



Woensdag 26 oktober 2011 - Aanvang 20.00 uur - Zaal open: 19.30 uur

Innerlijke Bevrijding

Jezelf Helen en Creëren wat je wilt - met Arjen Slijp

Entrée: Bijdrage met een minimum van 5 Euro

Locatie: Wijk Ontmoeting Centrum Spieghelwijk, Iepenlaan 354 A 1406 RG, Bussum. In de Laagbouw tussen de grote bejaardenflats Iepenflat en Verzorgingshuis Zandzee. (Tegenover Iepenlaan 119)



Heel fijn om weer een Café Gaudi-avond aan te kondigen met Arjen Slijp en "Innerlijke Bevrijding". Hierbij moet ik denken aan de woorden van dr. Phil vrij vertaald: "Je kunt alleen datgene bij jezelf veranderen wat je erkent..." Het gaat eerst om bewustzijn. En dan kun je er iets aan doen. Wat mijzelf zo in het werk van Arjen aanspreekt is dat het een praktische en effectieve manier is om eerst via contact met een emotie en/of pijn in ons lichaam ons bewust te worden waar een innerlijke belemmering vandaan komt, en ons ervan te bevrijden en in de (gelijk-)stroom komen van onze oneindige, overvloedige, levengevende Bron. De vorige keer ging het voornamelijk om de theorie. Dit keer focussen we ons op de inhoud en de beleving.



Arjen Slijp: "Relaties brengen vaak gedragspatronen bij ons naar boven en tonen onze niet-geheelde aspecten. Patronen die we vaak eerder bij anderen zien dan bij onszelf en die onze vrijheid ontnemen zoals: de neiging hebben om een ander te domineren, onze partner overdreven beschermen of verzorgen, ons meer of minder voelen dan een ander, ons slachtoffer voelen van een ander, erkenning willen hebben, onszelf willen laten gelden, het altijd beter weten, gesloten en afstandelijk zijn... Dit zijn maar enkele vormen

van gedrag binnen onze relaties waaraan pijn ten grondslag ligt. Het goede nieuws is dat we deze pijn en patronen kunnen helen.

Graag zou ik deze avond het volgende willen doen: - beginmeditatie - kort vertellen hoe pijn ontstaat en hoe dit tot kwesties in je leven leidt - wie we werkelijk zijn: de Bron - hoe in relaties met onze partner, ouders, kinderen, collega's, etc onze kwesties (niet geheelde stukken) naar boven komen - een voorbeeldsessie met een vrijwilliger op een eenvoudige kwestie - eindmeditatie"



Graag tot ziens die avond.
Met hartelijke groet, Janneke Monshouwer



Aanmelding In verband met de beperkte 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.

Janneke Monshouwer

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