

Is de EnergeticTouch Opleiding iets voor jou?

EnergeticTouch Opleiding



*Een mini e-book vol inzichten,
reflectievragen en oefeningen*

DOOR MONIQUE LEMMEN



Introductie

Ben je op zoek naar verdieping in je energetisch werk? Voel je een innerlijke roeping om anderen te helpen via aanraking, energie en bewustzijn? Dan is deze mini-gids speciaal voor jou.

In dit e-book ontdek je:

- Of de EnergeticTouch opleiding aansluit bij waar jij nu staat
- Wat jouw energetische gevoeligheid jou wil vertellen
- Praktische oefeningen om te voelen of jij klaar bent om deze reis aan te gaan

"Energy flows where attention goes."
– Hawaiian Proverb

Over mij



Ik ben Monique Lemmen, jouw coach en opleider binnen de EnergeticTouch opleiding. Ik begeleid je op alle lagen van je zijn — fysiek, emotioneel, mentaal, energetisch en spiritueel. In afstemming op jouw unieke energieveld, creëer ik een veilige ruimte waarin je mag thuiskomen bij jezelf.

Mijn werk is een samenspel van intuïtie, diepe aanwezigheid en liefdevolle kracht. Ik voel, zie en hoor wie jij in essentie bent. Samen openen we de weg naar zelfheling en belichaming van jouw ware licht. Jij bent het kanaal — ik loop een stukje met je mee, in verbinding met het grotere veld.

Monique xx



Is de EnergeticTouch Opleiding iets voor jou?

Inhoud

Deel 1: Herken jij jezelf hierin? 05

Deel 2: Voel je energie 07

Deel 3: Visualiseer je toekomst 08

Deel 4: Ben jij klaar om te groeien? 10

Tot slot: Voel je welkom 11



01 Herken jij jezelf hierin?

Beantwoord onderstaande vragen intuïtief. Schrijf op wat als eerste in je opkomt – zonder filter.

1. Voel jij vaak (meer dan anderen) emoties, spanningen of energie van anderen?
2. Heb je het gevoel dat er 'meer' in je zit dan je nu benut?
3. Ervaar je weleens vermoeidheid na contact met mensen, zonder duidelijke reden?
4. Droom je ervan om op een liefdevolle manier mensen te helpen helen?
5. Heb je interesse in energetisch werk, lichaamsbewustzijn of healing?
6. Zoek je een opleiding die niet alleen theorie biedt, maar ook diepe transformatie?

👉 3 of meer keer 'ja'? Dan is het heel waarschijnlijk dat EnergeticTouch op jouw pad gekomen is met een reden.



Voel jij diep vanbinnen dat je hier bent om anderen te helpen?

Dat er iets in jou wil **ontwaken**... iets krachtigs, intuïtiefs, iets dat niet in woorden te vatten is – maar wel in **energie, aanraking en verbinding**? Dan nodig ik je met heel mijn hart uit voor mijn EnergeticTouch massage opleiding. Een bijzondere **10-weekse** reis op zaterdagen, speciaal voor vrouwen die zich spiritueel willen verdiepen, intuïtiever willen leven én vanuit liefdevolle aanraking willen bijdragen aan het welzijn van anderen.

Deze opleiding is geen standaard massagecursus. Dit is een **soul journey**. Je leert energetisch werken, je intuïtie volgen, aanwezig zijn vanuit je hart én krachtige technieken om het lichaam en de ziel van je cliënten werkelijk te raken.

- 🌿 Je ontwikkelt je op een diep niveau – als **healer** én als vrouw
- 🌿 Je leert hoe je energie kunt voelen, sturen en balanceren
- 🌿 Je bouwt **zelfvertrouwen** op om sessies te geven vanuit zachtheid én kracht
- 🌿 En je wordt onderdeel van een warme, veilige **sisterhood** van gelijkgestemden



Is de EnergeticTouch Opleiding iets voor jou?

02

Voel je energie



"Op het moment dat je stopt met zoeken buiten jezelf, begint de reis naar binnen."

Oefening – Voel de energie in je handen

Je handen zijn een krachtig energetisch instrument. Deze oefening laat je dat ervaren.

1. Wrijf je handpalmen 30 seconden stevig tegen elkaar.
2. Houd ze vervolgens ongeveer 10 cm uit elkaar.
3. Beweeg je handen zachtjes naar elkaar toe en weer weg.
4. Voel je warmte, tinteling, een soort 'magnetisch veld'?
5. Experimenteer: draai cirkels, voel langs de randen.

📝 Noteer: Wat voel je? Kun je het omschrijven in woorden, kleuren of beelden?

"Your hands are extensions of your heart."

– EnergeticTouch



03

Visualiseer je toekomst

“

Schrijf een brief vanuit dat toekomstige zelf aan je huidige zelf.

Wat wil die 'jij van de toekomst' je meegeven?

Visualiseer je toekomst

Oefening: Leef je potentieel

Sluit je ogen en stel je voor dat het één jaar later is. Je hebt de opleiding afgerond.

- Wat is er veranderd?
- Hoe voel jij je in je lijf?
- Hoe kijk je naar anderen?
- Werk je al met cliënten? Hoe voelt dat?

SCHRIJF EEN KORTE BRIEF VAN JE
TOEKOMSTIGE ZELF AAN JE HUIDIGE ZELF.
WAT WIL ZIJ JE VERTELLEN?



04 Ben jij klaar om te groeien?

Reflecteer op deze vragen:

- Waar verlang je écht naar?
- Wat houd je op dit moment tegen om die volgende stap te zetten?
- Wat zou er mogelijk zijn als je volledig voor jezelf en je gave gaat staan?



Conclusie en volgende stap

De EnergeticTouch opleiding is niet alleen een training. Het is een reis naar binnen, een ontwaken van jouw potentieel en een bedding om écht verschil te maken – voor jezelf én voor anderen.

Wil je meer weten of een persoonlijk kennismakingsgesprek aanvragen?

👉 Whatsapp [0638938076](https://wa.me/0638938076) of info@mooinu.com



Voel je een duidelijke JA meld je dan aan via de onderstaande link.

Ik heb er zin in om jou te ontmoeten!
Liefs Monique

[MELD JE AAN](#)

"Verlangen wijst je de weg, maar de moed om te volgen bepaalt waar je uitkomt."



info@mooinu.com

www.mooinu.com