

BewustWakker



De vlinder staat symbool voor transformatie. De Echinacea bloem versterkt je immuunsysteem.

Training in integrale communicatie

BewustWakker - training in integere communicatie

Waarom deze training?

Het lijkt erop dat in de wereld waarin we leven, het niet meer gaat om liefde en vertrouwen, maar om angst en controle; macht en geld. Meer en meer mensen worden zich hiervan bewust en raken hierdoor gefrustreerd. Dit laatste zorgt ervoor dat mensen laag in hun energie komen waardoor ze juist precies dát in de wereld en in hun leven laten gebeuren wat ze niet willen.

Wat nemen we waar, en wat is ons beeld daarvan?

Wat we waarnemen, is dat heel veel mensen moeite hebben om van zichzelf te houden. Als je niet van jezelf houdt, kan je ook niet van een ander houden. Wat heeft dat voor effect op de wereld om je heen? Hoe zie jij die wereld dan?

Houden van jezelf

We zijn zo geconditioneerd dat we denken dat van jezelf houden egoïstisch, of op zijn minst egocentrisch is. Dat jezelf op de eerste plaats stellen "dus" not done is. Maar wat is dat nou eigenlijk, van jezelf houden? Volgens ons is dat - heel eenvoudig - dat je jezelf accepteert zoals je bent. Dat je oordeelloos over jezelf bent.

(We weten het: niemand is totaal oordeelloos. We weten ook dat dat een keuze is.)

Wat betekent dat voor wat je in de buitenwereld ziet? "Zo binnen, zo buiten."

Wij gaan ervan uit dat we allemaal precies goed zijn zoals we zijn en ook precies die plek innemen zoals de bedoeling is. Onze plek is nodig om te leren en te ontwikkelen en ervaringen op te doen.

Door middel van deze training willen wij jou inspireren, uitdagen en in je kracht zetten opdat je daar iets mee kunt doen. En elkáár, want we zullen het samen moeten doen. We beginnen de training met een gezamenlijk vertrekpunt: wat speelt er in de wereld, wat zijn de achterliggende oorzaken, hoe beïnvloedt dit jouw leven, en wat is jouw rol daarin?

Samen

Wat bieden we in deze training aan?

In de training doorlopen we een aantal stappen naar het uiteindelijke doel: je liefdevol kunnen verhouden tot dat wat is, inclusief jezelf, zodat je volledig in je kracht komt te staan.

Stappen en thema's

Deze stappen doorlopen we door het behandelen van de volgende thema's:

- *De problemen:* wat speelt er in de wereld? (waar je al genoeg van af weet om gefrustreerd over te zijn)
- *De oplossingen:* voor elk probleem in de wereld zijn er sociale, financiële, technische en spirituele oplossingen
- *Zelfbewustzijn, zelfliefde:* jouw waarnemingen in de "buitenwereld" en jouw frustratie en onmacht daarover, zijn een weerspiegeling van de strijd die in jezelf woedt
- *Verhouden:* hoe je op een liefdevolle manier en zonder oordeel kunt kijken naar wat er in de wereld aan de hand is; hoe je hier mee om kunt gaan en de boosheid en angst die je voelt om te buigen naar een positieve emotie. Waardoor je hoog in je energie komt en blijft.
- *Integriteit:* de definitie van integriteit die wij hanteren, is: zeggen wat je doet en doen wat je zegt. Integriteit baseert op liefde voor je zelf

- *BewustWakker*: wat is dat precies? Wanneer ben je dat?
- *Oefenen*: in liefdevolle en integere communicatie
- *Community realiseren*: van bewust wakkere mensen.

Welke intentie hebben wij met de training?

Wij willen een community van bewust wakkere mensen creëren; die in staat zijn om zodanig van zichzelf te houden dat ze gezamenlijk op gaan staan voor een vrije, gezonde en harmonieuze wereld. En dit bewerkstelligen door middel van integere communicatie met zichzelf, de medemens en de buitenwereld. Op het moment dat er genoeg mensen bewust wakker zijn, kantelt het bewustzijn vanzelf en zien we een andere wereld, analoog aan de 'honderdste aap' theorie van Rupert Sheldrake.

Community

De honderdste aap

Slotpleidooi: de samenhang tussen Liefde voor jezelf - Integriteit - Samen - BewustWakker - Tijdsgewricht - De honderdste aap

We hebben al aangegeven wat onze intentie met de training is. Hier willen we nog even verduidelijken hoe we dat zien. Dit is geen gangbare training; dit is een training voor het grotere geheel. Een training om écht mensen bij elkaar te brengen en daarmee het eenheidsbewustzijn te materialiseren. We laten je graag meekijken naar hoe wij de samenhang zien.

Intentie: het grote geheel

Basis in alles is de liefde voor jezelf. Alleen dan ben je in staat om zonder "strategie" te communiceren: strategisch communiceren doe je om te verbergen wat en hoe je eigenlijk écht denkt en voelt, vanuit onveiligheid, angst. Integere communicatie is niet-strategische communicatie. Een volgende fase is eenheidsbewustzijn: we zijn met elkaar verbonden, één. Dat betekent dat we het samen te doen hebben, niet alleen. En dat er ook geen wij en zij is, dus hoe moeilijk ook: compassie met the bad guys is de sleutel. De eenheid: iedereen kan zijn eigen, unieke bijdrage leveren aan het floreren van die eenheid, zonder zich te moeten conformeren, zonder zijn unieke zelf geweld aan te doen. Een eenheid die bestaat uit een veelkleurig palet van individuen, die allemaal verschillende kwaliteiten inbrengen.

Liefde voor jezelf

Integere communicatie

Eenheid

Tijdsgewricht: De oude Maya's wisten al vele eeuwen geleden dat 21 december 2012 een keerpunt zou zijn in een grote kosmische cyclus van duizenden jaren. We hebben duizenden jaren geleefd in een maatschappelijke piramidestructuur, waarin we onze macht afstonden aan mannen aan de top. Wat is er na 2012 veranderd: we gaan van een gesloten piramidesysteem, naar een open cirkel. We gaan het nu zelf doen! Of zoals de oude Hopi's zeggen: we zijn zelf de verandering waarop we hebben gewacht.

Tijdsgewricht 2012

Dit zijn de ingrediënten voor BewustWakker-zijn. In staat zijn dit bewustzijn te delen, met zo veel mogelijk mensen, zorgt voor het honderdste-aap effect.

BewustWakker & De Honderdste Aap

En daar gaat het om.

De training wordt gegeven door Miranda Slob (1972) en Kees van de Water (1958), oprichters www.handjecontantje.org. 'Waarom wij deze training ontwikkeld hebben: We hebben in het afgelopen half jaar dat we met handjecontantje.org bezig zijn, ontdekt en ervaren dat er een grote noodzaak is aan integere communicatie. Voor ons is dat de randvoorwaarde is voor het BewustWakker-zijn. Wat is **integriteit**: onze definitie is "zeggen wat je doet en doen wat je zegt".



Wat is integere communicatie: het is een manier van communiceren die de ander uitnodigt te onderzoeken, in zichzelf en in de buitenwereld op zoek te gaan naar waarheid. Die communicatie stoelt op een aantal voorwaarden: de realisatie dat alles wat je tegen een ander zegt, je in wezen in de spiegel zegt; en dat jouw emotie alleen maar laat zien waar JIJ in geraakt wordt/bent; het zegt in principe niets over het onderwerp van je emotie.

Waarom leggen we zo de nadruk op het belang van integere communicatie: we realiseren ons dat er heel veel aan de hand is, en dat het de kunst is om zo te kijken dat je niet in allerlei negatieve emoties belandt. Dat heeft drie voordelen: je blijft een vrolijk mens, je blijft in je energie én je komt in actie. Op een manier waarmee je andere mensen inspireert hetzelfde te gaan doen.'

Miranda Slob (1972, apothekersassistente/medisch secretaresse). De geboorte van mijn kind heeft voor een omslag in mijn leven gezorgd. Ondanks dat hij meervoudig gehandicapt is en ondanks zijn beperkingen kan hij ontzettend genieten van hoe het is. Daarbij is hij helemaal in het hier en nu, zonder oordeel. Hij is de meest pure spiegel die je je kunt voorstellen; er komt geen ego aan te pas. Jij doet iets, bent, en hij laat je in zijn reactie ogenblikkelijk zien of het klopt wat je laat zien of niet. Daardoor ben ik me enorm bewust van de mate van integriteit van mijn eigen communicatie. Dit is voor mij een tool in de training. Een tweede tool is, dat ik, door mij af te stemmen op de energie van personen of situaties, informatie gechanneld krijg waardoor ik heel duidelijk kan zien wat er aan de hand is, en dat duidelijk kan communiceren.

Waar ik echt blij van word is mensen op een liefdevolle manier informeren en inspireren zodat zij ook datgene gaan doen waar zij blij van worden.

Bij Earth Matters ben ik zelf vrij heftig bewust wakker geworden, daardoor ben ik ook op zoek gegaan naar de waarheid. En die waarheid is over het algemeen niet echt fraai. Hoe zou het dan zijn als je samen met andere mensen hier naar kunt kijken, emoties kunt delen en handvatten krijgt om hier mee om te gaan? Dit is mijn drijfveer om samen met Kees handjecontantje.org te beginnen, en van daaruit de BewustWakker trainingen.

Kees van de Water (1958, HEAO-BE): Financieel-economische achtergrond en opleiding, en een bedrijfs- en menskundige ontwikkeling. Het is mijn vak om in bedrijven mensen beter met elkaar en met de systemen te laten samenwerken. Dat heb ik vanaf 2001 als zelfstandige ondernemer gedaan in mijn onderneming Inforganize. In 2013 en 2014 heb ik een jaar bij de alternatief-nieuws website Earth Matters gewerkt waar ik ruw wakker geschud ben. Daar heb ik voor mezelf twee belangrijke principes vastgesteld:

- Maak het voor mensen die wakker aan het worden zijn, eenvoudig te begrijpen wat er aan de hand is; leidt ze in in de materie op een manier die ze kunnen bijbenen en gooi ze niet meteen in het diepe;
- Communiceer vanuit liefde, niet vanuit boosheid.

Bij Earth Matters heb ik ook de ideeën ontwikkeld waar ik nu vol mee bezig ben: ervoor zorgen dat mensen als eenheid, gezamenlijk iets kunnen/gaan doen met de kennis ("wakkerheid") die ze verworven hebben. Dat heeft in juli 2015 geleid tot de start van handjecontantje.org, samen met oud-Earth Matters collega Miranda, en nu tot de BewustWakker trainingen.

Het doel van wat we doen is het terugclaimen van ons geboorterecht als mens: VRIJHEID.

De rol waarin we dat doen is die van Verbinder. Wij brengen mensen samen; we zijn geen materiedeskundigen. Die zijn er al genoeg. Verbinders nog niet.