



Sathya

Workshop
De kracht van Compassie

Essence of the Heart



*Ik werd geboren
toen ik alles waarvoor ik eens
bang was, kon liefhebben.*

-Rabia-

*Als ik over de liefde nadenk,
vraag ik mij af waarom ont-
vangen meer moeite kost dan
geven?*

Wat zit ons in de weg om de
liefde gewoon te ontvangen?

Kan het zijn dat we leven van-
uit de aanname dat we niet 'goed
genoeg zijn?' we terughouden uit
angst om beschadigd te worden?

Hoe is het eigenlijk voor jou
in relatie tot jou familie, vrien-
den, je liefdesrelatie of jezelf?

Als je op zoek wilt naar een ant-
woord op deze vragen dan is deze
workshop een mooie kennisma-
king met een werkwijze die kan
aanzetten tot innerlijke groei.

Doelgroep

Iedereen die de zachte stem van zijn
of haar hart beter wil doen verstaan.
Als je nieuwsgierig bent naar wat er
in het licht van bewustzijn mag
klinken.

*Geef je niet over aan de
wanhoop
Dan kun je niet praten met je
hart
Wie zijn eigen Legende leeft
kan alles wat hij moet kunnen
Er is maar één iets wat de
droom onmogelijk maakt:
de angst om te falen.*

- de Alchemist -

Werkwijze

De workshop 'Essence of the Heart' laat je hernieuwd kennis maken met liefde. Je komt in contact met de essentie van je wezen. Jouw hart.

Naast meditatie maken wij gebruik van visualisatie-, praktijkoefeningen, lichaamswerk, tekenen en schrijven. De workshop kan confronterend zijn en respecteert de grenzen van jou als individuele deelnemer.

Structuur

De workshop wordt gegeven in een dagdeel van 4 uur incl. lunch. De groep bestaat uit maximaal 10 deelnemers en de begeleiding is in handen van Wendy en Johan.

Planning en aanmelding

Essence of the heart wordt in de regel twee keer per jaar aangeboden.

Bij voldoende aanmeldingen zijn zal de workshop op een zaterdag of zondag van 10.00 uur tot 15.00 uur gehouden worden.

Data en deelnamekosten staan vermeld op de website www.sathya.nu. Voor informatie of aanmelding kun je ons telefonisch bereiken op nummer 06-47822392 of via e-mail info@sathya.nu



telnr. 06 309 883 87
email. info@sathya.nu
www.sathya.nu