

# Workshop

## 'Leren luisteren naar Je-Zelf'

### Ontwikkel je intuïtie

Wil je meer vanuit jezelf leven in plaats vanuit omstandigheden of anderen?

Wil je meer leren ontspannen?

Wil je jezelf beter leren kennen?

Wil je meer naar je gevoel luisteren?

Ontdek dat je meer kunt  
dan je denkt!

Versie 2011



Omdat je meer kunt dan je denkt.

## **Luisteren naar jezelf**

Je wilt iets realiseren en voelt intuïtief aan, dat je het voor elkaar kunt krijgen, dat het bij jou past. Maar dan ga je nadenken en voor je het weet, zit je in een maalstroom van gedachten. De twijfel slaat toe en al snel gaan je gedachten een negatieve kant op. Zat jouw intuïtie er zo naast? Nee!

## **Tijdens de workshop:**

- Word je bewust van 'wat is je zelf, wat is je intuïtie?'
- Breng je op een creatieve en effectieve manier je volgende levensfase of gewenste levensdoel in beeld.
- Leer je verschillende vormen van meditatie, ervaar je bewustwording en rust in jezelf.
- Leer je gedachten te herkennen en er een patroon in te ontdekken. Waar loop je telkens tegenaan?
- Leer je gedachtepatronen doorbreken, meer vanuit je intuïtie en vanuit het 'nu' te leven.

**Kortom:** Je leert jezelf beter kennen en te leven vanuit jouw unieke kracht. Daardoor krijg je meer inzicht in jezelf, meer zekerheid en voel je je prettiger. Van daaruit kun je ook keuzes maken. Om bijvoorbeeld meer voor jezelf op te komen of om nieuwe keuzes in je werk te maken.

## **Voor wie**

De workshop is voor iedereen die naar zichzelf wil - durven - luisteren.

## **De inhoud**

De workshop wordt gekenmerkt door diverse oefeningen tijdens de bijeenkomsten en oefeningen die je thuis kunt doen. Uiteraard is er ruimte om persoonlijke ervaringen uit te wisselen. Persoonlijke aandacht staat voorop. De workshop is voor groepen van ca. 4 deelnemers per groep en telt drie avonden.

## **Praktische zaken**

Plaats van samenkomst is de praktijk van Infinito Coaching. Actuele en praktische informatie zoals data, tijd en kosten vind je op de website.

## **Belangstelling?**

Meld je dan aan via e-mail [info@infinitocoaching.nl](mailto:info@infinitocoaching.nl) of stuur een kaartje of brief naar Welhaak 31, 7672 AB Vriezenveen. Je krijgt dan het inschrijfformulier toegestuurd. Ook als je eerst alleen nadere informatie wilt over de workshop of over de mogelijkheid van een individueel coachings/begeleidingsgesprek kun je contact opnemen met Infinito.

## **Infinito Bewustzijnscoaching en energiewerk**

Infinito wordt geleid door Jeaneth de Witte-Smit. Wil je meer over haar weten? Kijk dan op onze website [www.infinitocoaching.nl](http://www.infinitocoaching.nl)

Welhaak 31, 7672 AB Vriezenveen

Tel. 06 - 144 50 201

[info@infinitocoaching.nl](mailto:info@infinitocoaching.nl)