

CAFÉ GAUDI



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

Innerlijke Bevrijding

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

Locatie: Wijk Ontmoeting Centrum Spieghelwijk, Iepenlaan 354 A, 1406 RG, Bussum
Laagbouw tussen Iepenflat en Zandzee tegenover Iepenlaan 119
Entrée: Bijdrage met een minimum van 7,50 Euro incl. koffie, thee

In deze bijzondere tijd van bewustwording en veranderingen kondig ik met plezier weer een avond aan met Arjen Slijp over "Innerlijke Bevrijding". Een prachtige methode om "oud zeer" en innerlijke blokkades en belemmeringen op te ruimen. Café Gaudi is de plaats om over veranderingsprocessen contact te hebben. Als ik Arjen's boek open sla krijg ik de volgende zinnen onder ogen:



Arjen Slijp ... "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 hoort erbij, 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. Dat kunnen we leren en oefenen. Graag tot ziens die avond. Met hartelijke groet, Janneke Monshouwer



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

Janneke Monshouwer