



Woensdag 28 september 2011 - Aanvang 20.00 uur - Zaal open: 19.30 uur

De Innerlijke Bevrijding

Jezelf Helen en Creëren wat je wilt - met Arjen Slijp - Boekpresentatie



Wijk Ontmoeting Centrum Spieghelwijk, Iepenlaan 354 A, 1406 RG, Bussum
Laagbouw tussen Iepenflat en Verzorgingshuis Zandzee tegenover Iepenlaan 119
Entrée: Bijdrage met een minimum van 5 Euro

In deze bijzondere tijd van bewustwording en veranderingen vind ik het bijzonder fijn Arjen Slijp te verwelkomen om over zijn eigen "bevrijdings"proces te komen praten en zijn gloed-nieuwe boek: DE INNERLIJKE BEVRIJDING. Arjen heeft dit vanuit eigen ervaring geschreven. Ik ken Arjen als een bijzonder mens, hij en zijn gezin zijn lieve vrienden. Voor Café Gaudi: echt een feest om hem te ontmoeten en nader te leren kennen en voor mij een feest om samen te werken. Bijzonder is: Arjen was een succesvol reclameman, heeft jarenlang de vermoeidheidsziekte ME gehad. Pas toen hij de blokkade - opgeslagen emotionele pijn - had opgeruimd, kon hij genezen.



Café Gaudi is de plaats om over veranderingsprocessen contact te hebben. We beginnen met een vraaggesprek over Arjen's leven en werk. Ik ga Arjen interviewen. Na de pauze kan iedereen vragen stellen. Het is de bedoeling dat het een gezellige en inspirerende avond wordt. Het boek is dan ook te koop en Arjen zal met plezier signeren. Als ik het boek opensla krijg ik meteen de volgende zinnen onder ogen: *... "Je kunt niet gezond zijn én je woede onderdrukken, het onderdrukken van woede put je uit. Ben je eens meerdere dagen om onverklaarbare redenen moe en het je het gevoel dat je niet vooruit te branden bent? De kans is groot dat je boosheid hebt onderdrukt. Ook een overmatige behoefte aan slaap kan erop duiden dat je woede onderdrukt; het is er de oorzaak van dat je nooit goed uitrust. Het beste wat je kunt doen is de boosheid volledig te voelen. Woede is niet iets om je voor te schamen. Woede is je eigen levenskracht die is vervormd, meer niet. Die levenskracht is echter wel essentieel voor je gezondheid en welzijn."*...

"De Innerlijke Bevrijding is een methode waarmee je oude emotionele pijn opruimt, de leugens van het stemmetje in je hoofd (het ego) doorziet en ervaart wie je in essentie bent. Je kunt de Innerlijke Bevrijding toepassen op alle kwesties in je leven. Zo kun je bijvoorbeeld je eigenwaarde vergroten, een trauma verwerken, je levensvreugde vergroten en je gezondheid verbeteren. Ook kun je met de Innerlijke Bevrijding makkelijker creëren wat je wilt, zoals het werk dat je het liefst doet.

Uit eigen ervaring kan ik eraan toevoegen - wij hebben allemaal angsten, woede, verdriet, haat- het hele scala- dat is menselijk. En ja, het is de kunst emoties te voelen- weten waar ze vandaan komen, er goed mee om leren gaan. Dat is helend. Graag tot ziens die avond. Met hartelijke groet, Janneke Monshouwer



Janneke Monshouwer

Aanmelding In verband met de ruimte is het fijn om te reserveren. Stuur svp een mail naar monshouwer@xmsnet.nl dan is de aanmelding genoteerd. In de zaal kunt u betalen.

Info: Café Gaudi - Janneke Monshouwer - monshouwer@xmsnet.nl - www.cafegaudi.nl