

Programma 2020

Natuurlijk leiderschap L.E.S.S. *Love - Earth - Soul - Spirit* -transformatie

L.E.S.S. is speciaal voor CEO's, managers, coaches, psychologen, maatschappelijk werkers, adviseurs en professionals op het gebied van organisatieontwikkeling, gespecialiseerd in HR, gezondheidszorg en onderwijs.

Alle 7 dagen worden in de ochtend de theorielessen, gevolgd door praktijkervaringen in de middag, individueel of in kleine groepen. In de L.E.S.S. actie wordt je cognitief, emotioneel, spiritueel en fysiek in zeven dagen uitgedaagd.

Wij werken onder ander met de zeven universele wetten:

- De wet van mentalisme (mentale waarneming)
- De wet van overeenstemming (zo boven zo onder, zo goed zo slecht, aan dualisme. De geleerde regels van goed en fout)
- De wet van de trilling (al vibreert en is voortdurend in beweging, alles is energie)
- De wet van ritme, vergankelijkheid en terugkeer
- De wet van oorzaak en gevolg, actie en reactie, wisselwerking karmische wetten
- De wet van de dynamische balans. Het gaat hier over een samenwerkend bewegingsprincipe in de natuur. Leven creëert en beweegt in samenhang en overeenstemming
- De wet van geslacht dat alles en iedereen een mannelijke en vrouwelijke kant heeft. Hun kracht en zwakte in harmonie en disbalans. Logica vs liefde

Stap 1: De ontdekking

Een ware ontdekking van het Zelf in oorsprong en kracht, onze ware natuur een eigen waarde. De Ik en zijn hoofdzakelijk bedachte programma's. Ontdek natuurlijk eenvoudig hartwerk.

<i>Dag 1)</i>	<i>De wet van natuurlijke eenheid, overeenstemming en trilling</i>
10.00 - 12.00	Kennis, inzicht, analyse, bewegwijzering
12.00 - 12.30	Koffie/Thee Water/ Smoothie
12.30 - 14.00	Bespreking casuïstiek, regisseren en acteren
14.00 - 16.30	Warme lunch en siësta
16.30 - 19.00	Meditatie, ademhaling/body
19.30 - 21.00	Organisch biologische voeding en avondrust

Stap 2: Verwondering: de tweede stap in transformatie is verwondering van je bewustzijn naar natuurlijke eenvoud. Dit gaat vanzelf op deze dag. In en door de kracht van de natuur ben je in verbinding met de aarde en voel je direct je persoonlijke aanwezigheid en je -natuurlijke- waarde.

<i>Dag 2)</i>	<i>De wet van non-dualisme, polariteit en afwijzing</i>
10.00 - 12.00	Lichaam, geest en innerlijk weten, welke connectie, waar voelbaar, welke acties waar voelbaar. De kracht en de intelligentie van het lichaam. Verwonder, waar, wat en hoe
12.00 - 12.30	Koffie/Thee/ Water / Smoothie
12.30 - 14.00	Mind/body/heart work
14.00 - 16.30	Warme lunch en siësta (individuele deprogram mogelijk)
16.30 - 19.00	Meditatie, ademhaling/bodyscan/lichamelijke gewaarwordingen
19.30 - 21.00	Organisch biologische voeding en avondrust

Stap 3: Creatie. Je geest weer activeren en mee laten meevoeren. Steeds overnieuw beginnen in het creatieve proces van denken en doen is ruimte geven en nemen in het ritme van het moment. Weer openstaan en toelaten van creatie.

Dag 3)	<i>De wet van ritme, vergankelijkheid en terugkeer</i>
10.00 - 12.00	De kracht van frequentie healing. Geluiden, trillingen en voelbare resonanties zetten je gedachten stil en laten ervaren hoe energie stroomt. Verkenning van de onder- en bovenwereld door sjamanistische begeleiding en hun oergeluiden (eerste groep)
12.00 - 12.30	Koffie/Thee/Water/ Smoothie
12.30 - 14.00	Verkenning van de onder- en bovenwereld door sjamanistische begeleiding en hun oergeluiden (tweede groep)
14.00 - 16.30	Warme lunch en siësta
16.30 - 19.00	Meditatie, Sjamanistische frequentie healing
19.30 - 21.00	Organisch biologische voeding en avondrust

Stap 4: Verbinden en Regisseren: de kracht van gedachten en hun creatie. Actie en reactie. Je eigen regisseur ontdekken in de kracht van co-creatie.

Dag 4)	<i>De wet van oorzaak en gevolg, actie en reactie, wisselwerking karmische wetten</i>
10.00 - 12.00	De kracht van het Nu, de kennis en kracht van gedachten en het innerlijk weten
12.00 - 12.30	Koffie/Thee/Water/Smoothie
12.30 - 14.00	Gedachtenspel. de kracht van gedachten en angst-strategieën
14.00 - 16.30	Warme lunch en siësta
16.30 - 19.00	Meditatie integratie Zijn
19.30 - 21.00	Organisch biologische voeding en avondrust

Stap 5: Acteren uiten en omzetten van de mentale en karmische processen. Transformatie oud naar nieuw.

Dag 5)	<i>De wet van de dynamische balans. Het gaat hier over een samenwerkend bewegingsprincipe in de natuur. Leven creëert en beweegt in samenhang en overeenstemming</i>
10.00 - 12.00	Evenwichtige gedachten en lichamelijke gewaarwordingen. Non-verbale communicatie en hun natuurlijke bewegingen
12.00 - 12.30	Koffie/Thee/ Water/Smoothie
12.30 - 14.00	Regisseren en acteren:bewustzijnsvergroting casuïstiek, rollenspel, uitvoering Hartwerk in en met elkaar
14.00 - 16.30	Warme lunch en siësta
16.30 - 19.00	Meditatie, ademhaling/bodyscan/lichamelijke gewaarwordingen/ geluiden/gedachten/Zijn. Meditatie en transformatie
19.30 - 21.00	Organisch biologische voeding en avondrust

Stap 6: Regiseren actieplan voor de toekomst.

Dag 6)	<i>De wet van geslacht dat alles en iedereen een mannelijke en vrouwelijke kant heeft. Hun kracht en zwakte in harmonie en disbalans. Logica vs liefde</i>
10.00 - 12.00	Heelheid in dualisme. Geen man, geen vrouw, van alles wat in zich.
12.00 - 12.30	Koffie/Thee/ Smoothie
12.30 - 14.00	Ontdek, verwonder, creëer, regisseur en acteer in natuurlijke vorm
14.00 - 16.30	Warme lunch en siësta (individuele deprogram mogelijk)
16.30 - 19.00	Meditatie en Transformatie bespreking
19.30 - 21.00	Organisch biologische voeding en avondrust

Stap 7: integeren Integratie en samenvatting vorige lesdagen.

Dag 7)	<i>De wet van de aantrekking</i>
10.00 - 12.00	Het magnetische veld van aantrekking, harmonie en balans.
12.00 - 12.30	Koffie/Thee/Water/Smoothie
12.30 - 14.00	Verbind, creëer en integreer transformatie
14.00 - 15.00	Warme lunch
15.00 - 16.00	Certificering en afsluiting L.E.S.S

De L.E.S.S.-actie bestaat uit 3 delen: een voortraject, de L.E.S.S. zelf en een natraject.
Vortraject

Ter voorbereiding van de L.E.S.S.- ontvang je - een week voor aanvang van de training - een probleem-analyse formulier toegestuurd. Hier omschrijf je welke doelen of conflicten eraan gewerkt wordt, zowel op persoonlijk als op professioneel vlak. Dit is een vast onderdeel van de L.E.S.S.-actie.

Na afloop van de 7-daagse L.E.S.S. volgt er een natraject. In dit natraject gaan de deelnemers de probleem-analyse verder uitwerken en integreren, aan de hand van de opgedane kennis en ervaringen in de LESS-actie en de theorie van het LESS-handboek.

Eén keer per maand is er contact met de transformatiecoach. Na afloop van de training ontvang je het L.E.S.S. Handboek met uw persoonlijke transformatieplan voor de toekomst.

Aan het einde van deze actie L.E.S.S. heb je:

- je intuïtie, empathie, en zelfbewustzijn verbeterd
- helderheid, compassie, bewustzijn en moed verworven
- je natuurlijke leiderschap vergroot en ben je in staat community's te bouwen
- je spirituele wijsheid vergroot en geleerd hoe je talenten in te zetten
- een nieuwe, evenwichtige en tolerante manier van denken verworven
- je vaardigheden ontwikkeld
- je angsten, stress en depressie afgelegd
- je fysieke, mentale en spirituele gezondheid verbeterd

Dit programma is ontwikkeld door @ZieMens. 2020. Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming gebruikt worden voor derden of vermenigvuldigd worden.