



## Cursus Ontwaakt Leven

Deze cursus helpt ons te openen voor wie we zijn en voor wat het leven is. Hij geeft handvaten om ons te verbinden met wat er is en met wie en hoe we zijn, zodat vandaar uit dingen gaan veranderen en helen. Het is een cursus over hoe we menselijk kunnen zijn en hoe we voller en meer wakker in het leven kunnen staan.

### **Achtergrond:**

De cursus is gebaseerd op een boek van Jason Shulman, 'Ontmoetingen met een Nonduale God' met als ondertitel 'Handboek voor Ontwaakt Leven'. Dit boek geeft vele ingangen tot transformatie en verruiming van ons perspectief, waardoor het bevrijdt en opent.

Jason verenigt de uitgangspunten van het boeddhisme, de Kabbala en andere geestelijke stromingen en moderne wetenschappelijke inzichten tot een praktische en toegankelijke benadering van nondualiteit: het besef dat alles een onlosmakelijk geheel is, waar niet zomaar iets uit weg gehaald kan worden zonder het gevaar het leven eruit te halen.

### **Wat kun je verwachten:**

In de cursus onderzoeken we de aard van de werkelijkheid en wat het betekent om volledig mens te zijn. We gaan ervaren wat het betekent je echt te openen voor wat er is en van daar uit te gaan leven en welke ruimte en mogelijkheden dat geeft.

Er wordt gewerkt met meditaties, stukjes theorie en oefeningen, waarbij de nadruk ligt op ieders individuele beleving.

### **Praktisch:**

De cursus vindt plaats in Houten en bestaat uit 6 bijeenkomsten van 2 uur. Deze winter wordt deze gehouden op dinsdagen van 15.00 tot 17.00 uur. De data zijn: 29 januari, 12 en 26 februari, 12 en 26 maart en 9 april 2019. Het maximum aantal deelnemers is zes in verband met de ruimte en de aard van de cursus.

De kosten zijn €180. Als dat een probleem is, overleg dan even.

Voor informatie en opgave:

Maris Könning, tel 030-8785031, [m.konning@gmail.com](mailto:m.konning@gmail.com).

Over mij:

Sinds 2010 studeer en werk ik bij A Society of Souls, school for healing and awakening, en bij Jason Shulman. In 2014 ben ik afgestudeerd als Nondual Kabbalistic Healer.

Ik was gefascineerd door het boek van Jason waar deze cursus op gebaseerd is, en ervaarde de helende, bevrijdende en inspirerende kracht ervan. Ik ben het daarom ook uit het engels gaan vertalen.

Het is de vierde keer dat ik deze cursus ga geven, en ik vind het een feest om te doen. Het inspireert, bevrijdt en opent me steeds weer.

Ook deelnemers zijn steeds erg enthousiast. Hieronder staan enkele reacties van deelnemers over de cursus.

Voor meer informatie: [www.maris-konning.nl](http://www.maris-konning.nl)

Reacties van cursisten:

“Ik heb bij Maris de cursus Ontwaakt Leven gevolgd. In een cursus van zes avonden nam ze me mee in het ontdekken van mijn eigen heelheid en de volheid van mijn bestaan; alles van ons is er en mag er zijn.

Maris is een warm cursusleidster, die vol respect doorvraagt op je ervaringen en je daarmee verder helpt. Ze is zacht en mild, en tegelijkertijd ook heel duidelijk. Maris en de groep hebben mij geholpen om woorden te geven aan wat ik al voelde; het pad dat ik loop is goed.”

“Ik vond het heel erg prettig. In een rustige sfeer en met een klein groepje heeft Maris ons meegenomen in een visie op het leven, ‘de realiteit’ en de beleving daarvan. Wat het mij heeft opgeleverd is, dat het mij meer heeft geopend voor het / mijn leven zoals het is, me meer ruimte heeft gegeven en ik meer heelheid ervaar. Dat klinkt misschien zweverig en vaag, maar zo beleef ik dat helemaal niet. Misschien sta ik nu juist wel meer met beide benen op de grond.”

“Dit is een cursus die moeilijk in woorden te omschrijven is, eigenlijk moet je het meemaken! Voor mij kwam deze cursus op het perfecte moment: er verandert op dit moment van alles in mijn leven en deze cursus hielp mij om op een andere manier tegen dingen aan te kijken. Hierdoor zag ik nieuwe (en meer) mogelijkheden die ik anders niet zou hebben gezien. Maris leidt de sessies op een geweldige manier: ze is wijs, betrokken, en stuurt je waar nodig op een zachte manier naar waar het om gaat.”

“Elk onderdeel raakte iets bij me en zette iets in me in beweging. De cursus draagt bij mij zeker bij aan het groeien naar heelheid en ontwaken. Ik ben heel blij dat ik deze cursus gedaan heb.”