

From Introspection to Creative Expression

door Franske Huisman

FICE is een flexibele methodiek die berust op drie pilaren:

- Helen
- Ontwaken
- Bevrijden

FICE bestaat gemiddeld vijf sessies; elk uitdagend, creatief en belonend. Je wordt begeleid in het (h)erkennen en doorbreken van beperkende blokkades. Blokkades manifesteren zich veelal als schaamte, angst, verwijt, woede en zelfafwijzing. Er hangt een zwaarte aan deze gevoelens die groei bemoeilijkt. Met behulp van FICE leer je deze verzwaring om te zetten in verlichting.

Wanneer je blokkades doorbreekt ga je tevens aan de slag met de vrijgekomen energie. Dankzij creatieve expressie ontdek je wie jij in essentie bent en hoe je je spanningsveld in je voordeel laat werken. Zo bouw je aan nieuwe neurologische structuren die in lijn zijn met jouw essentie.

FICE is uniek omdat wetenschap en spiritualiteit hand in hand gaan. Dit wil zeggen dat gedegen onderzoek en eigen ervaring beiden aandacht krijgen. Belangrijk is dat jij bepaalt waar de focus ligt en je vertrouwen krijgt in jouw zelfredzaamheid.

Concreet biedt FICE de handvatten om je eigen leermeester te worden, want uiteindelijk weet alleen *jij* wat je nodig hebt.

Waarop is FICE gebaseerd?

FICE combineert verschillende kennisbronnen. Denk bijvoorbeeld aan:

- Literatuur en onderzoek naar de dierlijke en menselijke psyche, het brein en gedrag;
- Filosofische theorieën waarin de essentie van het bestaan wordt beschreven, zoals het boeddhisme, soefisme, taoïsme en stoïcisme.
- Energetische beoefening gericht op feminiene en masculiene balans, en ouder-kind relaties.
- Moeder natuur in de vorm van de elementen aarde, vuur, water en lucht; maar ook de heilzame werking van cannabis en paddenstoelen.
- Hekserij: heling door middel van *journaling*, spiegelwerk, manifesteren, affirmaties en intenties.

Praktisch

FICE wordt op maat aangeboden middels 1-op-1 sessies (online, fysiek in Amersfoort of een combinatie). Een sessie duurt ongeveer anderhalf uur, geadviseerd wordt 5 sessies verspreid over twee tot drie maanden. De sessies zijn gestructureerd maar flexibel en worden aangepast naar jouw wensen. Naast de contactmomenten krijg je thuisopdrachten mee waardoor je ook zelfstandig aan de slag gaat.

Je kunt kiezen uit:

- FICE in combinatie met micro-doseren van truffels. Dit vergemakkelijkt het doorbreken van blokkades en stimuleert het creatief proces.
- FICE zonder het micro-doseren van truffels mét afsluitend een begeleide psychedelische truffelreis. Een truffelreis duurt een hele dag, wees je hier bewust van - ook qua kostenplaatje.
- FICE zonder het micro-doseren van truffels en zonder psychedelische truffelreis.

Eén sessie kost 77 euro. Mocht dit niet in je budget passen, kunnen we in overleg een passende oplossing vinden. Mocht de behoefte er zijn is het mogelijk om te bellen om elkaar beter te leren kennen.

Franske Huisman

FICE is ontwikkeld en aangeboden door Franske Huisman. Zij is een andersdenkende, een vrije geest. Naast het voltooien van een master in psychologie heeft zij zelf een reeks aan reguliere en alternatieve therapieën gevolgd en is zij regelmatig haar eigen begeleider gedurende introspectieve (psychedelische) reizen. Ze beschouwt zichzelf als experiment en groeit zo het leven door. Sinds haar spirituele ontwaking in 2020 wijdt zij haar leven aan liefde, heling en gezondheid. Ook schreef ze het semi-autobiografisch boek 'Waar alles samenkwam' en een filosofische theorie over de essentie van het bestaan.