

# \* Het 'PRESENCE' Proces \*

Wanneer heb jij voor het laatst een hele dag met jezelf doorgebracht?



**Een dag waarop jij stil staat bij wat je echt nodig hebt!!**

Een dag waarop jij jezelf afvraagt of je nog wel de dingen doet die goed voor je zijn. Er spelen altijd allerlei situaties in je relatie(s), gezin, familie, op je werk, in de wereld of ... vul het zelf maar verder aan.

Deze zetten je vooral aan het denken.

**En neem je dan nog wel de tijd om naar je gevoel te luisteren, jouw echte zelf?!**

Niet die zelf waarvan jij denkt dat die moet doen wat men van jou verwacht??

**Is jouw zelfzorg nog wel actueel?**

Je innerlijk weet wel wat het nodig heeft en wat je zou kunnen doen, maar in de praktijk verloopt het vaak heel anders.

Je wordt in de dag meegenomen in alle drukke werkzaamheden, door alledaagse dingen die voorbij komen en die belangrijker lijken dan jouw eigen innerlijke proces.



**Blijf jij doen wat je altijd al deed?**

Of durf jij het aan om jezelf een dag cadeau te geven waarop je weer Reconnect?!

Een dag met stilte momenten.

Tijd waarin jij in zachtheid en rust ervaart welke werkelijkheid bij jou resoneert!

Waar we gaan stil staan bij wat het Presence proces inhoudt.

Hoe je daar komt en het ook vasthoudt!

Waar jouw ademhaling je mindful thuis brengt en je fysiek gewaar laat zijn.  
Een schrijf oefening die voor jou in beeld brengt waar je naar verlangt, en wat je nodig hebt.

Een dag waarop je jouw gevoelens een boost geeft vol vreugde, vertrouwen en dankbaarheid!

Je bent deze dag op de perfecte plek om je focus en concentratie te verbeteren.  
De plek waar je ondergedompeld wordt in een holistisch programma.

Waar je de verbinding vergroot met je authentieke zelf op emotioneel, fysiek, mentaal en spiritueel niveau, weg van de afleidingen van het dagelijks leven.

**\*Onderdeel van deze dag is medium Leentje\***



<https://leentjeelshout.nl/>

Leentje zal door goed te voelen, te luisteren en te kijken woorden geven aan wat jouw ziel of dierbare overledene jou te vertellen heeft!

**Deze dag vindt plaats op een magische locatie**

**MEDIETATIEHUIS**



**Zaterdag 16 november 2024 van 10.00 - 17.00 uur**



## Het Zonnelicht bestaat uit een Meditatiehuis, bamboetuin, huiskamer en Theehuis met theetuin

Lanciersstraat 90G  
5017 CT Tilburg

### Reserveer je plek en koop jouw ticket

Volledig verzorgd en inclusief medium Leentje, koffie en thee, lunch en tafelwater

**Ticket 135,00 euro**

App me op 0622497044 en ik stuur je een betaallink  
Ben jij erbij zaterdag 16 november 2024?  
Ik kijk enorm uit naar je komst, tot dan!

liefs Saskia

