

Energetische opleiding 2024-2025

In het basisjaar van de Energetische Opleiding leer je de meest essentiële 'vaardigheden' van het werk, zoals: energetisch waarnemen, contact maken en contact houden, impulsen herkennen en volgen, opladen en ontladen, afstemmen op wat bevrijd wil worden. Daarnaast bestaat de opleiding uit allerlei concrete oefeningen en theorie. Echter, hoezeer je ook vaardigheden kunt leren, voor ons is de essentie van energetisch werk verbonden met een manier van leven, waarin je kiest voor het direct aanwezige contact met jezelf, met de ander en met het hogere. Zodat je steeds meer ten dienste komt te staan van de Levensenergie die door jou heen tot uitdrukking wil komen.

Energetisch werken of lichaamsgericht werken heeft vele voordelen. Het zuivert je lichaam van blokkades, ontspant en vitaliseert. Zo herstelt het de eenheid van lichaam en geest. Energetisch werken is grote hulp om jezelf voorbij het rationele te leren kennen. Je komt meer in contact met de spontane, krachtige en liefdevolle energie die in je aanwezig is. Energetisch werken helpt je om beter te voelen en de communicatie tussen mensen directer waar te nemen. In het werken met mensen zijn aanwezigheid, vertrouwen en contact van doorslaggevende betekenis. Naast plezier is dit het belangrijkste wat energetisch werken je leert.

Het ritme van vijf blokken in het jaar vormt tevens een stevig fundament om jezelf scherp en levend te houden, en je te herinneren wie je werkelijk bent en wat je te doen staat. Diepte en plezier zijn kenmerkend voor dit jaar.

Het Basisjaar bestaat uit **vijf blokken**. In deze blokken komt het volgende aan bod:

- **Basishouding:** Ontspannen in contact zijn. Centeren. Energetisch waarnemen. Lichaamstaal. Werkingsveld herkennen en er mee werken.
- **Basisprincipes van energetisch werken:** Veiligheid en vertrouwen. Opladen en ontladen. Energie en bewustzijn. Tracking, impulsen leren volgen.
- **Oefeningen:** Aarden. Ontspanning en integratie. Contact. Expressie en stem. Een scala aan oefeningen gerelateerd aan energetisch werken en de thema's.
- **Theorie:** Basisprincipes en concepten. Weerstandspatronen. Segmenten en chakra's. Opbouw van een sessie. Ontwikkelingen van energetisch werk. Ter studie wordt literatuur opgegeven. Tijdens het 1e blok wordt een uitgebreide **reader** uitgereikt waarin we onze visie op energetisch werk weergeven.

Iedereen die bij ons een (meerjarig) traject heeft gevolgd en interesse heeft voor het lichaam en de directe ervaring, kan deelnemen. Het is dus zowel voor degenen die beroepsmatig werken met mensen als voor degenen die dat niet doen. Er worden in het eerste blok intervisiegroepen gevormd, om tussen de blokken door zelf te oefenen met datgene wat in de blokken is aangereikt.

Programma

In de Energetische Basisopleiding werken we vanuit algemeen menselijke thema's, zodat we direct aansluiten bij de dagelijkse praktijk waar wij als mensen in het leven mee te maken hebben.

Blok 1

Thema: Je lichaam, de basis van het werk

Kennismaken. Aarden. Contact. De wijsheid van het lichaam. De oorsprong van energetisch werk. Energetisch waarnemen en bodyreading. Vrij maken van energie. Werken met de basisprincipes. Sessies.

Blok 2

Thema: Je plek innemen

Aanwezigheid. Assertiviteit. Gebundeld zijn en ontspannen. Je ruimte innemen en je grenzen aangeven zonder defensief te zijn. Werken met de plexus solaris. Gaan voor wat je lief is. Omgaan met conflicten. Opbouw van een sessie. Kracht en liefde.

Blok 3

Thema: Levenslust en creatieve energie

Vrijmaken van bekken-energie en de bijbehorende levensenergie. Verbinding seks chakra en keel chakra Mannelijke- en vrouwelijke kwaliteiten in beweging. Werken met het bekken. Hartstocht en passie.

Blok 4

Weerstandspatronen. Hoe houd je vast aan je verdediging en wat wil er daardoorheen bevrijd worden. Het benutten van creatieve energie. Spelen en vrij bewegen. Meditatie. Overgave aan jezelf en aan een ander.

Blok 5

Thema: Overgave, vertrouwen en subtiele energie

Verbinding wortel- en kroonchakra. Werken met verschillende manieren van vallen. Je actief toevertrouwen aan jezelf, de ander en aan het Hogere. Werken met persoonlijkheid, ziel en subtiele energie. Sessies.

Datum & tijden	Begeleiding
Blok 1: <i>Thema: Je lichaam, de basis van het werk</i> do 9 nov 14.00 uur - za 11 nov 16.00 uur <i>Morgenstern, Barchem</i>	Isabelle Schneider <i>co-begeleider Myra Wortman</i>
Blok 2: <i>Thema: Je plek innemen</i> do 25 jan '24 10.30 uur - vr 26 jan 16.00 uur <i>Morgenstern, Barchem</i>	Stijn Rost van Tonningen <i>co-begeleider Myra Wortman</i>
Blok 3: <i>Thema: Levenslust en creatieve energie</i> do 29 febr 10.30 uur - vr 1 mrt 16.00 uur <i>Morgenstern, Barchem</i>	Sonja Thomann <i>co-begeleider Myra Wortman</i>
Blok 4: <i>Thema: Vrijheid en verdediging</i> do 11 apr 10.30 uur - vr 12 apr 16.00 uur <i>Morgenstern, Barchem</i>	Bertie Hendriks <i>co-begeleider Myra Wortman</i>
Blok 5: <i>Thema: Overgave, vertrouwen en subtiele energie</i> wo 5 juni 14.00 uur - vr 7 juni 16.00 uur <i>Morgenstern, Barchem</i>	Isabelle Schneider <i>co-begeleider Myra Wortman</i>