

## Training HeartConnection 3

### Een reis door je onderbewuste

Tijdens de HeartConnection trainingen ontvang je oeroude wijsheid en kennis over je lichaam, mind en ziel. Je krijgt uitleg over de werking van je gedachten, de mind, en hoe die direct gevolgen heeft voor jouw gezondheid en geluk. Je herkent situaties uit je eigen leven en dat van je dierbaren. Vanuit deze nieuwe levensfilosofie creëer je zelf een nieuw bewustzijn. De inzichten die je opdoet, verbinden je met verstopte pijn, bekende emoties en dagelijkse overtuigingen. Nu kun je hiermee versmelten en ze loslaten.

### Ontmoeting met jezelf

HeartConnection 3 is een verdieping en een vervolg op HeartConnection 1 en HeartConnection 2. Vanaf de start is het een ontmoeting met jezelf en elkaar. Elke dag begin je met de acteurs in jouw leven, maak je een reis door je onderbewuste en doe je de HeartConnection-oefening Verbinden-Versmelten-Loslaten. HeartConnection 3 betekent een groei in bewustzijn en inzicht. Laat maar weer veel kwartjes vallen.

### DNA – erfenis van je ouders en voorouders

Ontdek dat je (veel) hebt geërfd van je familie en dat je dagelijks deze erfenis(sen) leeft. Je eigen leven is hier het resultaat van. Het is daardoor geen probleem als je niet veel weet van je familie. Je onderbewuste weet alles. Zodra je achter bepaalde patronen komt die zijn opgeslagen in je onderbewuste, kun je die deprogrammeren. Dit werkt enorm transformerend. Het leven wordt echt 'lichter' en interessanter. Je groeit tot een nieuw bewustzijn, je krijgt een nieuwe kijk op jouw leven, verhelderend en interessant.

### Programma

Dag 1 Galblaas en darmen

Dag 2 Hart

Dag 3 Eigenwaarde

Dag 4 Ogen

#### **Dag 1: Galblaas en darmen**

De darmen staan in verbinding met alle processen, ervaringen, gebeurtenissen, mensen in je leven. Het is een heel krachtige ervaring om je hiervan bewust te worden, in combinatie met de kennis van HeartConnection 1 en 2. Je krijgt presentaties over de biologische wetmatigheid van de gal en de darmen. Daarnaast doe je onder andere een galblaasoefening om de galblaas de ontladen en alles wat op de gal ligt eruit te gooien en een darm-oefening.

### **Dag 2: Hart**

Het biologische proces van het hart is zeer complex en zit magnifiek in elkaar. Je wordt enorm verrast door de prachtige functie van het hart! Naast een uitgebreide presentatie over de biologische wetmatigheid van het hart doen we een krachtige hartmeditatie en hartoefening.

### **Dag 3: Eigenwaarde**

Het thema eigenwaarde is groots. Je komt er achter dat we in een maatschappij leven die wordt gedreven vanuit eigenwaarde. In combinatie met een eigenwaarde-inslag blijven klachten en ziektes bestaan. De hele dag werken we intensief met je overtuigingen die je hebben geholpen om te overleven. En waarmee je nu mag verbinden-versmelten-loslaten. Je krijgt een presentatie over de biologische wetmatigheid van eigenwaarde en we doen een meditatie, oefeningen en werken aan bewustwording rondom eigenwaarde.

### **Dag 4: Ogen**

Hoe kijk jij naar de wereld? Via je hersenen! Deze dag staan zowel de ogen als de hersenen centraal. Je gaat begrijpen waarom je op een bepaalde manier denkt, reageert en handelt. Hoe nemen je hersenen waar? Welke hersendelen registreren? Hoe verwerk je informatie in de hersenen en hoe kom je tot actie? We doen een ogen meditatie & oefening. Deze dag leer je in vrijheid je ogen te openen. Om te leven in jouw werkelijkheid en de creatie van jouw zicht!

## **Gun jezelf deze nieuwe levensfilosofie!**

### **Vervolg**

Vanuit deze opgedane nieuwe levensfilosofie gaat de training verder in HeartConnection 4.

### **Praktische informatie**

- Tijd: 10.00 – 17.00 uur, welkom vanaf 09.30 uur
- Lunch: 13.00 – 14.00 uur, neem zelf boterham/salade mee
- Thee/koffie/lekkers: op de meeste locaties gratis of zelf te kopen bij de bar
- Locatie: [www.heartconnectionnederland.nl/trainingen/locaties](http://www.heartconnectionnederland.nl/trainingen/locaties)
- Annuleringsregeling: zie Algemene Voorwaarden op de website

**Voorwaarde voor het volgen van de Training HeartConnection 3 is dat je HeartConnection 1 en 2 hebt gevolgd.**