

Zielevonk Een *zielevonk* is voelbaar als we in contact staan met wie we werkelijk zijn. Als we vanuit die bron in verbinding durven staan met de wereld om ons heen, kunnen we het leven in zijn volledigheid ervaren. Alle activiteiten van Zielevonk zijn gericht op het realiseren van de essentie en levenskracht van de mensen die op ons pad mogen komen. Realiseren in de betekenis van bewustwording en de vertaling naar het concrete leven om ons heen. *Dus het hoofd in de wolken, maar de voeten op de grond.*

Deze 'zijswijze' heeft ons geïnspireerd tot de volgende activiteiten: de *Inspiratiereizen*, de *Inspiratievonken*, de *Inspiratiesessies* en de *Inspiratieverhalen*.



Ieder mens draagt iets kostbaars in zich. Dat te vinden is zijn weg.

-- Martin Buber--

Inspiratiereizen Herken je het gevoel dat je leven in meer of mindere mate op orde is, maar je toch niet volledig kan genieten van wat er hier en nu is? Dat je een verlangen voelt naar een zorgelozer, bewustere manier van leven, maar niet goed weet hoe daar nu mee te beginnen. Dan is dit waarschijnlijk het goede moment om met ons op Reis te gaan. We zullen samen met jou ervaren hoe het voelt om daadwerkelijk in het hier en nu te zijn en te genieten. We stoppen de zoektocht buiten onszelf en gaan de Reis naar binnen maken.



Tijdens deze Reis lichten wij in vijf dagdelen het *anker*, maken *schoon schip*, komen in *rustig vaarwater* terecht, genieten een *pleziervaart* en bepalen onze *nieuwe koers*. De Reis is beschikbaar voor individuen, maar ook voor bedrijven, instellingen, vriendengroepen en families lenen de Reizen zich uitstekend.



Inspiratievonken Wij organiseren gedurende het jaar meerdere Inspiratievonken. De vonken zijn eendaagse workshops die in het teken staan van een specifiek thema. Ze lenen zich bij uitstek om bewust stil te staan bij betekenisvolle onderwerpen. Een greep uit onze thema's: *Aandacht, Liefde & Relaties, Vertrouwen en Op Verhaal Komen*. Uit de vonken neem je inzichten, handvatten en ervaringen mee die daarna direct toepasbaar zijn in je eigen leven. Op onze herkenbare en persoonlijke wijze worden de verschillende onderwerpen in groepsverband uitgediept. Wij begeleiden de workshops aan de hand van verrassende oefeningen, werk- en meditatievormen en inspiratiebronnen. De Inspiratievonken kunnen als losse vonken worden bijgewoond, maar ook kan worden ingetekend voor drie zelf te kiezen vonken, de zogenaamde *Vonkenregen*. Voor bedrijven, instellingen, vriendengroepen en families, geldt dat de Inspiratievonken zich ook uitstekend lenen voor een sessie op maat.

Inspiratiesessies Soms kan het helpend zijn om een thema of een vraagstuk dat je bezighoudt in individuele gesprekken te verhelderen of uit te diepen. Wij bieden de mogelijkheid om dit in een counselingtraject te ervaren. We helpen je met het ophelderden van (onbewuste) patronen. Vaak zal dit betekenen dat je op een dieper niveau contact leert maken met jezelf, het leven om je heen, en het hier en nu. Je eigen-wijsheid zal meer en meer aan het licht komen.

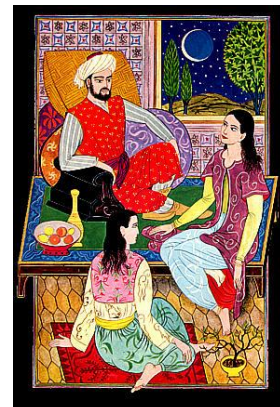


Verschillende methodieken en werkvormen staan tot onze beschikking. Visualisaties, metaforen, creativiteit, ademhalingsoefeningen en meditaties kunnen helpend zijn in het proces. Maar vooral werken wij met dat wat zich in het moment van het gesprek aandient. Door samen bewust stil te staan bij het hier en nu krijgen we inzicht in dat wat zich rond je thema afspeelt. We krijgen helderheid over je lichamelijke gewaarwordingen, je emotiepatronen, je gevoelens, je manier van denken en dat wat misschien een diepere betekenis in jouw leven wil zijn. Vanuit dit besef zal er meer ruimte in jezelf gaan komen om het oude los te laten en naar het nieuwe te leven.

Inspiratieverhalen Verhalen zijn van alle tijden en verbinden de mensheid met haar wortels. Wij bieden je de mogelijkheid om je eigen unieke levensverhaal op te laten tekenen. Via onze intuïtieve werkwijze ontstaat als vanzelf een treffende metafoor, of een sprookje.

Het verhaal zal door ons worden geschreven, maar jij zult je eigen levensgeschiedenis erin herkennen. Een verhaal met jouw eigen thema's, hoogte- en dieptepunten. Een verhaal ook met universele kenmerken. Door je verhaal op te laten schrijven krijg je (in)zicht in jouw unieke levensweg, de rode draad in je leven, en je rol in het grotere geheel.

De verhalen lenen zich voor ieder die op een moment van zijn of haar leven is uitgekomen dat de levenservaringen in perspectief geplaatst willen worden. Dit kan zijn op een speciaal moment, zoals een verjaardag, een huwelijk, of een zoveel jarig dienstverband, of zomaar, omdat het moment daar is.



We zien de dingen niet zoals ze zijn. We zien de dingen zoals wij zijn.

-- Anais Nin--

Verbinding Wij delen graag onze ideeën en horen graag nieuwe ideeën aan. Wilt u met ons van gedachten wisselen of heeft u specifieke vragen dan zijn wij via de volgende wegen bereikbaar:

Zielevonk MV
Hoornsingel 35
3042 NL Rotterdam
www.zielevonk.nl

Telefoonnummers:

Praktijk: 010 4379755
Ruud van Rijsingen: 06 14627880 ruud@zielevonk.nl
Sabina Oulham: 06 14036129 sabina@zielevonk.nl