



Jos W.M. Kleijnen, coach en trainer

E: [jwmkleijnen@hetnet.nl](mailto:jwmkleijnen@hetnet.nl)

I: [www.joskleijnen.nl](http://www.joskleijnen.nl)

M: 06-19012464

Kvk. Nr.: 12064894

# Krijger-Sjamanisme



Vrijdag 27 sept. (KSJ9A\_Mabon); vr. 11 okt. (KSJ9B); vr. 1 nov. (KSJ9C\_Samhain); vr. 29 nov. (KSJ9D); za. 21 dec. (KSJ9E\_Yule); vr. 10 jan. (KSJ9F); vr. 31 jan. (KSJ9G\_Imbolc); vr. 21 feb. (KSJ9H) en vr. 20 maart (KSJ9I\_Ostara).

## ANKERFAST op weg naar de TOP

*"De meesten van ons zien het leven als een pad en het beste pad is het rechte en smalle pad, waarover we zonder verandering verder kunnen ploeteren. Ik denk dat het leven meer is zoals het vliegen van een zweefvliegtuig..."*

*De uitdaging is om op de rand te spelen - op de rand van het ongevormde. Een deel van de sjamanistische manier is die uitzonderlijke balans: tussen licht en donker, binnen en buiten, links en rechts, vormloos en gevormd." (Brooke Medicine Eagle)*

**De krijger** is een afzonderlijke eenheid en zijn eigen 'generaal'. Een krijger is volledig verantwoordelijk voor zijn daden. Een krijger bepaalt zijn eigen leven, maakt zijn eigen keuzes en neemt zijn eigen beslissingen. De krijger ervaart en accepteert de taken en verantwoordelijkheden die dit met zich meebrengt en is zich bewust van





gevaren en risico's van dit eenzame pad. De krijger streeft naar een optimale gezondheid, effectiviteit en weerbaarheid.

**De sjamaan** staat voor het inzicht en de ervaring dat een mens in de vervulling van zijn levensweg de andere mens diep in beider hart ontmoet. Dat wezenlijke grenzen tussen mensen niet werkelijk bestaan en dat dit diepe gevoel van verbondenheid de vanzelfsprekendheid van werkelijke communicatie in zich draagt. De sjamaan handelt vanuit het inzicht dat scheiding een illusie is, dat de mens niet afgescheiden is van de natuur en de kosmos, maar er een integraal deel van is.

### **Korte omschrijving**

Het pad van de krijgersjamaan houdt in dat je de volle verantwoordelijkheid neemt voor je eigen leven. Niet alleen de wens om te veranderen is nodig, maar ook de bereidheid de noodzakelijke veranderingen in gang te zetten. Het pad van de krijgersjamaan houdt in dat je steeds een enkele stap vooruit zet. De volgende stap ontstaat daarna vanzelf. De kunst bestaat uit het voortdurende balanceren van je gevoeligheid en je kracht. Zodat je 'dienend' kunt zijn naar anderen toe, zonder echter je eigen gezondheid en kracht te schaden.

### **Onderdelen**

Alle onderdelen uit de innerlijke krijgskunsten, de natuurtrainingen en de andere coachingsmethoden kunnen hier toegepast worden. De vraag is telkens waar je je bevindt op je eigen unieke levenspad en welke hulp/steun je (even) nodig hebt voor de volgende stap.

### **Voor wie vooral bedoeld?**

Voor iedereen die 'dienend' naar de groep toe werkt en het risico loopt zijn eigen gezondheid en welzijn in gevaar te brengen.

### **Wanneer nu juist dit programma?**

Als je gelooft in de eenheid van lichaam, hart en geest en hebt bemerkt dat je juist de natuur als steun en beschermer nodig hebt. Als het leven en je opvoeding je diepe wonden hebben bezorgd, die langzaam en rustig moeten kunnen genezen. Als je weet dat je je eigen weg uiteindelijk alleen zult moeten afleggen, maar een tijdlang 'gezelschap' nodig hebt. Uiteindelijk leer je weer te vertrouwen op je eigen indrukken en gevoelens. Gaandeweg kom je steeds dichterbij je eigen innerlijke stem en vind je steeds meer eigen antwoorden. Tenslotte zal je eigen band met je innerlijk weten weer versterkt worden en zul je weer meer durven vertrouwen op je eigen intuïtie en kracht. Je gaat weer varen op je eigen innerlijke kompas. De kunst is om tegelijkertijd gevoelig en krachtig te kunnen zijn, zodat je je opdracht zult kunnen uitvoeren.

