

# TRANSFORMATIEJAAR

## VOORBIJ CHRONISCHE PIJN E.A. ONBEGREPEN KLACHTEN

Door onze opvoeding/conditionering zijn we weg getraind van ons eigen innerlijk kompas. We hebben geleerd onze gevoelens en behoeften te negeren. Als kind hadden we geen andere keuze dan te gehoorzamen aan externe autoriteiten. Voornamelijk de angst om verlaten of afgewezen te worden, heeft ervoor gezorgd dat we sociaal wenselijk gedrag zijn gaan vertonen. Of we zijn net een rebel geworden. Hoe dan ook, de meeste mensen zijn uit contact met hun Ware Zelf gegaan. Als kind nemen we alles persoonlijk en als iets niet goed gaat, zijn we gaan geloven dat we niet goed genoeg zijn. Deze overtuiging is een zeer pijnlijke en oorzaak van vrijwel alle pijn en conflicten in ons leven. Waarom? Omdat ze totaal indruist tegen onze Ware aard, die liefde en vreugde is. We zijn "spirit" of "oneindig bewustzijn" in een menselijk lichaam, met een menselijke ervaring.

Onze aandacht is naar buiten gericht geraakt, om daar waardering en liefde van anderen te krijgen. We doen en laten ontzettend veel om de goedkeuring van anderen te krijgen of de liefde van een ander niet te verliezen. En in de onbewustheid doen we onszelf daarmee geweld aan... Wat pijnlijk is. En die pijn toont zich fysiek in het lichaam. We zijn doorheen onze conditionering (lees: "africhting") helemaal vergeten dat we die liefde zelf zijn!

Deze jaartraining is bedoeld om het contact met je eigen gevoelens, behoeften en je innerlijke stem, de enige echte autoriteit terug te herstellen. Wat klopt er voor jou en wat klopt er niet? Welk pad wil JIJ gaan? Wat is JOUW gewenste realiteit?

We gaan daarbij onopgeloste conflicten, onaangename emoties, fysieke pijn of andere onbegrepen klachten als indicatoren gebruiken om het contact met je Ware Zelf te herstellen. Want ons Ware Zelf communiceert voortdurend met ons d.m.v. fysieke sensaties in ons lichaam. Verder onderzoeken we ook welke stressvolle overtuigingen je nog voor waar aanneemt en die oorzaak zijn van je huidige problemen in je leven en uiteraard gaan we deze veranderen naar je gewenste realiteit.

Dit jaartraject omvat 10 groepsdagen (zie data onderaan) en 10 individuele sessies (die je zelf met mij kan plannen tijdens het jaartraject) gespreid over één schooljaar.

De groep bestaat uit 6 deelnemers, zodat iedereen elke dag ook aan individueel aan bod kan komen.

## EFT - nieuwe zienswijzen

EFT\* (emotional freedom techniques) is een eenvoudige helingstechniek die we vanaf dag 1 gaan aanleren in de groepsessies en die we tijdens de hele training gaan gebruiken om oude emotionele pijn te "ontladen" en je stress-systeem te kalmeren.

Verder zullen ook nieuwe zienswijzen aangereikt worden, die je bewustzijn zullen helpen verruimen waardoor je vrijer en met meer vertrouwen in het leven kan staan.

Aan bod komen: de visie van Dr. Hamer over ziekte, concepten uit de geweldloze communicatie van Marshall Rosenberg, en inzichten in hoe het creatieproces precies werkt.

## Waarom een Jaartraject ?

De bedoeling van dit traject is het contact met je Ware Zelf terug te herstellen. Dit is je innerlijk kompas, de enige echte innerlijke autoriteit die kan weten welk pad voor jou klopt !

Het herstel van dit contact is een gradueel proces, want we zijn jaren weg getraind van onze essentie en in ons onderbewuste leven nog steeds angsten, oude verwondingen en limiterende overtuigingen

die onze huidige realiteit scheppen. Bovendien heeft onze mind het vaak overgenomen; wat er echt pijn deed, werd uit noodzaak gerationaliseerd of gedissocieerd, waardoor pijnlijke gevoelens overstemd en onderdrukt werden. Al deze zaken zitten in de weg om gezondheid te creëren en een heldere verbinding met je innerlijke stem te hebben. Het zijn precies deze "stoorzenders" die we gaan opsporen en neutraliseren. Ik kan je garanderen dat je na dit jaartraject een grote innerlijke emotionele schoonmaak bent aangegaan, waardoor je veel meer in contact met je binnenwereld zal zijn, je gewenste realiteit zelf kan scheppen en voorbij de pijn kan groeien.

## Korte inhoud van het jaartraject

Dag 1 : EFT: de techniek

VVV-reactie (Vlucht-Vecht-Verstar-reactie) / voelen

Dag 2 : De effecten van Trauma (= "verwonding") op ons lichaam en onze psyche: Visie van Dr. Hamer op ziekte

Dag 3 : De impact van onze conditionering en de vorming van het ego  
Veiligheid - Identiteit - Comfortzones  
Angst om te veranderen

Dag 4 : Hoe werkt het manifestatieproces ?  
Ons geloofssysteem scheidt onze werkelijkheid  
Het "verlangen" als motor voor creatie  
Geïnspireerd op het werk van Neville Goddard

Dag 5 : Het belang van gevoelens en behoeften  
Waarom een goede zelfconnectie op de eerste plaats komt  
Concepten uit het werk van Marshall Rosenberg

Dag 6 : Chronische pijn e.a. onbegrepen klachten  
Wat zijn onderhoudende factoren bij chronische klachten ?  
Hoe groei je uit de uit de klachten ?

Dag 7 : Liefde: wat is dat eigenlijk ?...

Welke (verwongen) concepten hebben we over liefde ?

Helen van verwondingen die we opgelopen hebben in relaties

Dag 8 : Geld : nog zo'n beladen woord...

Wat zijn jouw overtuigingen over geld ? Leef je in "tekort" ?

Dag 9 : Verslavingen (gewoontes of middelen) als pijnstillers

Hoe kan je duurzaam uit een verslaving groeien ?

Dag 10: Het thema van deze dag staat nog open : wat is er blijven

liggen ? Hoe kan je op de rails blijven na dit traject ?

## Voor wie ?

Dit jaartraject is bedoeld en toegankelijk voor iedereen die vast zit in chronische pijn en die het nodige innerlijke werk wil doen om deze chronische conditie te ontgroeien.

Kom je steeds weer in zich herhalende vicieuze cirkels terecht, heb je last van chronische pijn, allergieën of andere onbegrepen klachten, dan is dit jaartraject zeker iets voor jou !

Je krijgt verscheidene "tools" aangereikt om tijdens dit jaar te integreren, zodat je blijvend en duurzaam kan veranderen !

## Een combinatie van groeps- en individuele sessies

De combinatie van zowel in groep als individueel te werken heeft verschillende voordelen. Tijdens de groepssessies, worden nieuwe denkkaders en tools aangereikt die nodig zijn om uit de klachten te groeien. Ook haal je je voordeel uit het traumawerk van anderen, omdat we gelijkaardige conflicten hebben in de sfeer van voelen, eigenwaarde en bewust worden van je behoeften.

In de groep zijn er max. 6 deelnemers, waardoor iedereen die dag individueel aan bod kan komen.

Verder kan je met mij in individuele sessies dieper verder werken aan je eigen conflicten die tijdens de groepsessies naar boven zijn gekomen of issues waar je liever individueel op wil focussen.

## Praktisch:

Locatie: Beerse (bij Turnhout) Kattespoelstraat 1

Uren : Van 10u - 17u met een uurtje middagpauze  
(er wordt gezorgd voor een lichte lunch)

Kostprijs: € 2777 (btw vrijgesteld) voor het totale jaartraject  
(10 groepsdagen + 10 individuele sessies + tussentijds  
mailcontact waarbij ik je op de rails houd)

Data: In september 2024 gaat er 1 nieuwe groep van start  
op donderdagen

19/9 - 17/10 - 14/11 - 12/12                      2024

9/1 - 6/2 - 6/3 - 3/4 - 1/5 - 29/5                2025

De individuele sessies kan je met mij plannen tijdens  
het jaartraject en kunnen zowel live als online doorgaan.

Ben je geïnteresseerd of wens je nog meer info, mail mij dan even:  
[karin@ziektealssignaal.be](mailto:karin@ziektealssignaal.be)