bij hun authentieke zelf. Voor mij is ieder mens uniek en ik geloof dat mensen in balans kunnen komen als ze weten hoe ze om kunnen gaan met wat ze voelen, denken en doen. Gebeurtenissen uit het verleden hebben altijd hun uitwerking op het nu, het gaat erom dat je leert om hiermee om te gaan. In Nederland heb ik door mijn jarenlange werk in de psychiatrie veel ervaring opgedaan rond ADHD, HSP, Burn-out / overspannen, verschillende verslavingen, gezondheid, afvallen, narcisme en Codependentie (Een codependent zet zijn eigen belangen en behoeften compleet aan de kant om zo aan de verwachtingen, behoeften en belangen van anderen te voldoen.)

Door mijn open en eerlijke houding kan ik heel confronterend zijn waardoor ik tot de kern kom. Ik pel als het ware net als een ui, de bescherm lagen af en ruim blokkades en patronen op. Patronen komen vaak voort uit de overtuigingen die je hebt, deze zijn vaak onbewust. Deze overtuigingen zitten vaak heel diep en zijn ontstaan in je kindertijd. Dit kunnen vervelende situaties zijn die je hebt meegemaakt. Ook kun je ze (onbewust) overgenomen hebben vanuit het gezin of de familie, soms 7 generaties terug. Denk ook aan gedachten die steeds herhalen, dit kan leiden naar doemdenken, je zit dan snel in een negatieve spiraal, teveel in je hoofd.

Al na een paar sessies worden de volgende veranderingen opgemerkt:

- meer rust in het hoofd ervaren en daardoor beter ontspannen.
- meer contact met het lichaam, signalen worden beter opgepakt.
- bij het gevoel komen, deze worden herkend en ook benoemt.
- creativiteit komt terug, (weer) genieten van hobby's of invullen van vrije tijd.
- terug in je eigen kracht, daardoor situaties beter aankunnen en doelen verwezenlijken.
- relaties verbeteren, zowel die met zichzelf als vrienden, partner en familie.

Als medium kan ik je mentaal, emotioneel en spiritueel begeleiden, via Tarot geef ik door wat de toekomst gaat brengen. Ik tune in op je energie en situatie, er komen vanzelf gevoelens, energieën en boodschappen door. De Healing met krachtige etherische olie wordt gebruikt om balans in het chakrasysteem te brengen en zo blokkades op te heffen. De online healing werkt net zo krachtig als een fysieke behandeling, je voelt direct resultaat. Door de massages ontvang je een totale ontspanning en heling.

Ik werk vanuit huis, zowel fysieke trajecten op maat en daarnaast online, ook als medium! Voor een consult ben ik te bereiken in mijn eigen praktijk en op Mediumchat.nl. Op deze prachtige locatie, midden in de natuur in Spanje, organiseer ik ook VIP Intensive en diverse retreats - weekenden. De VIP intensive brengt verdieping in jezelf, dit is inclusief coaching, therapie, dans, healing, massage, lichaamswerk, alles wat je nodig hebt om je doelen te behalen. Mocht je niet in de gelegenheid zijn om naar Spanje te willen of kunnen komen. In de zomer kan dit ook gewoon in Nederland.

Speciaal voor jou als lezer geef ik 10% korting op een "(online) sessie" naar keuze of op de VIP intensive.

Op mijn website vind je meer informatie, video's en ook testimonials.

<https://jouwbalanscoach.nl>
email info@jouwbalanscoach.nl



"Leef en werk vanuit je hart"

