

## Geïnspireerd leven en werken

# Inspiratiegroep

**Cursus van 8 donderdagavonden en 1 zaterdag  
vanaf januari in 'de Zijnspraktijk' te Vathorst**

De vrijheid, openheid en rijkdom van Zijn leer je kennen via meditatie. Maar hoe kun je deze vrijheid en openheid leven in je dagelijks leven? Daarvoor is het nodig dat je zicht krijgt op je gevoelens, je emoties, je aannames. Welke uitdagingen kom jij in je leven tegen? Welke gevoelens en emoties zorgen ervoor dat je je niet zo vrij en open voelt? In de inspiratiegroep leer je omgaan met deze gevoelige kant van jezelf. Je ontdekt jouw wijsheid, jouw heelheid en hoe je op basis daarvan vorm kunt geven aan jouw dagelijks leven.

In de inspiratiegroep ligt het accent op jouw ontwikkeling als mens. Je leert hoe je vanuit je dagelijks zelf functioneert én hoe je vanuit je Spirit vorm kunt geven aan je leven. Daarbij onderzoeken we ook de functies van de psyche (inclusief je patronen) en leer je om op een nieuwe manier met je gevoelens en emoties om te gaan, zoals boosheid, angst, verdriet en verlangens. Je raakt geïnspireerd om op een nieuwe manier in relatie te zijn met jezelf en met de wereld om je heen.

### **Cursus start vanaf januari 2014**

- Donderdagavonden: van 19.30 – 21.30 uur
- Plus één zaterdag: van 10.00 – 16.00 uur
- Data: 23/1, 6/2, 27/2, 8/3 (za), 20/3, 3/4, 17/4, 1/5
- Kosten: 225,-

Zie ook de website: [www.zijnspraktijk.nl](http://www.zijnspraktijk.nl)

Voor vragen en aanmeldingen kun je contact opnemen met Mariska Denayère via [info@zijnspraktijk.nl](mailto:info@zijnspraktijk.nl) of telefonisch via 033 – 47 54 195

