



Informatie Waarderend Tegenkracht



ITZAMNA

‘In regie met Jezelf, in balans met je leven’

Januari 2025

Herkenbaar?

Worstel jij met persoonlijke uitdagingen, professionele obstakels, of spirituele vragen? Futloos, moe voelen en weinig energie om dingen te ondernemen of af te maken? Of ondervind je conflicten wat kan leiden tot verzuim, depressief voelen of je niet gehoord voelen?

Ben je nieuwsgierig wat oude wijsheden voor jou kunnen betekenen om het leven lichter te maken. Met als resultaat dat je meer tevredenheid gaat ervaren met Jezelf en waar je mee bezig bent.

Alles is Energie

Er bestaan diverse opvattingen over wat levensenergie precies is en hoe het ontstaat. Er zijn bijvoorbeeld veel nuances wat betreft de synoniemen van levensenergie. Bijvoorbeeld Chi of vrije energie' uit China. Prana uit het oude India, Kundalini is in Indiase geschriften beschreven: Yoga of Tantrische oerkracht in het menselijk lichaam.

Ik werk vanuit een holistische benadering. Dan is alles verbonden met elkaar en bestaat alles uit energie. Er is geen begin en geen eind van energie. Als deze energie in balans is, zit je lekker in je vel. Je voelt je fysiek, gevoelsmatig en mentaal stabiel en vitaal.

De levensenergie resoneert overal. Je ervaart bijvoorbeeld zelfvertrouwen. De beweging van de levensenergie kan je het beste voorstellen in de vorm van een spiraal, niet lineair.

Energie uit de Tzolkin

Bij Itzamna maak ik gebruik van de oude Maya Tzolkin-kalender om de energie van de dag te benutten. Dit helpt je om jouw uitdagingen vanuit een positief perspectief te benaderen en om zelf in balans te blijven, zelf in moeilijke tijden.

Wanneer jij oploopt tegen belemmeringen, terugkerende patronen of energielekken dan maak ik gebruik van oude wijsheden. Mijn kracht ligt in de combinatie van spiritualiteit en een praktische aanpak.

Dit doe ik alleen wanneer jij daarvoor open staat, wij daarover hebben gesproken en enkel met jouw instemming!

Hoe werkt de Tzolkin?

Voor de Maya's is Tijd kwaliteit. Tijd is daarin niet lineair, zoals onze tijdsindeling is ingericht, maar

cyclisch. De Tzolkin geeft de energetische kwaliteit van gisteren, vandaag, morgen of volgende week weer.

Het bijzondere hiervan is dat de energie die je vandaag ervaart zich over 260 dagen zich weer opnieuw zal manifesteren. De Tzolkin benadert tijd vanuit haar kwaliteit.

De Tzolkin is opgebouwd uit 20 zonnetekens (met elk een kwaliteit en een schaduwzijde) en 13 tonen (13 expressie-/uitingswijzen van de zonnetekens) die samen een unieke matrix vormen. $13 \times 20 = 260$ dagen, de Tzolkin. De zonnetekens, tonen en energiebanen zijn in het menselijk lichaam terug te vinden, Bijvoorbeeld de 13 tonen zijn de belangrijkste gewrichten in je lichaam.

Door mede gebruik te maken van de Tzolkin kan jouw energetisch en spiritueel systeem op gang en meer in balans worden gebracht door mogelijke blokkades te verzachten/weg te nemen. De Tzolkin geeft ook duiding van mogelijkheden voor persoonlijke ontwikkeling. Groei door bewuste Eigen Regie.

Toepassing

Wat de mogelijkheden zijn lees je hieronder. De verschillende onderdelen kunnen naar behoefte ingepast worden in coaching- en/of Spiegelgesprekken. Maar ook toepasbaar als ondersteunend middel zonder coaching- of Spiegelgesprek. Dat bepalen we vooraf samen.

A. Energetische massage/drukpuntbehandeling

De behandeling vindt haar basis in de Maya filosofie en levensovertuiging, de Tzolkin. De plaats van de zonnetekens, de gewrichten en de energiebanen in het lichaam worden 'onder handen genomen'.

Dit om het eigen energetisch systeem op gang te brengen en mogelijke blokkades te verzachten/weg breng ik met een gerichte massage/ drukpunten-behandeling de energiebanen weer in verbinding met elkaar en in beweging.

Je voelt dat de energie gaat stromen en het geeft verlichting. Juist de diepere lagen wordt met deze energetische behandeling aangeraakt.

B. Reikibehandeling

Bij Reiki geef ik de Universele energie door om jouw zelfhelend vermogen te op gang te brengen. Reiki zet ik in voor verlichting van fysieke- of mentale

klachten, stress. Bij de Reikibehandeling lig je met kleding aan op een behandeltafel.

Ik raad gemakkelijk zittende kleding om zo ontspannen mogelijk te kunnen liggen. Door middel van verschillende en bepaalde handposities geef ik de universele energie via mijn handen op specifieke plekken op je lichaam, bijv. de Chakra punten. Na de behandeling ontstaat ruimte, rust, ontspanning, energie en inzicht.

C. Hoopvol Gesprek

Druk bezig om alles op de 'to do' lijst af te strepen? (Te)veel aan de kop en een terugkerend opgejaagd gevoel? Zelf sturing geven aan alles dreigt uit je handen te glippen?

Om tijdig ernstige gevolgen voor Jezelf te voorkomen kan het 'Hoopvol gesprek' een eigen baken zijn. Het Gesprek kenmerkt zich door warme nabijheid en op jouw afgestemde verdiepende vragen.

Het Gesprek geeft Inzicht in eigen mogelijkheden, eigen grenzen, eigen sturingsalternatieven. Op basis van (her)vinden Eigen Hoop en Vertrouwen ontstaat een eigen preventief uitzicht met regelmogelijkheden.

In maximaal 3 gesprekken van ± 1 uur ga ik met je in gesprek. Je legt zelf jouw hoopvolle basis zodat je verder kan bouwen. In rust, bewust en met overzicht. Tegelijk pak je voel- en zichtbaar je eigen verantwoordelijkheid! Wat wil je meer? Het vraagt wat van Jezelf. Het brengt wat voor Jezelf!

D. Workshop 'De Levensles 'Eigen Regie'

Met de workshop 'De Levensles 'Eigen Regie' ga je dat zelf actief ontdekken. In stilte, met oefeningen, in dialogen met jezelf ga je dit tot ervaring maken. De fysieke, mentale, spirituele, energetische en gevoelsmatige systemen worden geactiveerd. Dit in samenhang met jouw vraag. Een gecombineerde, intense en intensieve workshop. Individueel of voor max. 4 deelnemers.

Je ervaart het leven als stressvol. Je hebt het gevoel dat je machteloos bent, geen eigen regie meer hebt, ongelukkig bent en de weg met Jezelf kwijt bent. Je vraagt je ten diepste af "Wie ben ik?" Je bent wie je bent. Met deze workshop ga je ervaren dat je de Eigen Regie niet kwijt! Je leert ermee om te gaan.

Zo kan je bewust (her)ontdekken wie je wilt zijn en jezelf besluit over jouw ontwikkeling pad.

E. Zoemen in de Ziel

De Spirituele boodschap in 2025 is 'Alles te onderzoeken waarmee we te maken hebben'.

Het is belangrijk dat je je eigen 'waarheid' ontdekt. Alles wat je onderzoekt, ondersteunt het beeld dat voor jou leidend is.

Wat is daarin de rode draad? Dat we ons mens-zijn volledig accepteren en dat we onszelf onvoorwaardelijk liefhebben. Ga bewust met mensen, onderwerpen en situaties, waartoe jij je aangetrokken voelt, meer inhoud gaan geven aan de spirituele dimensie van het universum.

Via de belangrijkste delen van jouw eigen Persoonlijk Resonantie Profiel maak ik jou wegwijs in de Spirituele en Energetische wijsheid uit de Tzolkin. De Licht- en Schaduwzijde van jouw geboorte energie komt langs. We zoemen samen wat rond in jouw Ziel. Zodat je daarna op een eenvoudige manier je Eigen dagelijkse weg kan duiden en richten! In Eigen Regie dus!

We gaan op zoek naar wie en wat je inspireert en koestert wat je werkelijk bezielt. Je zult daarmee je eigen inspiratiebron worden en die voor je sociale omgeving. Alles wat er in je leven plaatsvindt heeft betekenis. Wees alert en blijf nieuwsgierig naar de Energetische en Spirituele dimensie van het leven.

Locatie

De gesprekken vinden plaats in Het Coachhuis in Hengelo (Ov.). Dit is gevestigd in het Ondernemershuis H10 aan de Hamerstraat 10. In bijzondere situaties kunnen we een overleg ook per videocall houden.

Zorgvuldigheid

Onze gesprekken en het proces blijven vanzelfsprekend vertrouwelijk.

Offerte

Alles wat we bespreken, ontvang je in een offerte. Deze is 12 dagen geldig.

Op onze samenwerking zijn de ITZAMNA Algemene leveringsvoorwaarden van toepassing. Zie de link: www.itzamna.nl/itzamna-algemene-voorwaarden.

Investerings

Informatie voor prijsopgave? Neem dan contact met mij op. Zie hieronder. De bedragen zijn altijd exclusief 21% BTW. De huur van de praktijkruimte is hierbij inbegrepen

Factuur

Je ontvangt maandelijks achteraf een factuur op basis van werkelijk gemaakte uren. Betalingstermijn is 14 dagen.

Afzeggen/verplaatsen afspraak

Als je een afspraak wil annuleren of verplaatsen, vraag ik je mij minimaal 24 uur van tevoren te informeren. Doe je dit te laat, dan kan ik genooddaakt zijn om de kosten van onze afspraak in rekening te brengen

Wil je meer informatie of heb je vragen?

Mobiel: 06 – 2395 0676

Email: eric-itzamna@outlook.com

*Het Kleine Goede wat ons dagelijks bijna
achteloos passeert,
Geeft datgene bij bewust ontmoeten
wat jij of jullie soms ontbeert?
In een wederzijdse, betrokken spontane
blik van blijdschap om die Ander te
ontmoeten,
Waardevolle herinneringen zijn geboren
en mogen we met warme Liefde
begroeten.*

Even voorstellen:

Eric Godschalk



Ik ben geboren en getogen in Nederland en heb een (internationale) HR-achtergrond. Daarnaast was ik (arbeids)veiligheid en gezondheidsadviseur. Ik verricht al jarenlang freelance coachopdrachten, specifiek voor organisatieontwikkeling. In de zorg, bij de overheid, woningcorporaties en voor productiebedrijven.

In 2017 ben ik met ITZAMNA begonnen. Hier ligt mijn focus op individuele vraagstellingen en behoeften. Vaak over persoonlijke thema's: zingeving, levensvragen, blokkades en trauma's. Ik voer waardevolle reflectiegesprekken: 'Kerngesprekken'. We raken de diepere lagen, de kern, door onder andere gebruik te maken van systemisch werken.

Ik combineer wetenschap met spiritualiteit. Daarvoor heb ik 12 jaar bij een Maya-leermeester de spiritualiteitscyclus en rituelen bestudeerd en mij eigen gemaakt. Ik ben bevoegd Energetisch masseur, gebaseerd op de Tzolkin, de spirituele kalender van de Maya's. Ook ben ik Reiki Master.

Naast individuele coaching begeleid ik workshops en Inspiratiebijeenkomsten over zingeving, traumaopvang en -nazorg en persoonlijk geluk.

Disclaimer

Intellectuele-eigendomsrechten

Elke vorm van openbaarmaking of verveelvoudiging (in de ruimste zin van het woord), elk gebruik van een kopie, of het verveelvoudigen of verspreiden van (een deel van) de inhoud van deze ITZAMNA-informatiefolder anders dan voor persoonlijk, niet-commercieel gebruik is strikt Verboden.

© Alle rechten voorbehouden

Het is ten strengste verboden materiaal van ITZAMNA-informatiefolder te kopiëren, opnieuw te verspreiden of te publiceren, of te wijzigen, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van ITZAMNA.