



## Uitnodiging

### Arjen Slijp - Innerlijke Bevrijding - Jezelf Helen en Creëren wat je wilt

Woensdag 29 februari 2012

Aanvang: 20.00 uur. Zaal open: 19.30 uur

Entrée: 7,50 incl. consumpties

Locatie: Wijkcentrum Spieghelwijk, Iepenlaan 354 A, 1406 RG Bussum (t/o Iepenlaan 119) bij "Zandzee". Routebeschrijving zie Bijlage

"**De Innerlijke Bevrijding**" is een prachtige methode om oud verdriet en "oud zeer" te helen en innerlijke blokkades en belemmeringen los te laten/op te ruimen. Het is natuurlijk heel bijzonder om op deze extra dag in 2012 (29 februari) weer een avond met Arjen Slijp aan te kondigen:



**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 heb 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, initiatiefneemster Café Gaudi



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

Janneke Monshouwer