

COCON



perspectief

*De toekomst  
komt uit jou*

praktijk de Cocon

# ‘ De toekomst komt uit jou ’

## Cocon Perspectief iets voor jou?

Een negendaags persoonlijk leertraject als je op zoek bent naar:

- Bezieling en perspectief in je leven, privé of werk
- Antwoorden vinden op je levensvragen
- Kennis en begrip van jezelf in wat je wilt en tegenhoudt
- Balans vinden in geven en ontvangen
- Jouw talent en eigenheid kennen en vormgeven

## Inhoud

De focus van het leertraject is gericht op de levensvragen van de individuele deelnemers, het aanvaarden van het eigen leven en op het vrijmaken van de levensenergie.

Met behulp van kennisoverdracht, oefeningen en verwerkingsopdrachten zullen wij stap voor stap de lagen van de persoonlijkheid verkennen om dichterbij de essentie, de ware aard van onszelf te komen. Onze persoonlijkheid staat bol met belemmerende patronen die zichzelf slechts kunnen herhalen. Het is belangrijk deze patronen te herkennen om ze los te kunnen laten.

Onze essentie of ware aard is creatief, spontaan, verlangend en draagt de kiem van inspiratie en vernieuwing in zich. Het is de creatieve kern van onszelf waar wij het van moeten hebben. In onze ziel zijn wij een schatkamer, een potentieel dat de richting van onze bestemming in zich draagt.

In het leertraject zullen wij de zeven aspecten van zingeving volgen waarbij telkens een van de kwaliteiten centraal zal staan:

- Aanvaarden
- Verlangen
- Hoop
- Vertrouwen / Geloof
- Overgave
- Liefde
- Wil

## Aanbod

Wij begeleiden deelnemers door kennisoverdracht, belevings- en toepassingsopdrachten op hun leerweg, om dichterbij de ware aard van zichzelf te komen en een nieuw perspectief te laten ontstaan.

## Werkvormen

We maken in afwisseling gebruik van leergesprek, lichaamswerk, adem en beweging, meditaties, visualisaties en creativiteit in de vorm van beeldwerk, zang en dans.

## Wat ga je leren?

- Je zult kennis en inzicht verwerven in de voor- en tegenkrachten die in je werkzaam zijn uit je persoonlijkheid of essentie
- Je zult leren om een meer creatieve levenshouding eigen te maken en ruimte aan jezelf te geven
- Je maakt contact en verbinding met je eigen behoeften en verlangens en leert om dit bewust en werkzaam in te zetten
- Je krijgt bewustzijn van jouw gevende kwaliteiten en komt tot een benoeming van je gave of talent en gaat hiermee aan het werk
- Je krijgt oefeningen aangereikt waardoor het contact met jezelf zal worden versterkt
- Gaande het leertraject zul je een verdiept antwoord vinden op je levensvraag.

*Wees een schepsel, word een schepper.  
Wacht nooit bij een grens.  
Waarom, in deze keuken volgestouwd  
met vers voedsel, tevreden zijn met  
een kopje lauw water?*

Rumi

‘ We heten **jou** en  
je **toekomst** van harte  
**welkom!** ’

**Plaats**

Landstede  
Assendorperdijk 31  
8012 EG Zwolle

**Aantal deelnemers**

7 - 9 personen

**Opgave en inschrijving**

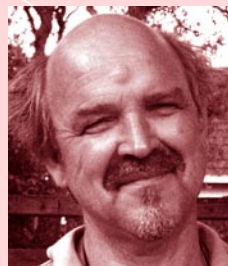
Anna de Wit- Wolters: [decocon@planet.nl](mailto:decocon@planet.nl)  
Na opgave wordt het inschrijvingsformulier  
toegestuurd.  
Bij vragen of meer informatie:  
[www.decocon.info](http://www.decocon.info) of telefonisch: 0572 364 136

**Anna de Wit-Wolters** en **Jan de Wit** zijn opgeleid in de Pulsarvisie en zijn verbonden aan het Pulsar Beroepsplatform. Zij hebben ruime ervaring bij het begeleiden van mensen in veranderingsprocessen en vormen samen een unieke en betrokken combinatie.



Anna de Wit-Wolters  
Coach

*‘Wanneer je komt tot  
zelfaanvaarding ligt  
onbevangen leven in je  
handen.’*



Jan de Wit  
Coach

*‘Het kennen van jezelf en  
het vinden van je weg is  
een blijvende uitdaging.’*

COCON  
\*  
perspectief

**Praktijk de Cocon**

Goudenregen 34, 8141 XA Heino t: 0572 364136 e: [decocon@planet.nl](mailto:decocon@planet.nl) i: [www.decocon.info](http://www.decocon.info)