



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 keer wordt deze gehouden op dinsdagen van 15.00 tot 17.00 uur.

De data zijn: 15 en 29 januari, 12 en 26 februari en 12 en 26 maart 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.