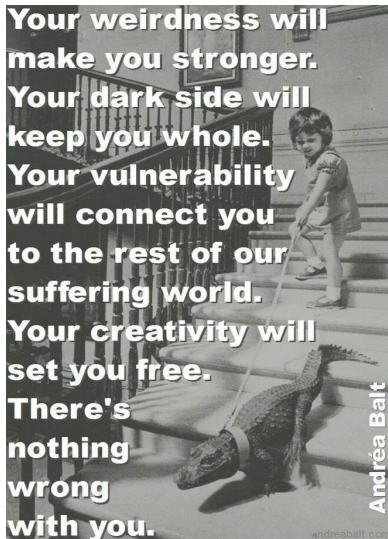


De oorzaken van stress aanpakken

De eendaagse workshop – een programma van WIT.



"Je anders-zijn maakt je sterker. Je donkere kant houdt je bijeen. Je kwetsbaarheid verbindt je met de rest van onze lijdende wereld. Je creativiteit bevrijdt je. Er is niets mis met je."

Je bent goed zoals je bent. Je bent prachtig. Maar kom je ook helemaal en altijd tot je recht? We worden allemaal wel ergens tegengehouden door onze oude ervaringen. Vaak allang vergeten, maar toch missen ze hun dagelijkse uitwerking niet; je voelt stress, je stelt uit of ziet er van af.

Naar mate je meer oude zoi opruimt, leef je steeds meer volgens jouw eigen, innerlijke waarheid. Dan wordt de ervaring dat er niks mis met je is, dat je helemaal goed bent zoals je bent, meer en meer aanwezig, tot een dagelijkse, zelf op te roepen ervaring. Wij hebben een manier gevonden om dat te bereiken. Het is een heel persoonlijke weg, want jij bent een uniek iemand. Wij helpen je graag op weg bij het uitpuzzelen van je eigen route.

Jouw weg heeft geen standaard begin- en eindpunt. Wij hebben grofweg vijf punten waar je zou kunnen beginnen, net welke het beste bij je past. Wij zijn bezig om een plek te creëren waar we alle vijf ingangen aan kunnen bieden. De naam hebben we al: WIT, wat staat voor 'Ways of Inner Truth'. De wegen van jouw innerlijke waarheid. Zolang we nog bezig zijn de ruimte en mensen voor WIT neer te zetten en bij elkaar te brengen, beginnen we met deze eendaagse workshop.

Tijdens deze dag geven we je toegang tot één van die vijf ingangen. Dit startpunt is zo universeel en essentieel, dat het op dit moment voor ons de meest logische plek is om te beginnen. Het is een nieuwe manier om grondig en definitief schoon schip te maken. Om bewuste en onbewuste belemmeringen in jezelf op te ruimen. Dingen die je hier en nu tegenhouden, die steeds weer ongemak en stressreacties oproepen. Een manier om deze zó op te ruimen, dat niet alleen de gevolgen, maar juist ook de vaak allang vergeten oorzaken verdwijnen.

Deze nieuwe manier kan je in één dag leren, waarna je er zelf mee aan de slag kunt. Het is een simpele oefening, die je dagelijks toepast. Met deze oefening ruim je in grote stappen zelf je innerlijke stressfactoren op. Indien gewenst kunnen we je persoonlijk begeleiden op jouw eigen WIT, de weg van jouw innerlijke waarheid.

We werken in kleine groepen van ongeveer 10 tot maximaal 15 mensen. We organiseren een eendaagse workshop zodra we voldoende vooraanmeldingen hebben. De praktische details van de dag zijn afhankelijk van de nog te bespreken locatie. Maar de workshop zal van begin van de ochtend tot eind van de middag duren. De prijs is ook erg afhankelijk van de locatie, maar zal rond de € 95,- liggen.

Je vooraanmelding kan je, vrijblijvend en kosteloos, doorgeven door je naam en e-mailadres te mailen naar: info@bewustzijnsvormen.nl o.v.v. 'eendaagse workshop'. We houden je dan via e-mail op de hoogte van de organisatie en mogelijke data. Zodra er een datum bekend is, geven we je de kosten door en kan je er voor kiezen je definitief in te schrijven. Ook voor vragen voor en na de workshop, kan je gerust contact opnemen via bovenstaand e-mailadres.

Hopelijk tot snel!

Krijn Koetsveld & Karin Helmers.