



Linko Management Consultancy TB is opgericht door Tom de Winter.

Tom studeerde authentieke haptonomie, cranio-sacrale therapie en sociale wetenschappen en heeft een praktijk in Amsterdam en in Oosterbeek. Hij heeft ruim 30 jaar ervaring in het geven van trainingen en workshops aan bedrijven en particulieren in het binnen- en buitenland.

Tom begeleidt de deelnemers in hun mentale, emotionele en spirituele ontwikkeling middels lichaamswerk en wil hen helpen te ontdekken wie zij werkelijk zijn.

2-daagse workshop

De kunst van zelfrealisatie

We zijn op aarde in een stoffelijk lichaam, een ziel die zich in een menselijk lichaam manifesteert. Via ons lichaam ervaren wij spiritualiteit in de volle menselijke betekenis. Het menselijk lichaam is een kosmische antenne. Hoe meer we via ons lichaam opvangen, hoe meer we bewust zijn. Deze 2-daagse workshop is bedoeld om de gevoeligheid voor signalen van ons lichaam te verbeteren door middel van meditatie, ademhalingsoefeningen, innerlijke stilte en het gebruik van onze 'hemelse poorten'.

Fysiek bewustzijn • Tijdens meditatie zijn we lichamelijk bij bewustzijn, hetgeen ook betekent dat we ons bewust van ons lichaam zijn.

Ademhaling • Bewuste ademhaling helpt ons om onze gedachten stil te zetten. Hoe subtieler uw ademhaling, des te meer bent u met uw hart verbonden.

Innerlijke stilte • Hoewel het een rustgevende toestand is, is meditatie niet zoals slaap of knock out. In plaats van door verminderd bewustzijn bereiken we innerlijke stilte door bewust aanwezig zijn en concentratie. Attentie, intentie, lichamelijke, emoties en geest vloeien samen om in een neutrale, vredige en kosmische staat van waarnemen te geraken.

Hemelse poorten • We maken gebruik van onze 'hemelse poorten', zoals een oude Boeddhistische methode ons leert. De hemelse poorten belichamen de ingangen van de zon en de maan. We zullen bewust beslissen welke energieën we laten binnenstromen.

Effect bestendigen • Als we het effect van meditatie blijven voelen, zal dat ons helpen een menselijk spiritueel wezen te zijn in ons dagelijks leven. Door meditatie krijgen we meer grip op ons leven, kunnen we onze energie gericht gebruiken en worden we niet meer afgeleid van het werkelijke doel in ons leven.

Natuurlijk kan dit alles niet binnen een workshop van twee dagen bereikt worden. Maar we zullen samen een begin maken. Tom de Winter zal u met een aantal praktische tips helpen de meditatie te integreren in uw dagelijks leven.

Praktisch

Prijs voor de workshop in Nederland: **€ 75,- p.p. per dag, exclusief reis en verblijf.** U bent van harte welkom deel te nemen aan workshops in het buitenland. De voertaal is dan Engels. Neem voor meer informatie contact op met Yvonne van Achthoven (024) 6455696.

Vraag ook naar de folder van deze Linko trainingen:

- Flower of Life workshop
- De kunst van zelfrealisatie
- De kunst van zelfheling
- De alchemist in onszelf
- Uitwisselen van genialiteit
- Snel en efficiënt leren
- Dienaren van het Goddelijk Plan
- Indigo kinderen
- Vrouwenworkshop
- Mannenworkshop