

Meer eenheid in je karakter en communicatie

9 vrijdagen van 11.00 tot 12.00 in de
Coebel in Leiden, start september
2015



Hoe integer ben je eigenlijk?
Persoonlijke
ontwikkelingscursus op basis
van het boeddhistische
achtvoudige pad

Cursus voor persoonlijke ontwikkeling

We zijn op een bepaalde manier, en we praten veel met elkaar. Maar hoe zit het met de eenheid in wat je zegt, doet en eigenlijk wilt doen? Hoe integer ben je? Zeg je wat je wilt zeggen? Doe je wat je wilt doen?

Opzet

In deze cursus geef ik 8 concrete opdrachten die je duidelijker maken hoe het zit met onderdelen van je communicatie, je handelen en je karakter. Deze zijn gebaseerd op het boeddhistische achtvoudige pad. Joop van Dam, een antroposofische huisarts heeft hier een boekje over geschreven. Door deze oefeningen kun je weer meer regie krijgen over jezelf. Daarnaast geef ik een korte ontspanningsoefening en verdiepende creatieve opdrachten. De cursus gaat over jezelf. In een goede positieve sfeer bespreken we eerlijke, interessante onderwerpen met elkaar op een onderzoekende manier. Feedback van andere deelnemers is dat ze bewuster zijn van hun communicatie.

Een groep van 4 mensen is het minimum, 6 mensen is het maximum.

Cursusdata 2015

Vrijdagochtenden met de start rond half september.

Heb je belangstelling, maar kun je er deze cursus niet bij zijn, laat me dat dan weten. Bij voldoende belangstelling start ik een nieuwe cursus.

Cursusleider

Leontine is als EssentieCoach® en beeldend kunstzinnig therapeut goed in staat om de meer onderbewuste gewoonten bewust te maken. Zij heeft haar praktijk 'Spiegelbeeld in kunst' voor zowel individuele cliënten als groepen aan huis en geeft daarnaast bewustwordingscursussen bij bedrijven. Zij woont met haar man en twee kinderen in Leiden.

Prijs en vergoeding

Prijs: € 130 inclusief btw
De cursus bestaat uit 9 keer. Dit is inclusief 21% BTW en materiaalgebruik.

Contact, locatie en inschrijving

Leontine Rodewijk
Brandts Buyskade 35
2324 LR Leiden

071-5139364 / 06-25336693
info@spiegelbeeldinkunst.nl
www.spiegelbeeldinkunst.nl