

De weg van de Ziel

Inhoud vervolgjaar

Het vervolgjaar bestaat uit 16 lessen.

We starten elke les met een korte meditatie, daarna volgt er een stuk theorie over het lesthema. Na de theorie gaan we aan de slag met verschillende oefeningen, energetische behandelingen, visualisaties enz... om de theorie ook in de praktijk te ervaren.

Les 1, 2 en 3: De chakra's vervolg

Deze 3 lessen zijn een verdere verdieping in de chakraleer. We bespreken o.a. de ontwikkeling van de chakra's (bij kinderen en volwassenen), wat elk chakra nodig heeft om tot ontwikkeling te komen, de samenhang tussen de werking van de chakra's en onze fysieke en emotionele gezondheidstoestand... . Net zoals in het basisjaar leer je verschillende chakrabehandelingen toe te passen.

Les 4 en 5: De aura vervolg

Deze 2 lessen zijn een verdere verdieping in de auraleer. We oefenen verder met het waarnemen, voelen en behandelen van de (eigen) aura(lagen): je leert o.a. blokkades in de aura zien/voelen/ waarnemen, je leert hoe je de aura kunt schoonmaken, herstellen en opladen. We gaan ook dieper in op de inwerking van de verschillende kleuren op de aura en hoe je m.b.v. kleur de aura kunt behandelen.

Les 6: De meridianen

Deze les is een introductie tot de meridianenleer. We overlopen enkele van de belangrijkste hoofdmeridianen en de controlemeridiaan. Je leert onder andere hoe je een meridiaan kunt activeren of sederen.

Les 7: Energetische massage

Deze les is een doe-les: naast een algemene ontspannende/ontladende energetische massage, leer je ook massages bij specifiekere klachten/blokkades toe te passen.

Les 8: Meditatie en de ademhaling

In deze les gaan we in op de volgende vragen: Wat is meditatie? Wat is het niet? Waarom zou je mediteren en hoe doe je dat? Welke rol speelt de ademhaling bij meditatie? Na het beantwoorden van deze en andere vragen, gaan we vooral veel... mediteren!!!

Les 9: Ki

Ki (ook wel Prana of Chi genoemd) is de levensenergie die door ons lichaam/wezen stroomt. In deze les gaan we (veel) oefenen met het 'stevig in je Ki/kracht staan', het opbouwen, hanteren en laten doorstromen van Ki in je eigen systeem.

Les 10: Reiki

Wat is Reiki (en wat is het niet)? Hoe kun je behandelen met Reiki? Wat kan Reiki voor je doen? Hoe ontvang je Reiki... en vooral: hoe voelt Reiki? Deze les is **geen Reiki cursus** (die kun je eventueel wel later volgen bij Annick of Liesbeth) maar wel een introductie tot... . We gaan behandelen met Reiki zodat je kunt ervaren wat deze zachte helende energie doet... .

Les 11: Essentieel helen

Helen is niet hetzelfde als 'genezen'. Helen is een proces van gewaar worden, bewust worden van, inzicht krijgen in (onze schaduwkanten, emotionele 'wonden', beperkende overtuigingen, onverwerkte ervaringen enz.) en transformatie. Niemand kan jou helen, het is iets dat je zelf dient te doen... . In deze les reiken we je een aantal oefeningen en behandelingen aan die je in dit proces kunnen ondersteunen.

Les 12 en 13: Werken met de (therapeutische) Ankh

In deze twee lessen gaan we veel oefenen/behandelen met de Ankh... .

Les 14 en 15: Ruimten harmoniseren

In deze lessen leer je hoe je ruimten (bv. je werkruimte, huis,...) maar ook bv. je planten energetisch kunt schoonmaken en in balans brengen. Je leert welke tools je hiervoor kunt inzetten (bv. de Bachremedies, de Ankh, grondings- en zuiveringstechnieken, klank, enz.). We gaan het ook hebben over de kracht, werking en energie van edelstenen/kristallen en hoe je die voor jezelf/de ander (of voor een ruimte) kunt gebruiken.

Les 16: Vraag- en oefendag

De inhoud van deze les wordt door de cursisten zelf bepaald: het is de bedoeling dat je de leerstof en de behandelingen van het voorbije jaar doorneemt, eventuele vragen van tevoren doorgeeft en aangeeft welke behandelingen je graag nog eens zou herhalen (en dit ten laatste tegen les 15).