

Individuele sessies | ontwikkelingsavonden

Levenskracht

Hoe gebruik jij jouw kracht? De kracht van jouw lijf, jouw gedachten, jouw emoties, jouw bezieling.... Sta je er wel eens bij stil hoe al deze krachten elkaar beïnvloeden en van waaruit je deze kracht aan het putten bent.

Vaak denken we bij kracht aan wilskracht, aan je staande houden, je schrap zetten en je mannetje staan. Om te ontdekken dat we op een gegeven moment uitgeput zijn van alle vechtlust en gedrevenheid. Dat ondanks al je kracht er toch teveel energie wegglipt.

Dat kan een signaal zijn dat je te weinig vanuit jouw levenskracht jouw krachten inzet en dat ze nog teveel gericht zijn op de buitenwereld waardoor jouw energie opslokt en blokkeert.

In deze hectische wereld die op zijn kop lijkt te staan is jouw levenskracht essentieel om je echte zelf te kunnen zijn en blijven. Jouw levenskracht is een doorstroming van energie waarbij je aanwezig en betrokken bent bij alle aspecten van jouw leven. Jouw lichaam, jouw gedachten, jouw emoties en jouw bezieling.

Het vraagt moed om jouw levenskracht en jouw blokkades hierin te erkennen en een openheid naar jezelf. Een openheid om die nodig is om jouw levenskracht ruimte te geven. Gun jezelf die rust, balans en vrede. Ik gun jou dat ook! Mijn begeleiding staat daarom dan ook in het licht van Levenskracht. Samen gaan wij ontdekken waar jij je levenskracht blokkeert en hoe jij jouw energie weer kan laten stromen. Wij gaan samen onderzoeken waar jouw fysieke, mentale, emotionele en bezielingskracht jou energie kost en hoe jij dit om kan zetten om juist jouw energie, jouw levenskracht, te laten stromen.

Dit doe ik met:

individuele coaching sessies - € 85,00 per uur

en/of

ontwikkelingsavonden in kleine groepen waarbij wij met fysieke oefeningen, meditaties en het delen van ervaringen met elkaar jouw energie, jouw levenskracht, weer laten stromen - € 45,00 per persoon per avond.

Neem voor meer informatie of voor het inplannen van een afspraak contact met mij op via 06-81108270 of martine@masteryourlife.nu.



Martine

MASTER YOUR LIFE 

ONDERZOEK | ADVIES | TRAINING | COACHING