

Charlotte Cortooms

Na mijn afstuderen in de Bedrijfskundige Informatica in 1992 ben ik naast mijn werk begonnen met het masseren van familie, vrienden en burens. Diverse cursussen heb ik hiervoor gevolgd en de interesse in het massagevak werd alleen maar groter.

Mijn fascinatie voor energie, levensenergie (Qi, Chi, Ki, Prana), begon tijdens de Transformational Breathing opleiding die ik in 2001 heb gevolgd. Transformational Breathing is een eenvoudige manier van ademen waarbij oude energie-vretende patronen losgelaten kunnen worden. Tijdens die opleiding realiseerde ik mij wat eenvoudig ademwerk bij mensen teweeg kan brengen en hoe zij hierdoor kunnen veranderen. Dat is geweldig.

Met de Traditionele Chinese Geneeskunst (TCG) kwam ik in aanraking tijdens de opleiding tot Shiatsu therapeut bij Qing Bai in 2003. De TCG verdiepte mijn kennis over levensenergie en de manier waarop deze energie beïnvloed kan worden ten behoeve van je eigen gezondheid.

Een andere peiler binnen de TCG is de Qigong. Deze bewegingsleer leert je hoe je met eenvoudige bewegingen je levensenergie kunt verbeteren. Na jarenlang Qigong en Tai Chi te hebben beoefend heb ik de opleiding tot Zhineng Qigong leraar gevolgd.

De laatste jaren speelt de levensenergie, bewust, een belangrijke rol in mijn leven. Het is een rode draad gebleken.

Deze energie bepaalt de duur van je leven, de kwaliteit van je gezondheid, je gemoedstoestand. Allemaal redenen om er bewust en zuinig mee om te gaan. Gelukkig kunnen wij deze levensenergie zelf beïnvloeden door middel van eenvoudige oefeningen en bewegingen (Zhineng Qigong), door het ontvangen van massages (Shiatsu, stoelmassage of ontspanningsmassage), door bewuste ademhaling en natuurlijk ook door hetgeen wij dagelijks eten en hoe wij dit voedsel bereiden.

Om deze filosofie en fascinatie te delen heb ik Energy *time* opgericht. Zo wil ik mensen bewust maken van hun eigen levensenergie en de invloed die ze er zelf op kunnen uitoefenen.

Met warme groet,

Charlotte Cortooms

Dorn-Breuss therapeut
Ontspanningsmasseur
Reiki Master
Shiatsu-therapeut
Stoelmasseur
Transformational Breathing facilitator
Zhineng Qigong leraar