

MINDFUL SELF HEALING^{n/u}[®]

CURSUS
individuele sessies

Schrijf je in voor 1 september
en ontvang 20 % korting op de cursus

info@praktijk-S.org
010 4718165

www.sylvia-i-saakes.com

MINDFUL SELF HEALING^{n/u}[®]

Er zijn vele vormen van healing mogelijk, vele niveaus van aandacht geven, aan anderen én aan jezelf! De cursus 'Mindful Self Healing' reikt je een scala van mogelijkheden aan waardoor je direct kunt waarnemen wat voor jou een goede 'ingang' is, wat voor jou werkt.

In de cursus stemmen we af op onze innerlijke draagkracht, gevoelens van verbondenheid, kracht, ruimte en liefde, of het gemis ervan. Gemis, onrust en ongemak hebben een logica die je de weg wijst naar zelfheling. Je kunt proeven van vormen van Self Healing uit diverse tradities en scholen. Zowel met anderen als in jezelf.

Je zelfhelend vermogen ontwikkelen en verdiepen geeft vertrouwen, rust en ontspanning. Naast ruimte en respect voor ieders individuele ervaring is er veel persoonlijke aandacht; daarom is het aantal deelnemers beperkt tot maximaal acht personen.

Ik nodig je graag uit om
(meer) verrassende delen in jezelf te leren kennen!

CURSUS

De cursus wordt gegeven in Centrum DJOJ in Rotterdam. Zes donderdagavonden vanaf 29 september 2016.

"Ik vond het een heel inspirerende en verhelderende cursus. Alles is doorleefd en dat geeft de diepgang aan de cursus. Je leeft het goed voor: open, onvoorwaardelijke aandacht voor iedereen en toch goed bij jezelf blijven."



Sylvia I. Saakes

studeerde psychologie & sociale en politieke wetenschappen en deed jarenlang onderzoek naar zelfhelende methoden in vele bewustzijns- en spirituele stromingen.

Sinds twintig jaar geeft ze cursussen waarin het zelf direct ervaren centraal staat.

Sylvia is auteur van diverse boeken waaronder:

* 'Zelfhelend vermogen bij psychische klachten'

* 'De logica van een crisis' (beide bij Zwerk Uitgevers)

De methode n/u die zij ontwikkelde is een geregistreerd merk.