

# Energetische Therapie I

## Inhoud

Het basisjaar bestaat uit 16 lessen. We beginnen elke les met een korte meditatie, daarna volgt er een stuk theorie over het lesthema en vervolgens gaan we aan de slag met energetische oefeningen en behandelingen om de theorie ook in de praktijk te ervaren.

### Les 1, 2 en 3: De chakra's en de nevenchakra's

In de eerste drie lessen behandelen we de 7 hoofd- en de 5 nevenchakra's. Hierbij gaan we in op de volgende vragen: Wat zijn de chakra's? Hoe zien ze eruit? Waar liggen ze precies? Wat is hun functie (hoe werken ze)? Welk levensgebied verzorgen ze? Wat is belastend voor een chakra? Welke emoties kunnen er ontstaan in een chakra? Hoe ontstaat een chakrablokkade? In het oefengedeelte leer je o.a. hoe je de chakra's kunt leren voelen, waarnemen en behandelen.

### Les 4 en 5 : De aura

In deze twee lessen bespreken we de vorm, de verschillende lagen, de functie en de kleuren van de aura en ook hoe de aura verzwakt en beschadigd kan geraken. We oefenen met het voelen en waarnemen van de aura en je leert o.a. hoe je de aura kunt afsluiten, schoonmaken, herstellen en opladen.

### Les 6: Hoogsensitiviteit (lezing voor groter publiek)

Deze les is een interactieve lezing over hoogsensitieve personen en kinderen. We gaan o.a. in op de volgende vragen:

- Wat is hoogsensitiviteit?
- Wat zijn de kenmerken ervan?
- Wat zijn de valkuilen voor HSP's?
- Wat zijn de kwaliteiten en talenten van een HSP?
- Ben je zelf hoogsensitief?
- Is je kind (of leerling) hoogsensitief?
- Hoe omgaan met hoogsensitiviteit?

De lezing zit boordevol praktische tips en 'tools', er is ruimte om vragen te stellen en te delen en na afloop doen we ook nog een paar oefeningen om je energetisch te helpen afschermen opdat je beter overleefd zou kunnen blijven in de woelige wereld van nu.

### Les 7: Werken met kleuren

In deze les bekijken we wat de kracht en werking is van de verschillende kleuren, hoe kleur inwerkt op het energetische en fysieke lichaam, hoe je kleur kunt gebruiken en inzetten in je dagelijkse leven en bij energetische behandelingen.

### **Les 8: Karma, reïncarnatie en geleidegidsen**

In deze les bespreken we wat Karma en reïncarnatie precies is, we maken kennis met je geleidegids en leggen uit wat uittreden inhoudt.

### **Les 9 en 10: De 7 sferen van bewustzijn en de tussensferen**

In deze twee lessen gaan we in op een stuk incarnatie- en Zielsleer, we bespreken 'De weg van de Ziel' doorheen de verschillende sferen van bewustzijn.

### **Les 11: Gedachte, emotie, gevoel**

Wat is een gedachte? Wat is een emotie? Wat is een gevoel? Hoe hangen onze gedachten, emoties en gevoelens samen? Hoe beïnvloeden onze overtuigingen onze emoties, ons lichaam, ons gevoel van welzijn, ons leven? Hoe kunnen we op een constructieve manier omgaan met gedachten en emoties? Dit zijn een paar vragen waarop we ingaan in deze les.

### **Les 12: De Bachremedies**

De Bachremedies zijn energetische bloesemincturen die negatieve gemoedstoestanden omzetten in hun positieve tegenhanger. In deze les bespreken we de 38 Bachremedies en leer je o.a. hoe je een remedie kunt samenstellen voor jezelf of voor iemand anders.

### **Les 13: De leverbehandeling**

In deze les leer je de leverbehandeling toepassen. Heel wat mensen hebben energetisch 'iets op de lever liggen', bv. emoties zoals woede en verdriet. Door middel van de leverbehandeling, kun je deze emotionele belasting helpen weghalen.

### **Les 14, 15 en 16: Werken met de Ankh**

In deze drie lessen krijg je uitleg over de geschiedenis en achtergrond van de Ankh, levensstaf van de farao's en kosmisch instrument en leer je er therapeutisch mee werken.