

# Essentie Gesprek

## op 24 of 25 april

**Onderwerp: Omgaan met je emoties. Luisteren naar je gevoel.**

Mag ik je uitnodigen om deel te nemen aan het Essentie-Gesprek over emoties en gevoel?

**Wanneer:** in week 17 zijn er voor het eerste Essentie-Gesprek drie opties:

woensdag 24 april 13:30 – 17 uur

donderdag 25 april 13:30 – 17 uur of 19 – 22:30 uur

Als je je erbij wilt zijn, hoor ik graag wanneer je wel en niet kunt.

Op basis van de reacties hoop ik één of twee groepjes te maken van 4 tot 6 mensen.

**Waar:** Op 5 minuten lopen van Station Overvecht in Utrecht. Als je je opgeeft en er is nog plek, krijg je in de uitnodiging een overzichtskaartje en het adres opgestuurd.

**In het kort:** Het Essentie-Gesprek is een verdiepend en avontuurlijk groepsgesprek met een klein groepje, geleid door authenticiteitscoach Stef. Iedereen krijgt de kans om zijn eigen weten en eigen wijsheid te ontvouwen, te ontdekken en te delen. Zo kun je elkaar inspireren en geïnspireerd worden. Lees er meer over op [www.globalsoul.nl/essentiegesprekken.htm](http://www.globalsoul.nl/essentiegesprekken.htm)



**Achtergrond:** Zo'n bijeenkomst is mogelijk heel iets anders dan wat je gewend bent. Want we leren van jongs af aan dat anderen het beter weten. Zoals Cat Stevens het zo mooi uitdrukte: "From the moment I could talk, I was ordered to listen". Terwijl het volgens mij juist essentieel is om uitgenodigd te worden om je eigen waarheden te ontdekken, je eigen kijk op dingen uit te spreken en je zélf te ontplooien. De Essentie-Gesprekken hebben als doel om je daar spelenderwijs bij te helpen. Het is eigenlijk de microfoon naar je hart brengen.

**Het vervolg:** Als je het fijn vindt om op deze manier jezelf te inspireren, kun je vaker komen. Het wakker maken en activeren van je eigen wijsheid is niet in één keer klaar. Het is dan ook mijn bedoeling om elke twee of drie weken een Essentie-Gesprek te organiseren, elk met een eigen onderwerp. Je kunt ook een abonnement nemen van 5 Essentie-Gesprekken, waarbij je meedoet als je kunt en het onderwerp van die week je aanspreekt. Je kunt bij je aanmelding ook zelf onderwerpen of thematische gebieden aandragen waar je geïnteresseerd in bent.

**Investering:** Het eerste Essentie-Gesprek heeft een try-outprijs van €20 (in plaats van €30). Voor een abonnement van 5 Essentie-Gesprekken betaal je €135.

**Aanmelding:** Je kunt je aanmelden via [steffromcreek@gmail.com](mailto:steffromcreek@gmail.com) of via tel: 06-30117320. En wanneer je nog wat meer informatie wilt, neem dan even contact met me op.

Ben je wel geïnteresseerd, maar kun je er deze keer niet bij zijn, laat het me weten. Dan houd ik je voortaan persoonlijk op de hoogte.

En stuur deze uitnodiging gerust door, als je denkt dat dit helemaal past bij iemand die je kent. Leeftijdsgrenzen zijn er niet.

Wie weet tot gauw!