

HEEL DE MENS

Leertraject tot Esbima Practitioner voor
diep holistisch lichaamswerk



Van beroep naar roeping

“Voor wie vanuit passie wil bijdragen
Aan heelwording, levensvreugde
en onvoorwaardelijke liefde.”

Yoyo

BEVRIJDING UIT HET KEURSLIJF

'T LABORINT



Centrum voor Bewustwording, Zelfontplooiing en Levenskunst
Arnhem

www.laborint.nl
info@laborint.nl
T 026-3512967
M 02-22492501

Foto's: © Conny van Rijswijk

Wat is Esbima?

Esbima (Expressieve structurele bindweefselmassage) is een lichaamsgerichte methodiek voor het ontspannen en in balans brengen van de hele mens. Met als doel heelwording door bewustwording en als neveneffect het oplossen van fysieke, emotionele, geestelijke en existentiële klachten.

Deze methodiek werd en wordt sinds 2000 ontwikkeld door Yoyo van der Kooi (lichaamsgeoriënteerd psychotherapeute, docente, beeldend kunstenaar en 'vroedvrouw voor de tweede geboorte', zie www.yoyo.nl), in haar praktijk 't Laborint in Arnhem.

Esbima heeft haar wortels in de Tao, de Advaita Vedanta en de oude Indiase Tantrascholen. Westerse inspiratiebronnen zijn Gurdieff, Krishnamurti, Osho, Wilber, Almaas en Tolle.

Daarnaast worden elementen gebruikt uit methodieken als Reichiaans ademwerk, Rolfing, Gestalt, Rebirthing, Postural Integration, Cranio-sacraal therapie, Aura- en Chakra healing, Neuro-Emotionele Integratie en Mindfulness.

Voor wie?

Dit leertraject is bedoeld voor mensen die in een eigen praktijk met mensen (willen) werken en het beste in zichzelf en hun cliënten naar boven willen halen.

De methodiek

Esbima lost systematisch chronische spanningen in de bindweefsels op die veroorzaakt zijn door stress, verkeerde houdingen, onderdrukte emoties en beperkende denkpatronen.

Door een combinatie van langzaam opgevoerde druk, en de trilling van adem en geluid worden verkorte weefsels opgerekt tot hun oorspronkelijke lengte.

Organen, zenuwen en bloedvaten die door onbewuste spiercontracties beklemd zijn geraakt worden bevrijd. Hierdoor kan de levensenergie weer onbelemmerd door het systeem stromen en wordt de natuurlijke balans van het lichaam hersteld.

Aanvullende verbale interactie en mindshifting helpen bij het integreren van onverwerkte emoties en het elimineren van beperkende denkpatronen. Zo kunnen niet alleen fysieke maar ook psychische klachten van uiteenlopende aard. verdwijnen of verminderen.

Door het bewustwordingsproces dat plaatsvindt worden bevrijdende inzichten geboren en krijgt de cliënt toegang tot onaangeroerd potentieel. Er openen zich nieuwe perspectieven en de kwaliteit van het leven neemt toe.

Zie voor meer informatie over de methodiek de Esbima brochure.

Opbouw van het leertraject

Het volledige leertraject bestaat uit 3 niveaus. Al na het eerste niveau kunnen studenten beginnen met hun praktijk. De niveaus 2 en 3 zijn facultatief.

- Niveau 1: het openen van de oppervlakkige bindweefsellagen. 5 maandelijks modules van 2 dagen (of een Intensive van 10 dagen).
- Niveau 2: het toegankelijk maken en openen van de diepere bindweefsellagen. Werken met emoties. 6 maandelijks modules van 2 dagen (of een Intensive van 12 dagen).
- Niveau 3: geavanceerde technieken en integratie. Werken met de mind-set. 3 maandelijks modules van 2 dagen (of een Intensive van 6 dagen).

Leerdoelen

- Herkennen en interpreteren van disbalans in lichaamshouding en motoriek.
- Objectief leren luisteren
- Ontwikkelen van mindfulness, empathie, intuïtie, compassie en humor.
- Elimineren van chronische spanningen in lichaam en geest.
- Omgaan met emoties.
- Verbanden herkennen tussen fysieke klachten, onverwerkte emoties en belemmerende denkpatronen.
- Werken met de mind-set.
- Activeren van onaangeroerd potentieel.

Leerinhoud

- Ademtechnieken
- Aandacht/Presentie
- Anatomie
- Body scanning
- Chakra-leer
- Emotionele integratie
- Energiewerk
- Esbima extensies
- Meridianen en hun emotionele betekenis
- Mindshifting
- Procesbegeleiding
- Praktijkvoering

In elke module wordt een reeks ‘extensies’ (vinger-, hand- en armzettingen) behandeld, tezamen met de bijbehorende theorie, ademtechnieken en energiewerk.

De ochtenden zijn voor theorie en het leren van de technieken, de middagen voor oefenen en proceswerk.

Na iedere module gaan de studenten aan de slag met oefencliënten. Aan het eind van ieder niveau wordt een eindtoets afgenomen. Daarna volgt een praktijkstage, waarin minimaal drie proefcliënten het hele traject doorlopen.

Wanneer de praktijkstage met goed gevolg is afgerond worden respectievelijk de diploma's Esbima Practitioner level 1, 2 en 3 uitgereikt.

Begeleiding



Yoyo van der Kooi

Investing

Niveau 1: € 900,-

Niveau 2: € 1000,-

Niveau 3: € 600,-

Begeleiding praktijkstages: € 300,-

Deze tarieven gelden voor 2017 en zijn inclusief 21% BTW, koffie, thee, fruit en lunches, exclusief accommodatie.

Studenten worden geacht voorafgaand aan of tijdens het leertraject zelf bij een Esbima practitioner de extensies te (hebben) ondergaan van het niveau waarmee wordt c.q. gaat worden gewerkt (gemiddeld twee consulten per maand). Bij 't Laborint wordt voor Esbima-studenten een gereduceerd uurtarief gehanteerd van € 80,-. Bij een gemiddelde van 20 uur komt dit in totaal neer op circa € 1.600.



“Het lichaam is de ingang
Tot het mysterie van het bestaan”

Yoyo