

# Komt

## Topcoach Hale Dwoskin komt naar Nederland!

Topcoach Hale Dwoskin geeft op 15, 16 en 17 mei een driedaags seminar over de Sedona Methode in Nederland. Dit seminar heeft plaats in hotel Zonheuvel in Doorn.

De Sedona Methode krijgt overal ter wereld meer en meer bekendheid. De methode behelst het loslaten van emoties en oude beperkende overtuigingen waardoor je de vrijheid van je 'Zijn' moeiteloos kunt ervaren. Hale Dwoskin heeft 22 jaar samen gewerkt met Lester Levenson die deze methode ontdekte. Lester Levenson was een natuurkundige en een zakenman. Hij hoorde van de artsen dat hij nog enkele weken te leven had en dat was voor hem de aanleiding om op zoek te gaan naar zichzelf. Bij toeval kwam hij er achter dat je moeiteloos gevoelens kon loslaten. Hij had niets meer te verliezen en gaf dat al zijn aandacht. Door het loslaten genas hij en leefde hij nog 42 jaar in een goede gezondheid en volkomen vrijheid. Hale Dwoskin kwam als jongeman bij Lester Levenson en leerde als geen ander de kunst van het loslaten. Levenson noemde het de Sedona Methode. Na de dood van Levenson heeft Hale Dwoskin het instituut van de Sedona Methode overgenomen.

**Vrijheid, een staat van 'Zijn'** Door emoties en oude overtuigingen los te laten, creëer je vrijheid en ga je zelfs je ego met alle conditioneringen voorbij. Je komt in contact met wie je in waarheid bent, een staat van moeiteloze aanwezigheid. Het geeft je de vrijheid om te zijn wie je werkelijk bent, voorbij alle programmeringen. Loslaten doen we niet zo gemakkelijk als volwassen mensen. We houden liever emoties en overtuigingen vast omdat we er een zekere veiligheid en zekerheid aan ontnemen, hoe pijnlijk het soms ook is. Het ego is bang voor vrijheid en houdt van controle. Daarmee zitten we vaak gevangen als in een gevangenis.

**Controle** Een klein kind laat gemakkelijk los. Als het valt, dan rent het naar zijn moeder en vijf minuten later speelt het weer verder. Volwassenen doen dat niet meer zo gemakkelijk. Er zijn in onze hersenen inmiddels neurologische banen gecreëerd die allerlei (meestal beperkende) overtuigingen bevatten. 'Ik ben niet goed genoeg, of er is niet genoeg voor mij' zijn zoal een aantal overtuigingen waar je je door geblokkeerd kan voelen. Als er iets in je leven gebeurt, dan grijp je automatisch terug naar deze neurologische verbindingen die de eerdere ervaringen en overtuigingen bevatten en zo zit je gevangen. Controle houdt je in de ban, waardoor je het leven niet kan genieten.

Het mooie is echter dat wij niet onze gevoelens, emoties en ons lichaam zijn. We zijn meer dan dat en vandaaruit kunnen we beslissen of we iets willen of niet. Of we een bepaald gevoel, bijvoorbeeld verdriet, willen vasthouden of loslaten. Je zult vaak merken dat als je het verdriet wilt loslaten, dat je het ook wilt vasthouden. Dit omdat je er aan gewend bent geraakt en het je een bepaalde veiligheid geeft. Dat wat we kennen is veilig voor ons onderbewustzijn. Als je er dan voor kiest om ook de gehechtheid los te laten aan de desbetreffende emotie, dan kom je terecht in vrijheid. Dit werkt niet alleen met emoties, maar het kan ook werken op fysieke pijn en zelfs met ziekte. Er zijn genoeg berichten dat ziektes door de Sedona Methode totaal verdwenen zijn. Het is natuurlijk geen wondermiddel; en er kan niet met zekerheid worden gesteld dat een ziekte zal verdwijnen. De belevenis van dat wat je overkomt zal echter wel veranderen. De Sedona Methode kan dus niet in plaats van een medische behandeling gezet worden, het kan echter een mooie aanvulling zijn.

**Kan veranderen zo gemakkelijk gaan?** We denken vaak dat we, om ons leven te veranderen, ons best moeten doen, jarenlang in therapie moeten gaan of toch in ieder geval veel aandacht moeten geven aan onze problemen. Dat zijn mooie gedachten, en het is onzin. Vaak bevestigen we dan onze identiteit van: 'ik heb verdriet' en daardoor blijf je er juist in zitten. Dat waar je veel aandacht aan geeft wordt groter. Therapie heeft uiteraard zijn waarde en zijn plek.

De Sedona Methode is een van de gemakkelijkste methodes die er bestaat om vrijheid te creëren. Je stelt jezelf een aantal vragen en je laat los waar je last van hebt. Zo eenvoudig is het, het is niet meer dan een beslissing. Door dit toe te passen ben je geen slachtoffer meer van omstandigheden of van het leven, maar kan je elke omstandigheid gebruiken om los te laten en daarmee vrijheid te creëren.

We kunnen dus te allen tijde kiezen hoe we met omstandigheden omgaan. Er zijn verlichte mensen in een gevangenis. Helaas leven veel mensen buiten de gevangenis in de gevangenis die ze zelf gecreëerd hebben.

**Geen verhalen meer** Met de Sedona Methode gaan we dus niet in op de verhalen. Niet: waarom heb ik dat of waar komt dat vandaan. Je kijkt alleen nog maar of je een gevoel vast wilt houden of wilt loslaten. Door deze vragen te stellen verdwijnen de meest intense emoties. Dit gaat meestal gepaard met lachen en soms met een traan. Als je door hebt hoe pijnlijk het is om pijnlijke gevoelens vast te houden, en dat is wat we in het algemeen doen, dan ben je al snel bereid om ze los te laten.

Het geeft een enorme innerlijke vrijheid. Als je de Sedona Methode toepast, ontstaat er ook ruimte aan te trekken waar je naar verlangt. Het is dus ook één van de gemakkelijkste manieren om te manifesteren, omdat jij er met je ego en controle dan niet meer tussen zit.

Hale Dwoskin is niet voor niets ook één van de 'Teachers van de Secret'.

**The Fifth Way** Hale Dwoskin komt 15, 16 en 17 mei naar Nederland om een driedaags seminar te geven. Hij zal eerst de basis-



methode uitleggen en daarna gaat hij een stap verder en gaat hij werken met de 'fifth way'. Met de fifth way zal Hale Dwoskin je op zijn liefdevolle en humoristische wijze uitnodigen om voorbij het denken, het ego, te kijken om te zien wie je werkelijk bent. Je zult je bewust worden van onbewuste patronen en overtuigingen, die je daarna los kan laten. Dat kan een ontspanning geven die je nog niet eerder hebt ervaren. Dat wat je voorheen als een probleem zag, kan moeiteloos wegvallen. Voorbij het ego, het denken en alle conditioneringen kom je moeiteloos in contact met vrijheid. Dat is de vrijheid waar we vandaan komen en waar we in essentie uit bestaan.

Toine Revier: 'Ik kom zelf net uit Sedona waar ik voor de tiende keer ben geweest. Elke keer merk ik dat ik na zo'n seminar stappen neem die ik voorheen niet voor mogelijk had gehouden. Dat ik de afgescheidenheid die ik zo goed ken, steeds meer los kan laten, waardoor ik terecht kom in de eenheid en me verbonden voel met het leven zelf. Angsten voor een tekort; het niet genoeg hebben van financiële middelen en liefde vallen als vanzelf weg. In de eenheid die we zijn, is alles aanwezig.'

Ik gun iedereen deze ervaring, en het is een uitgelezen kans om deze man, die zoveel te bieden heeft, hier in Nederland mee te maken.'

Voor meer informatie kijk op [www.spirit-coaching.nl](http://www.spirit-coaching.nl).