

# E-nieuws



**Full Circle**

Instituut voor Procesbegeleiding  
en Bewustwording



**Sattva**

Praktijk voor Psychodynamische en Energetische Therapie  
Centrum voor Persoonlijke Groei en Bewustwording



Lieve mensen,

De feestdagen staan wat je noemt voor de deur. En daarnaast is december altijd een mooie maand om terug te blikken en vooruit te kijken naar het komende jaar.

Zo was vorige week vrijdag de spirituele Transformatiedag op weg naar 2019.

Een mooie en waardevolle dag voor de deelnemers; zonder ballast en met een visie/richting op naar het nieuwe jaar.

**OOK GOED HET NIEUWE JAAR IN?**

*Neem dan even tijd om jezelf klaar te maken voor 2019.*

*Schrijf voor jezelf op een A4 die je in tweeën deelt aan de:*

- linkerkant: wat je niet langer dient en wat je aan ballast in 2018 wilt achterlaten;*
- rechterkant: waar je dankbaar voor bent in 2018, wat je meeneemt naar 2019 en wat je wilt bereiken in 2019.*

*Sta hier even bij stil en scheur het blaadje dan doormidden. Wat je achterlaat scheur je in kleine stukjes en doe je weg of verbrand je. Het positieve deel houd je bij je.*

*Vervolgens teken je (of maak een mindmap/visionbord) hoe 2019 er voor je uit gaat zien.*

*Hang dit op een plek waar je het regelmatig ziet.*

Ook bij Full Circle Instituut en Sattva hebben we teruggekeken op het afgelopen jaar én ook zijn we al druk met alles voor 2019.

Was 2018 het jaar voor inkeer en terug naar je eigen kern en hart, 2019 is hét jaar om dat wat je vanuit je hart wilt neerzetten ook daadwerkelijk vorm te gaan geven. Dat geldt niet alleen voor mij persoonlijk, maar ook voor Sattva en Full Circle Instituut.

Zo is het werken met Cosmic Light Energy een organisch proces en gaan de ontwikkelingen steeds verder. En dit betekent dat we in 2019 weer nieuwe en verdere stappen gaan zetten.

Zo worden de cursussen, opleidingen en het CLE-jaartraject

ondergebracht in de 'COSMIC LIGHT ACADEMY'.

Ja, je leest en ziet het goed: een nieuwe dimensie voor Cosmic Light Energy!



Door alle cursussen, spirituele transformatiedagen, het CLE-Traject en de opleidingen in de academy onder te brengen wordt de waarde van de cursussen en het CLE-traject vergroot én wordt het instromen in de opleidingen gemakkelijker.

De opleidingen zelf zijn ook verder ontwikkeld:

In twee jaar kun je al gediplomeerd Energetisch & Lichaamsgericht Basis-practitioner CLE™ worden.

Hierna kun je je verder ontwikkelen tot volwaardig practitioner of procesbegeleider.

Met het vervolgjaar ontwikkel je tot gediplomeerd Cosmic Light Energy Practitioner / Inner Balance Practitioner CLE™.

En met het topjaar verkrijg je het diploma Energetisch & Transformatief Procesbegeleider CLE™.

Instromen vanuit de Cosmic Light Energy cursussen of -Traject kan ook; afhankelijk van je niveau kun je verschillende vrijstellingen verkrijgen.

Maar dit is nog niet alles. Ook komen de Cosmic Light Energy flesjes en sprays eraan.

Met deze liefdevolle energiedruppels/-sprays kun je je eigen proces ondersteunen en activeren.



Binnenkort staat alle aangepaste en nieuwe informatie op de sites - januari 2019 - en uiteraard laten we je dit ook weten via E-nieuws en de facebookpagina's.

*Cosmic Light Energy: het nieuwe helen en werken met energie en bewustwording  
Balans - Bewustwording - Zingeving*

## **NIEUW TELEFOONNUMMER**

Om als Full Circle Instituut, Sattva en de Cosmic Light Academy optimaal bereikbaar te zijn en te blijven hebben we gekozen voor één nieuw telefoonnummer voor al onze onderdelen.

Vanaf heden is het nieuwe telefoonnummer:

**06 – 21 580 980.**

Tot en met maart 2019 zijn wij ook nog op het vaste nummer bereikbaar.

## Kerst-/nieuwjaarswens



*'If you have a song to sing, who are you not to open your mouth and sing it to the world?'*  
*Maya Angelou*

*Ik wens je liefde in je hart en liefde op je pad.  
Fijne feestdagen en een gezond, sprankelend, bewust en spiritueel 2019!*

*Van hart tot hart,  
Full Circle Instituut/Sattva/Cosmic Light Academy  
Janet Reuvekamp*

### Ook met jezelf aan de slag?

Zoals je hierboven hebt kunnen lezen en zien is er genoeg te doen én te doen geweest bij Sattva en Full Circle Instituut.

En niet alleen bij ons gebeurt er veel. Overal is te merken dat er veel verandert en in beweging is en dat zal ook het komende jaar zo zijn.

De ervaring leert dat dit vaak zorgt voor processen die regelmatig ook begeleiding nodig hebben of zorgt voor de wens jezelf meer te willen ontwikkelen op het gebied van persoonlijke groei en bewustwording, balans, leefstijl, bewustwording, intuïtieve of energetische ontwikkeling, omgaan met gevoeligheid, zingeving en meer.

Het aanbod van Full Circle Instituut en Sattva biedt hiervoor op verschillende manieren mogelijkheden!

Voeg daarom de daad bij het woord in plaats van er goede voornemens van te maken. Kijk wat wij je het komende jaar te bieden hebben en meld je aan!

Dus wil jij de komende periode met jezelf aan de slag?

Werken aan je persoonlijke ontwikkeling, werken aan de balans in jezelf, leren meer vanuit je intuïtie te leven, in je kracht te gaan staan, processen doorlopen, werken aan je bewustwording, leren werken en helen met energie,

doelen helder krijgen en plannen vormgeven en uitvoeren of ....  
Individueel of groepsgewijs kun je met en voor jezelf bij ons terecht.

In deze nieuwsbrief een overzicht voor de komende periode.  
De uitgebreide informatie over alle mogelijkheden vind je  
op de sites van Full Circle Instituut en Sattva.

Aanmelden voor het aanbod kun je via de site regelen.  
Voor nadere informatie of bij vragen kun je via de site een bericht sturen, maar uiteraard  
kun je ook telefonisch contact opnemen voor bijvoorbeeld  
het maken van een individuele afspraak.

## Programma tot eind maart 2019

### Januari

Intuïtieve Ontwikkeling & Bewustwording  
Cosmic Light Energy™ - Basis  
Stappen in BewustZijn  
Persoonlijk groeijaar 'Het Phoenix Proces'  
Cosmic Light Energy™ - avond  
Cosmic Light Energy™ - Basis - Instroom  
Cosmic Light Energy™ - Verdieping III

### Februari

Workshop 'De kracht van kristallen'  
Retraite 'Me-Time'  
Bezinningsretraite  
Intensive 'Lifedesign: Creëer je eigen leven'  
Cosmic Light Energy - Verdieping I  
Relax Kids - losse les 2x  
Cosmic Light Energy-avond

### Maart

Relax Kids - serie 'Wat voel ik, wat doe ik'  
Transformatiedag 'Kerntransformatie - Kernkracht'  
Kennismakingsdag  
Zelfvertrouwen - Leven vanuit je eigen kracht  
Cosmic Light Energy - Verdieping II

**Meld je snel aan wanneer je wilt deelnemen, want in het kader van genoeg aandacht voor elke deelnemer en voldoende verdieping werken we met kleine groepen!**

**In ieder geval veel leesplezier!**

**Van hart tot hart,  
Janet Reuvekamp**

### Facebook - let op!

Op Facebook is de laatste tijd veel veranderd en het kan dus zijn dat je van ons  
minder berichten ziet langskomen.

Dit ondanks dat je onze pagina hebt 'geliked'.

Wil je goed op de hoogte blijven en de inspiratieteksten ontvangen dan is het nodig dat je  
Sattva, Full Circle Instituut en/of Cosmic Light Energy

(ook de specifieke groep voor degene die Cosmic Light cursussen hebben gevolgd)  
tot je 'favoriete groep' maakt of  
dat je 'meldingen' voor de betreffende groep(en) aanzet.

## **Intuïtieve Ontwikkeling & Bewustwording**



**Realiseer jij je met regelmaat dat je beter had kunnen luisteren  
naar dat stemmetje in jezelf?**

**Voel je vaak dingen aan en weet je niet precies wat je er mee aan moet?**

**Pik je informatie op over anderen?**

**Wil je je meer bewust worden van je intuïtieve vermogens en deze uitbreiden en versterken,  
zodat je er in je dagelijkse leven meer mee kunt doen?**

**Nieuwsgierig naar wat intuïtie inhoud en wil je er meer over weten?**

**Meld je dan aan voor de cursus Intuïtieve Ontwikkeling en zet een stap in de  
(verdere) ontwikkeling van je intuïtie en bewustwording.**

Tijdens de cursus 'Intuïtieve Ontwikkeling' leer je wat intuïtie is en hoe je  
dit bewust kunt inzetten. Leer je bij jezelf te blijven en met je beiden benen op de grond te staan.

Leer je te onderscheiden wat van jou is en wat van een ander.

Leer je (meer) te vertrouwen op je intuïtie en dit (verder) te ontwikkelen.

Met als gevolg dat je sterker, krachtiger en met meer vertrouwen in het leven staat en  
je bewuster bent van je mogelijkheden.

Duur: 6 avonden

Data: wo-av 9/1+ 16/1 + 23/1 + 30/1 + 13/2 + 20/2

*(let op: aanmelden kan t/m 2 januari 2019 - daarna alleen indien er nog plek is)*

**[Meer informatie en/of aanmelden](#)**

**Cursus 'Cosmic Light Energy™ - Basis'**  
**- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -**



**Cosmic Light Energy™ is een vijfdaagse basiscursus waarin je bewustzijnsontwikkeling geactiveerd wordt en je leert werken, helen en transformeren met deze nieuwe energie die direct uit de Bron voortkomt.**

De vijfdaagse cursus is opgebouwd uit:

- Stappen in BewustZijn -

Een voorbereiding op het werken met energie en activering van je bewustzijnsontwikkeling.

Met onder meer: Zielsintegratie, Hoger Zelf integratie en activeren van je originele blauwdruk van heelheid.  
(2 dagen; ook los te volgen - zie **cursusinformatie**);

- Werken met Cosmic Light Energy™ -

Hier leer je de basistechnieken voor het werken, helen en transformeren met de nieuwste energetische (heling)technieken, waarbij intenties en het werken met velden belangrijke onderdelen zijn.

(3 dagen)

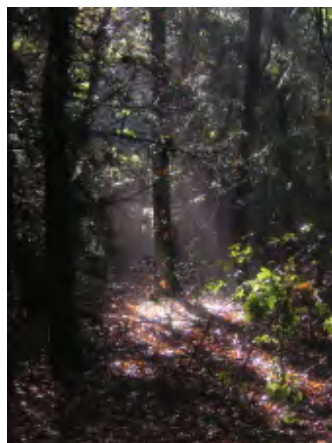
Duur: 5 dagen

Start: 11 januari 2019

*(aanmelden kan t/m 4 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**[Meer informatie en/of aanmelden](#)**

**Cursus 'Stappen in BewustZijn'**



**'Stappen in BewustZijn' is een tweedaagse cursus waarin je stapsgewijs je bewustzijn vergroot en je bewustzijn meer in je lichaam brengt.**

**Zielsintegratie, Hoger Zelf integratie en het activeren van je originele blauwdruk van heelheid zijn de basis van deze cursus.**

**Een cursus die je bewuster in contact brengt met je eigen veld van mogelijkheden, je potentieel en is gericht op persoonlijke groei en bewustwording.**

Tijdens deze cursus leer je hoe je zelf je zielsintegratie kunt verhogen en je Hoger Zelf kunt activeren om zo meer toegang te krijgen tot een hogere laag van bewustzijn.

Dit alles gericht op het vergroten van je bewustzijn en bewustwording:  
het Bewust Zijn in je Lichaam.

En dit bewuster zijn in je lichaam zal je functioneren in het dagelijkse leven op een positieve manier beïnvloeden.

Duur: 2 dagen

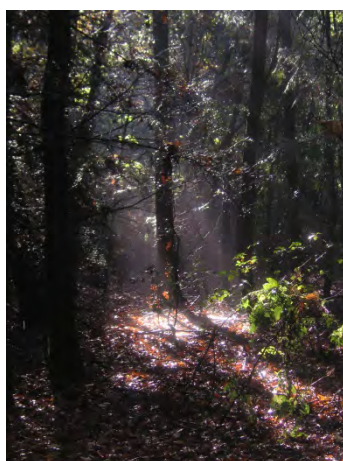
Start: 11 januari 2019

*(aanmelden kan t/m 4 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**Meer informatie en/of aanmelden**

### **Het Phoenix Proces**

**- een persoonlijk groei en bewustwordingsjaar -**



**Wil jij werken aan je persoonlijke ontwikkeling?**

**Dan is dit wat voor jou!**

**Het Phoenix Proces staat voor een persoonlijk groei en bewustwordingsjaar waarin je de diepte in gaat en je transformatieproces aangaat om daadwerkelijk degene te worden die je bedoeld bent te zijn!**

**Een proces waarin je je eigen innerlijke kracht aanboort en verder bekrachtigt, de verbinding met je oorsprong herstelt, oude beperkingen en overtuigingen aflegt, het kind in jezelf heelt, werkt aan een blijvende innerlijke balans en zicht krijgt op je levensdoel(en).**

**Dit en meer komt aan bod tijdens de 15 praktische lesdagen.**

**Lees de volledige informatie op de site.**

Duur: 15 dagen (verdeeld over 10 maanden)

Start: 13 januari 2019

*(aanmelden kan t/m 4 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**Meer informatie en/of aanmelden**

**Cosmic Light Energy™ - avond**  
**- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -**



**Voor iedereen die de Cosmic Light Energy-basis (en verder) heeft gevolgd.**

De Cosmic Light Energy-avond is een praktische avond die start met de Cosmic Light Energy healingmeditatie waarin je werkt voor het grotere geheel én aan jezelf. Daarna is het tijd voor onderling oefenen met behandelingen of specifieke technieken, kunnen vragen worden gesteld, geef ik waar ik kan nadere uitleg over de voortgang en ontwikkelingen op spiritueel/bewustwordingsvlak m.b.t. het Cosmic Light, werken we uiteraard met kaarten en daarnaast dat waar verder behoefte aan is.

Duur: avond van ca. 2,5 uur

Datum: do-av 17 januari 2019

*(aanmelden kan t/m 10 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**Meer informatie en/of aanmelden**

**Cursus 'Cosmic Light Energy™ - Basis Instroom'**  
**- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -**



**Indien je 'Stappen in BewustZijn' hebt gevolgd en wilt instromen in de cursus  
'Cosmic Light Energy-basis dan kan dit!**

**Je volgt de laatste 3 dagen van de basiscursus en behaalt het certificaat 'Cosmic Light Energy - Basis'.**

**Tijdens de instroomcursus wordt je bewustzijnsontwikkeling verder geactiveerd  
en leer je werken met Cosmic Light Energy.**

Het is een cursus waarin je de basis leert voor het werken, helen en transformeren met de nieuwste energetische (heling)technieken, waarbij intenties en het werken met velden belangrijke onderdelen zijn.

Duur: 3 dagen

Start: 18 januari 2019

*(aanmelden kan t/m 4 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*



**Meer informatie en/of aanmelden**

**Cursus 'Cosmic Light Energy™ - Verdieping III  
- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -**



**Na de cursus 'Cosmic Light Energy™-Basis' is het mogelijk verdiepingscursussen te volgen waarin je je kennis en kunde op het gebied van werken en helen met de Cosmic Light Energy™ kan verdiepen en uitbreiden.  
De verdiepingscursussen zijn telkens drie dagen.**

Tijdens deze cursus komen onder meer de volgende onderwerpen aan de orde:  
bewustzijnsverhogende oefeningen en meditaties, versnellingsactivatie,  
werken in de natuur en andere buitenruimten, zielswerk in de natuur,  
aarden en reinigen binnenruimten, creëren van een sacred space,  
helen en werken voor het grotere geheel,  
innerlijke Hoger Zelf Piramide, Violette Vuur,  
reinigen ogen, rewiring, werken met dieren.

Duur: 3 dagen

Start: vrijdag 25 januari 2019

*(aanmelden kan t/m 22 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**Meer informatie en/of aanmelden**

**Workshop 'De kracht van kristallen'**



**Wil je meer weten over en ervaren wat kristallen voor je kunnen betekenen?  
Dan is dit een workshop voor jou!**

**Met de workshop 'De kracht van kristallen' staat je een inspirerende en avontuurlijke dag te wachten waarin je op ontdekkingsstocht gaat op het gebied van kristallen.  
Een workshop die vooral praktisch en op ervaren gericht is én waarin ook uitleg over**

**en rondom de kristallen wordt gegeven.  
Aan het einde van de workshop krijg je een kristal dat bij je past  
en waarmee je verder aan het werk kunt mee naar huis.**

De kracht van kristallen: een workshop waarin je kennismaakt met de kracht van kristallen.  
Waarin je ontdekt wat een kristal je heeft te vertellen en wat een kristal voor je  
kan betekenen op fysiek, emotioneel, mentaal,  
energetisch of spiritueel vlak.  
Een workshop waarin je contact maakt en communiceert met kristallen.

Meld je aan en ervaar de kracht van kristallen!

Vrijdag 1 februari 2019  
(aanmelden kan t/m 25 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)

**Meer informatie en/of aanmelden**

### **Retraite 'Me-Time'**

**van dinsdag 5 februari 2019 - 10.00 uur tot en met donderdag 7 februari 2019 in de loop van de middag  
op een passende locatie in een bosrijke/landelijke en inspirerende omgeving.**

*(let op: aanmelden kan t/m 14 januari 2019 - daarna alleen na overleg en als er nog plek is)*



**'Me-time': een retraite van drie dagen die in het teken staat van tijd voor jezelf. Een paar dagen van  
thuiskomen bij jezelf, onthaasten, rust, stilte, bewustwording, bezinning, verdieping, heling en/of  
spiritualiteit. Een periode waarin je jezelf op de eerste plek zet.**

**Wil jij je opladen in een prachtige natuurlijke omgeving met een stukje ondersteuning?  
Dan is dit voor jou!**

Er zijn momenten in je leven dat je stil wilt staan bij jezelf, dat je je richting wilt bepalen voor de volgende stap  
in je leven, dat je je weer helemaal wilt opladen of dat je de ruimte en de rust wilt hebben voor het verwerken  
van bepaalde gebeurtenissen in je leven. Deze retraite bied je hiervoor een goed uitgangspunt. Want je  
alleen terugtrekken in een hutje op de heide is het toch meestal net niet.

Door de professionele begeleiding van Janet Reuvekamp sta je er ook niet alleen voor, al richt je je wel  
voornamelijk op jezelf. De locatie, het programma en de begeleiding zorgen ervoor dat je in staat bent naar  
binnen te gaan bij jezelf en daar ook mee in contact te blijven.

### **Kortom:**

Het is een periode om je energie weer op te laden, te ontdekken wat er in je speelt, je te bezinnen op je volgende stap in je leven, te ontdekken wie en wat voor jou echt belangrijk zijn, je proces te doorlopen en/of dat te helen wat om aandacht vraagt, om zo naar je innerlijke balans en rust terug te keren en je innerlijke kracht te hervinden.

Aan deze retraite kunnen **maximaal 2 personen** deelnemen.

Dit beperkte aantal deelnemers geeft een extra meerwaarde aan je retraite. Er is meer dan voldoende ruimte en aandacht voor iedere deelnemer. Je focus is voornamelijk op jezelf gericht. Wat het mogelijk maakt in korte tijd grote stappen in je proces te maken, tot rust te komen en/of zaken helder te krijgen.

#### *Een reactie van een deelnemer:*

*De retraite 'Me-Time' heeft mij tot inzicht doen komen en laten verwerken, waarna ik het nieuwe ben gaan vormgeven en oefenen. Dit alles onder de betrokken en vakkundige leiding van Janet. Dé absolute meerwaarde vond ik de individuele aandacht die ik in overvloed kreeg. Daarnaast was er totale ontzorging: ik heb werkelijk genoten van de fijne accommodatie, de heerlijke omgeving en het lekkere eten. Daardoor kwam ik ook echt los van de drukte van alledag.*

*Zo was ik optimaal in staat de diepte in te duiken. Het waren drie heel transformatieve dagen, waarin ik grotere stappen heb gezet dan ik had durven hopen.*

*Bianca*

### **Lees de volledige informatie / Aanmelden**

## **Bezinningsretraite**

**van dinsdag 5 februari 19.30 uur tot en met zondag 10 februari 2019 ca. 11.30 uur  
op een passende locatie in een bosrijke/landelijke en inspirerende omgeving.**

*(let op: aanmelden kan t/m 14 januari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*



**Door het jaar heen organiseert Full Circle Instituut Bezinningsretraites.**

**Zo'n zes dagen waarin je je aandacht naar binnen richt. Een periode die in het teken staat van thuiskomen bij jezelf, onthaasten, rust, stilte, bewustwording, bezinning, verdieping, heling en/of spirituele groei. Een periode waarin je jezelf op de eerste plek zet.**

Er zijn momenten in je leven dat je stil wilt staan bij jezelf, dat je je richting wilt bepalen voor de volgende stap in je leven, dat je je weer helemaal wilt opladen of dat je de ruimte en de rust wilt hebben voor het verwerken van bepaalde gebeurtenissen in je leven. Deze bezinningsretraite bied je hiervoor een goed uitgangspunt.

Want je alleen terugtrekken in een hutje op de heide is het toch meestal net niet.

Door de professionele begeleiding van Janet Reuvekamp sta je er ook niet alleen voor, al richt je je wel voornamelijk op jezelf. De locatie, het programma en de begeleiding zorgen ervoor dat je in staat bent naar binnen te gaan bij jezelf en daar ook mee in contact te blijven.

### **Kortom:**

Het is een periode om je energie weer op te laden, te ontdekken wat er in je speelt, je te bezinnen op je volgende stap in je leven, te ontdekken wie en wat voor jou echt belangrijk zijn, je proces te doorlopen en/of dat te helen wat om aandacht vraagt, om zo naar je innerlijke balans en rust terug te keren en je innerlijke kracht te hervinden.

Aan deze retraite kunnen **maximaal 2 personen** deelnemen.

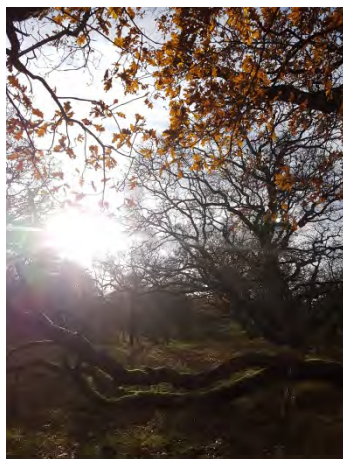
Dit beperkte aantal deelnemers geeft een extra meerwaarde aan je retraite. Er is meer dan voldoende ruimte en aandacht voor iedere deelnemer. Je focus is voornamelijk op jezelf gericht. Wat het mogelijk maakt in korte tijd grote stappen in je proces te maken, tot rust te komen en/of zaken helder te krijgen.

**[Lees de volledige informatie / Aanmelden](#)**

### **Intensive 'Lifedesign: Creëer je eigen leven'**

**van vrijdag 8 februari - 10.00 uur tot en met zondag 10 februari 2019 - 17.00 uur  
op een passende locatie in een bosrijke/landelijke en inspirerende omgeving.**

*(let op: aanmelden kan t/m 14 januari 2019, daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*



**Wat is je droom? Doe je wat je wilt doen?  
Ben je waar je wilt zijn?**

**In deze drie dagen durende intensive nemen we je mee op een ontdekkingsreis in jezelf.**

**Wat zijn je diepste wensen en dromen? Waar wil je naar toe, wat is je doel in dit leven?**

**Wat is je passie? Hoe is het je leven in eigen hand te nemen en je toekomst vorm te geven vanuit je hart?**

**Ontdekken wie je bent en wat je wilt met de rest van je leven.**

**Je levensdoel, talenten en kwaliteiten helder krijgen.**

**Je onderliggende belemmeringen om in actie te komen begrijpen en oplossen.**

**Ga je leven of blij je overleven? Ga je voor een leven dat bij je past?**

**Geef je jouw leven, jouw toekomst vorm? De keus is aan jou!**

De intensive wordt voorafgegaan en gevolgd door een individueel consult.

*Extra meerwaarde van de intensive is dat het aantal deelnemers uit **maximaal 4 personen** bestaat.*

*Hierdoor is er meer dan voldoende ruimte en aandacht voor iedere deelnemer.*

*Zo is het mogelijk in korte tijd grote stappen in je proces te maken en zaken helder te krijgen.*

**[Lees de volledige informatie / Aanmelden](#)**

**Cosmic Light Energy - Verdieping I**  
**- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -**



Na de cursus 'Cosmic Light Energy™-Basis' is het mogelijk verdiepingscursussen te volgen waarin je je kennis en kunde op het gebied van werken en helen met de Cosmic Light Energy™ kunt verdiepen en uitbreiden.  
De verdiepingscursussen zijn telkens drie dagen.

Tijdens de cursus Verdieping I komen onder meer de volgende onderwerpen aan de orde:  
bewustzijnsverhogende oefeningen en meditaties, versnellingsactivatie, dromen, psychometrie, hpto-energetisch kijken, transformeren tegenkracht, balanceren lichaam, olijnen, schoonmaken energieveld, stressrelease, etherisch werken in het lichaam.

Duur: 3 dagen

Start: 15 februari 2019

*(aanmelden kan t/m 8 februari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**Meer informatie en/of aanmelden**

**Relax Kids - Losse Lessen**

relax Kids



**Op woensdag 20 februari en woensdag 27 februari 2019 worden om 15.30 uur losse Relax Kids lessen gegeven.**

**De les van 20 februari heeft als thema 'Vliegen als een elf'.**

**De les van 27 februari heeft als thema 'Op safari'**

**Een mooie kans om je kind kennis te laten maken met Relax Kids.  
Op 6 maart 2019 starten we met een Relax Kids serie en kan je kind eventueel  
deelnemen aan een serie van 6 lessen.**

In de Relax Kids lessen werken we spelenderwijs aan het leren ontspannen en focussen  
(luisteren en concentreren).

Zo komt een kind weer in balans.

We gaan op een magisch avontuur en de kinderen zullen ontdekken hoe ze met beweging,  
spel, stretching, (onderlinge) kindermassage/voel oefeningen, ademhalingsoefeningen,  
positieve affirmaties en visualisaties helemaal tot ontspanning kunnen komen.

Een moment van op adem komen en rust hervinden voor kinderen in deze hectische wereld  
op een manier die bij hen past.

Wil je kind deelnemen aan een lesprogramma (6x) dan kan je je kind aanmelden  
voor een van de series.



Relax Kids voor kinderen van 5 t/m 10 jaar  
Voor kinderen vanaf groep 7 zijn er ook Chill Kids lessen

Data:

**Losse lessen februari 2019**

\* woensdag 20 februari om 15.30 uur - thema 'Vliegen als een elf'

\* woensdag 27 februari om 15.30 uur - thema 'Op safari'

*(aanmelden kan tot een week voor aanvang - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

*Kijk op de site voor het volledige Relax Kids programma (losse lessen en series)  
En houd de site in de gaten voor de komende ouder-kind lessen!*

**Meer informatie en/of aanmelden**

**Cosmic Light Energy™ - avond**  
**- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -**



**Voor iedereen die de Cosmic Light Energy-basis (en verder) heeft gevolgd.**

De Cosmic Light Energy-avond is een praktische avond die start met de Cosmic Light Energy healingmeditatie waarin je werkt voor het grotere geheel én aan jezelf. Daarna is het tijd voor onderling oefenen met behandelingen of specifieke technieken, kunnen vragen worden gesteld, geef ik waar ik kan nadere uitleg over de voortgang en ontwikkelingen op spiritueel/bewustwordingsvlak m.b.t. het Cosmic Light, werken we uiteraard met kaarten en daarnaast dat waar verder behoefte aan is.

Duur: avond van ca. 2,5 uur

Datum: do-av 28 februari 2019

*(aanmelden kan t/m 21 februari 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

**Meer informatie en/of aanmelden**

### **Relax Kids - Serie 'Wat voel ik, wat doe ik'**



**In maart starten we weer met het Relax Kids programma en kan je kind deelnemen aan een serie van 6 lessen.**

In de Relax Kids lessen werken we spelenderwijs aan het leren ontspannen en focussen (luisteren en concentreren).

Zo komt een kind weer in balans.

We gaan op een magisch avontuur en de kinderen zullen ontdekken hoe ze met beweging, spel, stretching, (onderlinge) kindermassage/voeloefeningen, ademhalingsoefeningen, positieve affirmaties en visualisaties helemaal tot ontspanning kunnen komen.

Een moment van op adem komen en rust hervinden voor kinderen in deze hectische wereld op een manier die bij hen past.

**De serie van maart 2019 heeft als speciaal thema  
'Wat voel ik, wat doe ik'**

*Deze Relax Kids lessen richten zich naast het basisconcept voor alle lessen specifiek op het herkennen en omgaan met emoties.*



Jij voelt je vast ook wel eens blij, boos, bang, verdrietig of iets wat daarop lijkt. Dit zijn jouw 'monstergevoelens'. En deze 'monsters' brengen je soms in de problemen, soms stop je ze weg en soms voel je zoveel tegelijk dat je niet meer weet wat je moet.

Je kunt last hebben van één monster of van alle 'monsters' tegelijk.

Dan ben je in de war, want je voelt je blij, verdrietig, boos, bang en kalm tegelijk.

Het is dan goed om deze warboel uit elkaar te halen.

Tijdens de lessen ga je je 'monsters' leren kennen.

Je gaat vriendjes met ze worden. Je gaat leren hoe je ze kunt helpen en hoe je ze uit elkaar kunt halen.

En zo kun je telkens weer terugkomen naar een blij, rustig en kalm gevoel.

Soms hebt je ook last van de 'monsters' van anderen en daarom leer je ook hoe je dit voor jezelf kunt oplossen.

**Startdata en thema's van de komende series tot de zomer 2019:**

**Start 6 maart 2019 15.30 uur - Wat voel ik, wat doe ik** (gericht op omgaan met emoties)

**Start 12 juni 2019 15.30 uur - Dit ben ik** (gericht op zelfvertrouwen)

Wil jij je kind eerst laten kennismaken met Relax Kids, laat je kind dan meedoen aan een van de losse lessen.

Data losse lessen

\* woensdag 20 februari om 15.30 uur - thema 'Vliegen als een elf'

\* woensdag 27 februari om 15.30 uur - thema 'Op safari'

*(aanmelden kan tot een week voor aanvang - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

*En houd de site in de gaten voor de komende ouder-kind lessen!*

**[Meer informatie en/of aanmelden](#)**



## **Spirituele Transformatiedag 'Kerntransformatie - Kernkracht'**



**Op vrijdag 8 maart organiseert Sattva de speciale transformatiedag 'Kerntransformatie - Kernkracht'.**

**Wat houdt jou nog af volledig vanuit je kracht te leven of je bewustwording verder te ontwikkelen. Wat overschaduwde op dit moment nog jouw kernkracht, je innerlijke kracht.**

**Wat maakt dat deze kracht nog niet in haar volle potentie naar buiten kan komen. Welke sluier ligt er nog over jouw innerlijke potentieel of je verdere bewustwording.**

**Een sluier uit een vorig, ander leven, een sluier van bijvoorbeeld angst, pijn, verdriet, depressie of boosheid.**

**Deze sluier mag deze dag opgelost, getransformeerd worden. Zodat jij je kernkracht, je innerlijke kracht volledig kunt gaan benutten. Zodat jij je bewustzijn verder kunt versterken, vergroten.**

**Jouw kernkracht vraagt op dit moment je aandacht.**

**De transformatie van verborgen potentieel naar uitdragen, leven en neerzetten van je kernkracht. Je kernkracht vraagt om gezien te worden.**

**Om gekend te worden, om je daadwerkelijke doel te gaan leven vanuit je volledige potentie en vanuit je hart.**

**En daaraan mag je deze dag werken.**

**Als jij dat wilt!**

Meldt je snel aan want vol is vol.

Datum: vrijdag 8 maart 2019

Tijd: 10.00 - 17.00 uur

Locatie: Sattva - Bredewater 16 te Zoetermeer

Aanmelden mogelijk t/m 1 maart 2019 (daarna alleen indien er nog plek is)

**[Meer informatie en/of aanmelden](#)**

## **Kennismakingsdag Cosmic Light Academy**



**September 2019 starten de beroepsopleidingen tot:**

- Energetisch & Lichaamsgericht Basis-practitioner CLE™ (2 jaar)
- Cosmic Light Energy™ Practitioner (vervolgjaar)
- Energetisch en Transformatief Procesbegeleider CLE™ (topjaar)

**Ben jij geïnteresseerd in andere mensen, dieren en/of je leefomgeving?**

**Maak je makkelijk contact met anderen? Stellen mensen zich open richting jou?**

**Wil je iets voor anderen betekenen? Kun je je inleven in een ander?**

**En wil je jezelf goed leren kennen?**

**Dan heb je het mogelijk in je een volwaardige en professionele practitioner of procesbegeleider te worden en passen onze opleidingen bij jou!**

### **GEINTERESSEERD: KOM DAN NAAR DE KENNISMAKINGSDAG VAN 9 MAART 2019**

Tijdens de kennismakingsdag geven we inhoudelijke informatie over de visie, inhoud en opbouw van de beroepsopleidingen.

Daarnaast zijn er tijdens deze dagen ook actieve ervaringselementen, zodat je ook praktisch ervaart hoe er binnen het Instituut wordt gewerkt.

Hierdoor krijg je een goed totaalbeeld van de opleidingen.

De kennismakingsdagen zijn alleen bedoeld voor diegenen die zich serieus op een beroepsopleiding oriënteren. Dit is ook de reden waarom wij een kleine bijdrage voor de dag vragen.

Bij inschrijving voor één van de beroepsopleidingen wordt het bedrag in mindering gebracht op de financiële investering van opleiding.

Na afloop van het programma is er de mogelijkheid tot een intakegesprek voor deelname aan een van de opleidingen.

Aanmelden voor een kennismakingsdag is noodzakelijk.

Datum: 9 maart 2019

Tijd: 10.00 - ca. 15.00 uur

**[Meer informatie - aanmelden - brochure aanvragen](#)**

## Zelfvertrouwen - leven vanuit je eigen kracht



Vind je het moeilijk voor jezelf op te komen, een gesprek aan te gaan,  
voor je eigen mening te staan, te geloven in jezelf en te vertrouwen op wie je bent en wat je kunt?  
Pas jij je aan je omgeving aan, aan wat jij denkt dat anderen van je verwachten?  
Of durf jij jezelf niet te laten zien?  
Dan is deze cursus wat voor jou.  
Want zelfvertrouwen kun je opbouwen, zodat je kunt leven vanuit je eigen kracht.

Tijdens de cursus 'Zelfvertrouwen - leven vanuit je eigen kracht'

werk je stap-voor-stap aan je zelfvertrouwen door:

- op een andere manier naar jezelf te leren kijken;
- te ontdekken wat je uit je kracht haalt;
- keuzes te leren maken;
- je verantwoordelijkheid aan te gaan;
- zelf te bepalen hoe je reageert op gebeurtenissen en;
- te ontdekken waar je kracht ligt.

Start: woensdagavond 20 maart 2019

Locatie: Sattva - Bredewater 16 te Zoetermeer

Aanmelden mogelijk t/m 10 maart 2019 (daarna alleen indien er nog plek is)

[Meer informatie en/of aanmelden](#)

**Cursus 'Cosmic Light Energy™ - Verdieping II**  
- Het nieuw helen en werken met energie en bewustwording -



Na de cursus 'Cosmic Light Energy™-Basis' is het mogelijk verdiepingscursussen te volgen waarin je je kennis en kunde op het gebied van werken en helen met de Cosmic Light Energy™ kan verdiepen en uitbreiden.  
De verdiepingscursussen zijn telkens drie dagen.

Tijdens de cursus Verdieping II komen onder meer de volgende onderwerpen aan de orde:  
bewustzijnsverhogende oefeningen en meditaties, versnellingsactivatie, werken  
en leven vanuit een hoger bewustzijn, communicatie,  
werken en helen op afstand, metaforisch en spiritueel werken,  
secret therapy, corrigeren lichtstralen, werken met zielen.

Duur: 3 dagen

Start: vrijdag 29 maart 2019

*(aanmelden kan t/m 20 maart 2019 - daarna alleen na telefonisch overleg en als er nog plek is)*

### **Meer informatie en/of aanmelden**

#### **'De Winkel'**



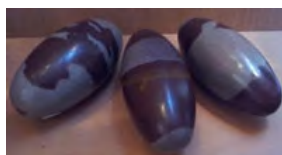
In 'De Winkel' kun je terecht voor een breed assortiment kristallen en onder meer  
(inzicht)kaartjes, pendels, salie, abaloneschelpen,  
Healing Arts Sprays, specifieke bloesemremedies, colloïdaal zilver en goud, meditatiekussentjes/-sets en  
diverse boeken (waaronder 'Over levens ...' van Janet Reuvekamp).

Voor jezelf of om cadeau te doen.

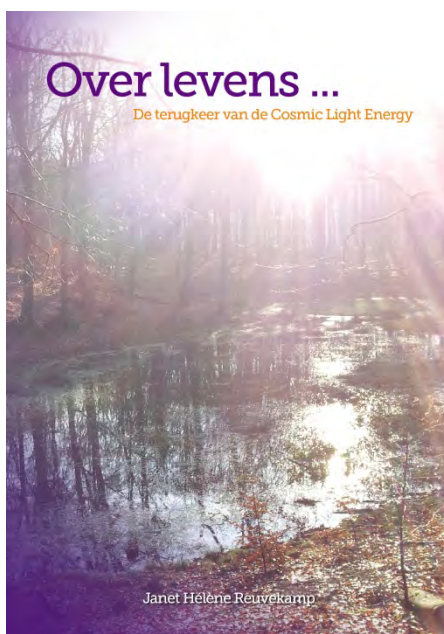
Wellicht leuk om een keer te komen 'neuzen'? Neem dan even contact op voor de mogelijkheden.

[Lees meer ...](#)

*De winkel van Sattva is binnen de praktijk/het cursuscentrum gesitueerd en is daarom alleen opengesteld voor cliënten en cursisten. De mogelijkheden tot aankoop van artikelen is gekoppeld aan de consulten en aan de cursussen/workshops of op afspraak.*



**'Over levens ...'**  
**De terugkeer van de Cosmic Light Energy**



Over levens ...

Een boek dat je raakt, triggert en heelt én je uitnodigt en uitdaagt het beste uit jezelf te halen. Om je levensopdracht neer te zetten en je levenspad te lopen.

Voel en ontdek wat dit verhaal in jou wakker maakt en in beweging zet. Want net als de hoofdpersoon Jelena heb jij je eigen uniekheid te leven op Aarde.

Over levens ... Vertelt het verhaal van het leven van Jelena en haar ontwikkeling tot Hogepriesteres van het Cosmic Light. Door de loop van haar leven en verschillende ervaringen komt Jelena achter haar levensopdracht. Jelena beschikt over bijzondere energetische vermogens. Ze heeft de kennis, kunde en energie uit verschillende levens weer bij elkaar te brengen om zo het Cosmic Light in deze Nieuwe Tijd volledig te kunnen neerzetten. Een intrigerend, rakend en spiritueel levensverhaal waarbij vorige, andere en parallelle levens een belangrijke rol spelen.

Over levens ... Vertelt het verhaal over de herrijzenis van de Cosmic Light Energy. Een van oorsprong Atlantische energie waarvan het vermogen en de kracht een lange tijd verborgen is geweest, maar die nu via Jelena weer ter beschikking komt voor de Aarde en de mensheid.

**'Over levens ...'** Een verhaal over groei, zingeving, het ontdekken van je levenspad en het volgen van je hart.  
**Een boek over bewustwording, spiritualiteit en energetisch werken.**

**'Over levens ...'** te koop in 'De Winkel' van Sattva en te bestellen via de sites van

**[Cosmic Light](#) / [Full Circle Instituut](#) / [Sattva](#)**

**[Lees hier een deel van de proloog](#) / [Lees hier enkele reacties](#)**

## VOLG ONS OP FACEBOOK

Wil je direct op de hoogte gehouden worden van de nieuwste informatie en onder meer de oneliners en Inspirals meekrijgen ....  
Like + Volg ons dan op Facebook.



Sattva



Full Circle Instituut



Cosmic Light Energy

### **Full Circle Instituut**

*voor Procesbegeleiding en Bewustwording*

Bredewater 16  
2715 CA Zoetermeer  
T: 06 - 21 580 980  
[www.sattva.nl](http://www.sattva.nl)

### **Sattva**

*Praktijk voor Psychodynamische en Energetisch Therapie  
Centrum voor Persoonlijke Groei en Bewustwording*

Bredewater 16  
2715 CA Zoetermeer  
T: 06 - 21 580 980  
[www.fullcircle-instituut.nl](http://www.fullcircle-instituut.nl)



© Full Circle Instituut & Sattva / Janet Reuvekamp

*Via E-nieuws wordt je op de hoogte gehouden van het laatste nieuws van Full Circle Instituut en Sattva en daarmee ook over de startende (extra) cursussen, workshops en intensives.  
Mocht je E-nieuws niet meer willen ontvangen, stuur dan een e-mail met in het onderwerp 'uitschrijven e-nieuws' om je uit het mailbestand te laten halen. Je ontvangt hierover een bevestiging.*