

## NIEUW(JAAR)SBRIEF 2026

### Dank jullie wel!

DANK JE WEL voor de mooie sessies van het afgelopen jaar. Dank voor jullie vertrouwen en inzet om aan jezelf te werken; ballast loslaten voor een nieuwe balans met meer **rust en ontspanning**. Mooi te zien hoe jullie (en ikzelf ook) **groeien en ontwikkelen**.

Ik ben **dankbaar** dat ik een deel van jullie pad mag meelopen, op weg naar weer GEZOND VRIJ en BLIJ 😊

### Ontwikkelingen

Het leven biedt regelmatig uitdagingen. Juist deze uitdagingen zorgen voor groei en brengen mooie ontwikkelingen op mijn en op jullie pad. Zo kwam ik zelf op het pad van het transformatiewerk op 'Aquariuswijze' en heb ik in 2025 de **jaaropleiding hiertoe afgerond**. Een prachtige aanvulling op de holistische werkwijze van E.E.N.® en EFT, om juist nog die extra verdieping & verbreding te hebben in het opruimen van ballast.

### Wil je meer weten over transformatiewerk op 'Aquariuswijze'?

Als je graag wat **meer wilt weten; vraag gerust!** Een appje is voldoende. Ik leg graag uit wat het voor jou kan doen. (Op de volgende pagina vind je wat 'theoretische' uitleg.)

Juist voor de mensen die al eerder hebben opgeruimd en weer stapjes willen zetten is dit een mooie nieuwe stap. Als je bepaalde patronen bij jezelf of in je familie telkens terugziet is deze manier van **programmeringen & ballast loslaten** ideaal. Maak gerust een afspraak. En wil je eerst overleggen met mij: je bent welkom!

### Uitleg 'Transformatiewerk op Aquariuswijze'

Het Transformatiewerk op Aquariuswijze maakt je **bewuster** van je eigen handelen en dat van de ander. In situaties ben je meer bewust wat jouw aandeel in de situatie en kun je er op meer afstand naar kijken. Dat geeft veel meer **RUST**. Je observeert meer dan dat je er 'midden in' zit.

Zelf ervaar ik dat minder meegezogen word in de lastige situaties die ik tegenkom. Ik kan met meer **rust er naar kijken/observeren** en daardoor ben ik er ook **sneller 'doorheen'**. (En, ja je blijft lastige situaties tegenkomen, dat hoort bij het leven.)

Klik [hier](#) voor de folder.

- In je eigen kracht -



## Theorie 'Transformatiewerk' en 'Aquariuswijze'

'Transformatie' houdt in dat het een diepgaande en blijvende verandering is.  
'Aquariuswijze' verwijst naar het (astrologische) Aquariustijdperk waarin we nu leven (vanaf 1-1-2000) en dat vergeleken met het Vissentijdperk (tot 1-1-2000).

Als je 'transformatie' opzoekt met google AI: "een **diepgaande, fundamentele verandering van vorm, structuur, functie of wezen**, veel meer dan een oppervlakkige aanpassing; het omvat gedaanteverwisseling, omvorming, en kan plaatsvinden in diverse contexten zoals **persoonlijk (bewustzijns) groei**, gebouwen (van kantoor naar woningen), technologie (IT), of biologie (genetische mutatie), en is vaak onomkeerbaar en raakt de kern van iets."

Google AI "In de context **Persoonlijk**: betekent het **bewustzijn groei**, een totale innerlijke groei, het **loslaten van oude patronen en overtuigingen**, waardoor er ruimte ontstaat voor eigen groei en overtuigingen."

'Aquariuswijze' en 'Aquarius-energie' verwijst naar de wijze/energie die hoort bij het [Aquarius Tijdperk](#) (Waterman-tijdperk)

Google AI: "Het Aquariustijdperk brengt een nieuwe, verhoogde energie met zich mee, gekenmerkt door **eenheid, verbinding, bewustzijn, liefde, compassie, intuïtie, vrijheid en gelijkheid**, in tegenstelling tot het vorige Vissentijdperk dat meer gericht was op individualisme en hiërarchie; een verschuiving van hiërarchie naar groepsbewustzijn, spiritualiteit, authenticiteit, en een leven vanuit innerlijke kracht, weg van materiële focus en oude structuren, naar een harmonieus samenleven op een 'nieuwe aarde' "

## Resultaat

Het RESULTAAT van deze methode is meer RUST en VREDE in je hart. Waar eerder sommige woorden, gedachten of patronen emoties oproepen (en je niet altijd begreep waar het vandaan kwamen), wordt dat nu ZACHTER, RUSTIGER.

## Tot slot wat er (tot nu toe) op de agenda 2026 staat

Zaterdag 31 jan. 2026 15.00-20.00 **Winterfair bij Holistisch Centrum Leef** in Melderslo  
Donderdag 12 maart 2026 19.30-21.30 **Workshop Stressmanagement** in Neer  
Aanmelden kan via de contactpagina op mijn website door op deze [link](#) te klikken.

## Tot ziens in 2026!

Veel liefs,

Sjannie 🌸

GEZOND VRIJ en BLIJ 😊

- In je eigen kracht -

