



MOON VAN DEN  
CROMMENACKER

ERVARINGS  
VERHAAL

AUGUSTUS 2023

---

Ik kan alleen maar zeggen Wauw. Wauw, wat een bijzonder traject. Ik ben erg blij dat dit op mijn pad kwam. Ik wil al een langere tijd gaan micro doseren, alleen steeds hield iets me tegen, o.a. het feit dat er een bepaalde spanning/bangheid was.. Dus ik ben erg dankbaar dat dit op mijn pad is gekomen door Yuna.

Ik vond het totaal niet eng om uiteindelijk te starten en had er heel veel zin in. Ik heb gemerkt dat ik het micro doseren heel erg fijn vond. En wauw, wat mooi hoe truffels je op veel vlakken kunnen ondersteunen. Gedachtes van alle kanten bekijken in je hoofd, helemaal meegaan in een gedachtestroom, maar ook meteen weer los kunnen laten, meer orde en rust in mijn hoofd, minder overprikkeling, minder leegte en gewoon meer gezakt in mijn lijf. Ik vond het fijn dat we meerdere keren een meeting hadden om te delen wat er bij iedereen speelde. Maar ook vond ik het fijn dat ik een buddy had, waarmee ik tijdens de 6 weken contact kon hebben.

Nu de 6 weken klaar zijn, voel ik dat ik dit regelmatig wil plannen in mijn leven. Om zo steeds meer tot mijn eigen kern te komen, steeds minder ups en downs in mijn leven te ervaren zoals ze nu zijn, minder grote pieken en dalen, maar meer rustige op en neers. Ik voel ook dat ik door dit traject helemaal zeker ben en voel dat ik dit alleen kan. Kan nu al niet wachten tot ik de volgende 6 weken weer kan starten,

De steun van Yuna, het traject wat ik bij haar heb mogen volgen. Ik ben erg dankbaar voor deze kans, ben ook heel blij dat ik deze met 2 handen heb aangepakt. Zelf heb ik deze weken ook geen koffie en alcohol gedronken om echt helemaal meer met de truffel aanwezig te kunnen zijn. Ook heb ik dagelijks heel veel geschreven, veel incheck momenten gehad, wauw! ik ben vervuld, ik ben blij, ik ben dankbaar. Voor alle processen in mezelf, door de ondersteuning van de truffels en van Yuna.

*Veel liefs,  
Moon van den  
Crommenacker*

