



LOSLATEN

*5 avonden van 20:00 – 22:00 uur – regio Utrecht
Donderdag 20 mei – 27 mei – 3 juni – 10 juni – 17 juni*

Welzijn

We willen allemaal het beste van wat het leven te bieden heeft. Voor de meesten van ons betekent dat gebieden van ons leven (gezondheid, relaties, werk, inkomen) verbeteren en een aanhoudend gevoel van welzijn verkrijgen.

Loslaattechniek

De Sedona methode® waar je mee kennismakt deze avonden, is een loslaattechniek die je direct in contact brengt met je natuurlijke, al aanwezige vermogen om emoties los te laten. Je leert in het NU te zijn, na te gaan wat er is, en dit los te laten. Meestal leven we door beelden, gedachten en verhalen in het verleden of de toekomst. *Het enige tijdstip waarop we echt iets kunnen veranderen aan wat we voelen(en in feite ook aan ons werk en ons leven) is nu, op dit moment.*

Loslaten: ruimte & ontspanning

Eenmaal weer geleerd, gaat het loslaten steeds makkelijker, waardoor je meer ruimte ervaart. Je kunt je steeds makkelijker ontspannen. Stress verdwijnt. Door los te laten in het nu, ga je je in elke situatie vol zelfvertrouwen, kalm en in controle voelen.

Wet van de Aantrekkingskracht

De Sedona methode® is ook een verdieping van de Wet van Aantrekkingskracht, zoals in The Secret te zien is. Hale Dwoskin, ontwikkelaar van de methode, is een van de leraren in deze film. Hij heeft ontdekt dat loslaten 'wat in de weg staat' veel effectiever is bij het halen van je doelen dan heel hard je best doen of heel hard werken. Ofwel: aantrekken door loslaten.

Informatie & ervaren

De eerste avond begint met een introductie van de Sedona methode. De rest van de avonden gaan we aan de slag met loslaten en krijg je veel gelegenheid om deze methode te ervaren.

Praktische informatie

Locatie: zalencentrum Ontmoetingskerk IJsselstein, Andorrastraat 2, IJsselstein (Ut).

Opgave noodzakelijk via <http://www.loopbaan-energie.nl/info/aanmelding-loslaten.htm>

Kosten voor 5 avonden: € 65,-.

Per avond: € 15,-.

(Dit is alleen mogelijk indien er voldoende plek is – opgave voor alle avonden gaat voor)

Volledige Agenda: <http://www.loopbaan-energie.nl/coach/agenda.pdf>

Aanmelden voor Nieuwsbrief: <http://www.loopbaan-energie.nl/info/nieuwsbrief.htm>

Officiële website Sedona Methode: <http://www.sedona.com>