

# Basisopleiding tot Kum Nye trainer



## 'Embodying Vibrant Aliveness' 26 januari 2018 - 16 september 2019 Oriëntatiedag: zondag 14 januari 2018

Met trots en enthousiasme kondigt het Nyingma Centrum Nederland de tweede editie aan van de basisopleiding tot Kum Nye trainer. Deze opleiding wordt onder supervisie van Arnaud Maitland aangeboden in de Nyingma centra in Amsterdam, Keulen, São Paulo en Rio de Janeiro.

Vele duizenden studenten overal ter wereld profiteerden al van de unieke manier waarop Kum Nye lichaam en geest ontspant en integreert. Kum Nye doet mentale en fysieke blokkades smelten en bevordert zowel de fysieke gezondheid als algehele levensvreugde.

Kum Nye wordt in groepen onderwezen en wordt inmiddels ook met succes toegepast o.a. door fysiotherapeuten, psychotherapeuten en aanverwante beroepen. De wens om de weldaden van Kum Nye verder de wereld in te brengen vormt de drijfveer tot het aanbieden van deze opleiding. De opleiding is geschikt voor mensen die Kum Nye op een basisniveau (level 1) willen leren doorgeven of willen toepassen in een bestaande beroepspraktijk.

**Oriëntatiedag 10-16 uur**  
**zondag 14 januari 2018**

**kosten incl lunch: €55 - geld terug als je gaat deelnemen aan de opleiding**

### *Citaten van eerdere deelnemers*

“De opleiding heeft mij blijdschap, vreugde, rust en kalmte gebracht.” – Ilonka

“De beoefening geeft mij ontspanning, evenwicht en innerlijke vrijheid. Door de opleiding ervaar ik Kum Nye meer als een levenshouding.” – Ien

“In de opleiding krijg ik de tijd om alle Kum Nye levels werkelijk in mijn systeem te integreren. De trainers en coaches staan vol enthousiasme voor je klaar, om je met veel jaren aan ervaring bij te staan.” – Tom

De basisopleiding tot Kum Nye trainer bestaat uit:

- 9 trainingsweekenden waarin de basisbeginlessen van Kum Nye worden behandeld. Er is ook ruimte voor oefenen met lesgeven, intervisie en verdieping.
- 8 E-Kum Nye trainingen van elk 10 lessen;
- line by line reading van het Kum Nye boek waarmee de deelnemers thuis in hun eigen omgeving praktisch en theoretisch studeren.

De totale opleidingsduur is 18 maanden.

Na afronding van de opleiding wordt verwacht dat deelnemers blijven oefenen en (bij-)scholen. Voor meer informatie: download van onze website de '[Studiegids Basisopleiding Kum Nye trainer](#)'. Nyingma Centrum Nederland is als enige in Nederland bevoegd om Kum Nye te onderwijzen en trainers op te leiden.

# 9

## Weekenden

### Kum Nye training

za 14.00 tot zo 16.00 uur

- weekend 1 26-27-28 jan 2018
- weekend 2 07-08 april 2018
- weekend 3 16-17 juni 2018
- weekend 4 08-09 sept 2018
- weekend 5 03-04 nov 2018
- weekend 6 12-13 jan 2019
- weekend 7 23-24 mrt 2019
- weekend 8 01-02 juni 2019
- weekend 9 13-14-15 sept 2019

### Kosten voor de Basisopleiding

€2700 of 18x €150 per maand

inbegrepen:

8 E-Kum Nye levels (80 lessen),  
persoonlijke coaching, audiomateriaal,  
stagebegeleiding en 9 trainingsweekends

# 8

## E trainingen Kum Nye

dagelijks thuis oefenen

10 lessen per level

Inbegrepen in de opleiding:

|              |                       |
|--------------|-----------------------|
| E-KN level 1 | Kum Nye Ontspanning   |
| E-KN level 2 | Kum Nye Transformatie |
| E-KN level 3 | Innerlijke Balans     |
| E-KN level 4 | Room van Kum Nye      |
| E-KN level 5 | Ervaring benutten     |
| E-KN level 6 | Top 10 van Kum Nye    |
| E-KN level 7 | Kracht van de adem    |
| E-KN level 8 | (1 level naar keuze)  |

### Kum Nye

*Kum Nye (spreek uit koem njee) vindt zijn herkomst in Tibetaanse medische teksten uit de 8e eeuw, waarin vaak verwijzingen worden gegeven voor genezing van ziekten veroorzaakt door geblokkeerde energie. Tarthang Tulku heeft de oefeningen aangepast aan de behoefte van de westerse mens.*

### KUM NYE: VOELEN EN BEWUSTZIJN

Kum Nye kenmerkt zich door het bewust worden van gevoelens en sensaties in het lichaam die door het oefenen worden opgewekt.

Houdings- en bewegingsoefeningen, ondersteund door de adem helpen bij het (her-)ontdekken van onze gevoelens en sensaties. Subtiele energieën worden gestimuleerd en die helpen lichaam en geest te integreren. Een diep gevoel van ontspanning wordt teweeg gebracht op fysiek, mentaal en energetisch niveau.

Door langzaam en bewust te bewegen kunnen sensaties, die eerder niet volledig gevoeld werden, weer naar de oppervlakte komen en geïntegreerd worden. Bewust worden van wat je voelt is niet altijd onder woorden te brengen.

Het voelen heeft eerder een 'smaak', die in stilte 'geproefd' kan worden.

Zonder oordeel te hebben of aan jezelf te vertellen wat er gebeurt, brengt Kum Nye je in contact met het directe ervaren.

### In de basisopleiding tot Kum Nye trainer

ligt het accent op het leren werken met de wijsheid van het lichaam via de langzame bewegingsoefeningen en zelfmassage die Tarthang Tulku beschrijft in zijn boek *Kum Nye Tibetaanse Ontspanning*.

Dit boek is verkrijgbaar via [www.lotusdesignwinkel.nl](http://www.lotusdesignwinkel.nl).