

### Les 1 t/m 4

We maken de verschuiving vanuit het ik-perspectief naar Open Gewaarzijn. Door bewust te worden van het ik-perspectief kun je je zelfonderzoek starten. De ik-identificatie toont je waar je nog onvrij bent, waar er (nog) angst regeert i.p.v. vertrouwen op het leven Zelf.

### Les 5 en 6

De drie pijlers van zelfonderzoek: bereidheid overgave en moed (B.O.M.). Ik geef je een eerste aanzet om in zelfonderzoek te komen en moedig je aan om je open te stellen voor dat wat onwaar voelt.

### Les 7 t/m 10

Bereidheid. Drie vragen die je helpen om jouw verlangen naar de oppervlakte te brengen. Deze vragen zijn bedoeld om jouw bereidheid te activeren, zodat je met de juiste insteek het zelfonderzoek in kan gaan.

### Les 11 en 12

Overgave is je natuurlijke staat van zijn. Het gaat om het moeiteloze voelen wat er is. Om door je ik-identificaties heen te breken beweeg je tegen je systeem in. Dit wekt allerlei angstige en onrustige gevoelens op. Het lijkt op doodsangst. Hier heb je moed voor nodig, de kracht van het hart.

### Les 13 t/m 19

Ik geef je achtergrondinformatie over het ontstaan van het overlevingsmechanisme en waar het voor dient. Ook ga ik dieper in op het lichaam en de denkkeest. Een heleboel informatie, wat jou inzicht geeft in het 'waarom' van het overlevingsmechanisme. Het overlevingsmechanisme heeft jou gediend.

## **Les 20 t/m 26**

Vanaf nu gaat het alleen nog maar om jou. Jij bent de enige, en de enige die je kan ontmoeten ben jij. Om je werkelijk te verbinden met jouw wereld (en de ander daarin) zul je eerst jezelf dienen te kennen, volledig. Alles begint bij jou. Met behulp van deze oefeningen kun je werkelijk de verschuiving vanuit het probleem, het lijden, de ziekte, de veroordeling, of de ellende naar bewustzijn maken.

## **Les 27 t/m 30**

Vanaf nu weet je alles wat je dient te weten om te handelen vanuit je ware essentie, je diepere intentie. Je geeft je over aan dat wat er is, vanuit het vertrouwen dat jij het bent, en volgt de vreugde van het verlichte pad.

## **Les 31 t/m 36**

Een nieuwe dimensie binnen de cursus! In de volgende 15 lessen gaan we specifieker in op jouw unieke zielsplan. Ik leg je alles uit over jouw zielsenergie en in welke verhouding jij tot jouw ziel staat. Ik vertel je over de 7 ziel dimensies, het zielsplan en de boodschappen die tot je komen via specifieke ervaringen.

## **Les 37 t/m 42**

Een volledig overzicht van de 7 ziel dimensies. Ik behandel er 1 per les. Dit zijn 7 unieke poorten tot creatie. Je gaat je eigen kleur ontdekken en bekennen, zodat je vanuit een steeds dieper niveau kunt gaan stromen. Laat je hart de weg bepalen!

## **Les 43 t/m 45**

Je staat aan de bron van jouw schepping. Bevrijd van de invloed van beperkende gedachten kun je alles volgen waar je hart maar heen wil. Wat wil jij waarmaken?