



Ho'oponopono, de kunst van het loslaten

HO'OPONOPONO is een oud Hawaïiaans vergevingsritueel waarin dankbaarheid en integriteit hun plek opeisen.

De oude Hawaïianen gingen ervan uit dat ziekte ontstaat door stress die woede, schuld en verdriet oplevert. De methode van Ho'oponopono zou die geconditioneerde problemen oplossen, zelfhelend werken, familierelaties herstellen en ook ziektes genezen.

Het heeft door de eeuwen een ogenschijnlijke verandering doorstaan maar als je naar de kern gaat, wordt duidelijk dat de essentie gebleven is en dat het precies die essentie is die ertoe doet.

De basisgedachte is, dat je in dit leven geschonken wordt wat je het geeft en dat je daar zelf de verantwoordelijkheid voor draagt.

Ik heb het ritueel Ho'oponopono in een bijzonder jasje gestoken. Daardoor ontstaat, in tegenstelling dan bij andere toepassingen, beeldend werk waar je naar kunt blijven kijken, en wat dus weer op je kan inwerken.

Wat betekent dit voor jou als deelnemer aan deze workshop?

Doel

- De wortel van het probleem definitief te verwijderen, de primaire oorsprong uit te wissen van de negatieve herinnering die verantwoordelijk is voor jouw lastige situaties.
- Jouw stoorzender doen kantelen van frustratie naar mildheid en vergeving.
- Een diepgaande transformatie teweeg brengen.
- Vorm laten ontstaan die je als een nieuwe vriend tijdens het proces leert kennen en die verbinding met je maakt. Die verbinding is blijvend omdat je je eigen kunstwerk scheidt. Je laat iets ontstaan waar je naar kunt blijven kijken en wat dus steeds opnieuw op je kan inwerken.

Wat kan je verwachten?

- Toelichting Ho'oponopono.
- 8 uren intense individuele begeleiding.
- De eerste 4 uren, verdeeld over een aantal weken, (online behoort tot de mogelijkheden) op een creatieve manier en al schrijvende naar de wortel van jouw stoorzender gaan, finetunen en in beeld brengen.
- De laatste dag ga je aan de slag met kleur, met de Ho'oponopono oefening en het uitwissen van het geconditioneerde probleem. Je krijgt daarbij 3 uren individuele begeleiding.
- Reflectie en bestaansrecht geven.
- (Je bent uiteraard altijd vrij om extra coaching sessies aan te vragen.)

Voor wie?

- Individueel wanneer jij een diepgeworteld probleem wil verwerken.
- Bij twijfel of vragen: een vrijblijvend kennismakingsgesprek behoort tot de mogelijkheden. Dit kan online of telefonisch, uiteraard ook live. Dan kunnen we samen kijken of dit programma wat dit programma voor jou kan betekenen.
- De workshop leent zich voor eindeloze mogelijkheden; teambuilding, groepsverbinding, verlovingsbegeleiding, verliesverwerking, etc.
- Bij vragen: voel u vrij vrijblijvend contact op te nemen zodat mogelijkheden en voorwaarden kunnen worden besproken.

Waar? @The Villa, Massenhoven

- Individueel
- Indien in groep wordt de locatie in overleg afgesproken.

Prijskaartje?

- €595 alles inbegrepen, ook lunch en versnaperingen bij de laatste dag.
- Je betaalt de cursus in twee stukken: € 300 bij inschrijving, het restant na de 4 eerste sessies.
- Annulatievoorwaarden:
- Kosteloos annuleren tot 14 dagen voor aanvang.
- Na 14 dagen voor aanvang: je krijgt 50% terug.
- Tot 48 uren voor aanvang: je krijgt 25% terug.

HO'OPONOPONO kan ook gevolgd worden als onderdeel van het ANKHER RESET ART initiatief.

Dit is een langlopend traject met vier pijlers: ANKHER-KANTELKUNST, HO'OPONOPONO, EL ARTE DE LA LOBA, en MINDFUL CREAFFREE.

Wanneer u hiervoor (RESET ART – ANKHER-KANTELKUNST) kiest, wordt dezelfde opbouw gehandhaafd maar krijgt u vier extra dag-workshops aan het einde van jouw traject.

De eerste drie workshopdagen zijn in groep met alle deelnemers en hebben als doel elkaar en elkaars werk te leren kennen én jou voor te bereiden op de grote stap 'naar buiten'.

Bij de allerlaatste dag krijgt u de kans om uw werk te EXPOSEREN én om deel te nemen aan het vervolmaken van een uitzonderlijk groepsgebeuren waardoor u en uw werk niet enkel deel is van het geheel maar dat door uw werk het geheel meer wordt dan som van haar delen.

Wanneer u hiervoor interesse heeft, mag u mij altijd vrijblijvend contacteren of kijk bij ANKHER-RESET-ART.