

# BASIS 1 Je intuïtie en energie

Ken je dat? Je hebt zo'n gevoel dat er iets niet klopt. Je luistert er niet naar en achteraf kun je je wel op de kop slaan. Je wist het! We hebben het hier over je intuïtie, je eigen weten; over jezelf en je leven. Door je intuïtie te ontwikkelen kom je in verbinding met jezelf, ontdek je wie je in wezen bent en kom je in je kracht. Het leren beheren van je energie en het volgen van je gevoel, zijn onmisbare tools in deze snel veranderende wereld.

## **S-Sent biedt een Intuïtiejaar aan. Deze opleiding bestaat uit**

Basis 1: Je intuïtie en energie

Basis 2: Je eigen weten in 7 thema's

In september start de Basis 1, een cursus van 3 maanden. In januari start de Basis 2, deze loopt tot juli. Samen vormen ze het Intuïtiejaar. Als je wilt kun je de Basis 1 en 2 achter elkaar doen, je kunt ook alleen de Basis 1 doen. In de Basis 1 ontwikkel je je intuïtie, je leert je gevoel volgen en beslissingen te nemen die kloppen. Door ervaringsgerichte oefeningen ontdek je hoe energie werkt, wie je bent, hoe je vitaal en in je kracht blijft en hoe je in contact met anderen in verbinding met jezelf blijft. Daarna ontwikkel je in de Basis 2 je 'Eigen weten' in de 7 thema's van het leven. Je rond het jaar af met een diploma en kan dan doorstromen naar de opleidingen Healing, Reading of Jezelf verwezenlijken.

## **ONDERWERPEN IN DE BASIS 1: JE INTUITIE EN ENERGIE**

### **Je intuïtie als raadgever. Vertrouwen, loslaten en je eigen weten volgen.**

Ken je dat? Je hebt een helder inzicht, je weet het, maar daarna ga je toch twijfelen aan jezelf.

Aan de orde komt onder meer:

- gronding, in verbinding zijn met jezelf en je gevoel volgen
- hoe aandacht werkt en hoe je meer in het hier en nu kunt blijven
- hoe je kunt weten of iets klopt voor jou of niet, het onderscheid tussen ideeën en intuïtie.

### **Eigen ruimte. Jezelf zijn in contact met anderen.**

Ken je dat? Je spreekt een collega of vriend met een slecht humeur en even later ontdek je dat jouw goede humeur als sneeuw voor de zon verdwenen is.

Aan de orde komt onder meer:

- eigen ruimte en het verschil tussen jouw energie en die van anderen
- loslaten van energie van anderen en opvullen
- hoe je bij jezelf kunt blijven in het contact met anderen en jouw Presence in de verbinding

### **Moeiteloos werken. Op stroom zijn met jouw doelen.**

Ken je dat? Je was er voor iedereen en aan het eind van de dag lig jij uitgeput op de bank.

Aan de orde komt onder meer:

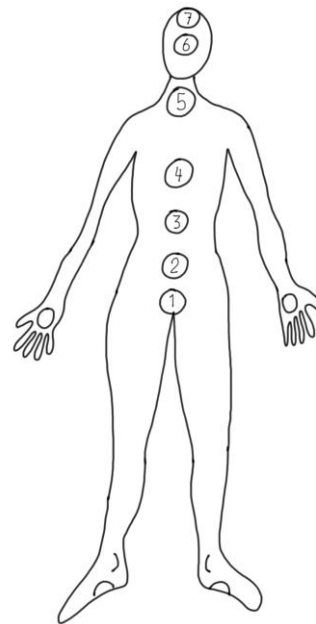
- op stroom zijn met het leven en jouw eigen doelen
- het effect van vaste overtuigingen en gewoontes op je energie en hoe weerstand werkt
- hoe je bij jouw eigen doeleinden en je eigen weten kunt blijven
- vitaliteit en invloed van humor en plezier op je energie.

## ONDERWERPEN IN DE BASIS 2: EIGEN WETEN IN 7 THEMA'S

Nadat je in de Basis 1 verschillende energie tools hebt geleerd, kun je je ontwikkeling verdiepen in de Basis 2. Je ontwikkelt daarin je eigen weten over de zeven thema's van het leven: vertrouwen, emoties, doelen hebben, genegenheid, communicatie, inzicht, eigen weten en autonomie. Dit doen we aan de hand van de zeven bekendste chakra's en ook door les te hebben in de natuur. Een chakra is een energiepunt in je lichaam en in de kern ervan zit jouw eigen wijsheid over dit thema. Tijdens de les gaan we contact maken met dit weten en door self-healing ga je steeds meer ruimte maken voor jouw eigen authentieke stijl in dit thema. Je komt in je kracht.

### Thema's die behandeld worden zijn:

1. Vertrouwen, veiligheid en vitaliteit.
2. In je lichaam zijn; emoties, voelen en ervaren.
3. Je eigen doelen en wilskracht.
4. Genegenheid voor jezelf en anderen, in harmonie zijn en vergeving.
5. 'Ik en de ander'; relatie en communicatie met jezelf en anderen, praktische intuïtie.
6. Inzicht, helder zien en waarnemen van energie.
7. Eigen weten, eigendom en autonomie.



7. weten  
autonomie
6. inzicht  
abstracte intuïtie
5. communicatie  
praktische intuïtie
4. genegenheid  
harmonie
3. wilskracht  
doeleinden  
Verbinding astraal  
lichaam / droomleven
2. emoties  
seksualiteit
1. gezondheid  
overleving

### Je leest het boek over jezelf en dan aan de slag!

Tijdens de les schrijf je je ontdekkingen op; je gewoonte, inzichten, je groei en eigen weten in een thema. Je schrijft als het ware het boek over jezelf. Je leert jezelf kennen, je wordt meer "jezelf" en je komt in je kracht. En je gaat ook zelf aan de slag. We gaan chakra's balanceren, een ruimte schoonmaken, 'kleur' zetten en energie lezen, van jezelf, een ander, je omgeving en de natuur.

**Basis 1 Arnhem:** 12 lessen op zaterdag/zondag, eerste les is op 14 februari

**Data:** 14/2, 20/2, 27/2, 7/3, 20/3, 27/3, 10/4, 17/4, 24/4, 2/5, 15/5, 23/5.

**Tijd:** 10.00 – 12.30

**Locatie:** Peter van Anrooylaan 1 in Arnhem

**Kosten:** Particulieren € 390,-, € 325,- voor Gelrepashouders en € 450,- voor ZZP-ers en bedrijven.

**Gratis proefles:** zondag 23 januari 14.00 – 16.30 uur

**Opgeven:** via [a.reinders@s-sent.nl](mailto:a.reinders@s-sent.nl). Info: [www.s-sent.nl](http://www.s-sent.nl) of 06-55100055.

**s-sent**  
leven in essentie

**S-SENT staat voor:**

**Coaching:** jezelf verwezenlijken in je leven en werk.

**Business coaching:** weten waar je bedrijf voor staat en dit realiseren.

**Scholing:** het scholen van je intuïtie, jezelf en je eigen weten.