

# *Vrijheden*

## **Inhoud van deze nieuwsbrief**

- Laatste activiteiten van dit “schooljaar”
- Vrijheden
- Interessante links
- Volledige agenda

## **Laatste activiteiten voor de zomervakantie**

Er zijn nog 4 activiteiten voor de zomervakantie

- HEEL door LEEF migraine op 8 juni in Zwolle
- De praktijkdag diagnoseshock, symptomeshock en soepdiagnose op 13 juni in Heeze of Roosendaal. Hiervoor zijn nog meer heel weinig aanmeldingen en als er weinig of geen mensen meer bij komen, dan verplaats ik het naar Roosendaal.
- Op 22, 23, 28 en 29 juni is de 4-daagse “Bio-Logica van Gedrag en Karakter” in Apeldoorn.

Deze workshop gaat vooral over de conflict actieve fase en hoe ons gedrag verandert om bepaalde omstandigheden te vermijden. Het gaat over begrip en compassie voor elkaar. Het geeft prachtige inzichten die je weer heel anders naar jezelf en je medemens laat kijken.

- De eerste week van juli, op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag, sluiten we het “schooljaar” in Heeze af met 4 dagen “Leven in Vertrouwen – Vertrouw je Lichaam”, het grote omdenken op fysiek, mentaal, emotioneel en situationeel gebied.

## **Vrijheden**

De afgelopen weken waren zowel rustig als druk:

Druk vanwege de pups, die nu 3 weken zijn en groeien als kool. Eergisteren hebben we een grotere kooi gemaakt waarin ze lekker kunnen bewegen en een aparte slaapplek hebben, zodat het voor mijn man te behappen is als hij er alleen voor moet zorgen.

Rustig omdat ik, gedeeltelijk door de pups, weinig activiteiten had en daardoor kon ik me een dikke week eens op iets anders concentreren: de financiële vrijheid en het creëren van een extra passief inkomen, een basisinkomen.

Heerlijk, ik geniet ervan!

In feiten hebben we 4 vrijheden nodig hebben om onafhankelijk van “het systeem” te kunnen functioneren: medische vrijheid, financiële vrijheid, vrijheid van energie en vrijheid van voeding. De laatste 2 kunnen met geld verwezenlijkt worden, dus zijn de eerste 2 het belangrijkste en ik ben nu met beiden bezig, zie ook mijn facebookpagina “Leven in vertrouwen – Spiologie”.

De andere twee staan nog op mijn verlanglijstje en die komen zeker.

De BN geven de mogelijkheid voor medische vrijheid. Dit betekent echter niet dat je door de kennis van de BN niet meer ziek wordt of dat die je “beter” maken. Het betekent ook niet dat je geen hulp meer nodig hebt of dat het allemaal vanzelf gaat. Het betekent dat je een gefundamenteerde keuze kunt maken over hoe jij met jou problemen, ziekten en/of situaties om wilt gaan. Dat is de vrijheid die je creëert door bestudering van de BN: **keuzevrijheid!**

Er is nog steeds heel veel werk aan de winkel, maar dat werk is werk aan jezelf, iets wat een ander niet vóór je kan doen, maar je wel mee kan helpen.

Vaak kom ik mensen tegen die verbijsterd zijn als iemand die de BN goed kent in een heftig proces terecht komt of dat zo iemand niet “beter” wordt. Maar dat toont dan dat die persoon de oplossing van zijn of haar probleem in de BN zoekt en dus buiten zichzelf: “de BN gaat mij beter maken”.

Maar de BN doen niets, zelfs het vaak gehoorde gezegde dat die kennis de angst voor ziekten wegneemt, is op zijn best maar gedeeltelijk waar.

Toch is die kennis wel het begin, het is een nieuw idee, een nieuwe mogelijkheid die er voorheen niet was. En daardoor is het dus bijzonder waardevol!

Maar dan begint het pas, want als je rationeel weet dat de angst voor wat jij “hebt”, niet nodig is, dan houdt dat nog niet in dat die angst weg is. Denk maar aan claustrofobie: je kunt rationeel heel goed weten dat in een lift naar boven gaan niet gevaarlijk is, de angst is er toch en beheerst en overheerst je. In feite is het iets dat je niet onder controle hebt en wat zich in het onderbewuste afspeelt.

Met angst voor ziekten, en zeker voor ernstige ziekten, is het net zo: je *begrijpt* dan dat je niet meer bang hoeft te zijn, maar wordt je er weer mee geconfronteerd, dan ervaar je, dan *voel* je dat die angst helemaal niet weg is!

Er zijn zoveel mensen die me zeggen: ik begrijp het helemaal, maar **hóe dóe** je dat nu in de praktijk?

Ik heb zelf jarenlang last gehad van hooikoorts en hoewel die nu met 90% is afgenomen, heb ik er in deze tijd nog steeds een klein beetje last van: jeukende oogleden. En onwillekeurig begin ik dan in mijn ogen te wrijven: ik wil de jeuk weg hebben (ook onbewust!!) en dus zit ik in de symptomeshock.

Het kost heel wat zelfdiscipline om de jeuk dan te voelen en er niet op te reageren, het er te laten zijn, het te HELEN door te DOORLEVEN. En het werkt weer, tot mijn eigen verbazing... Het is even stug doorzetten, maar nu, de tweede dag dat ik

me er echt toe heb gezet, merk ik het resultaat: mijn oogleden jeuken aanmerkelijk minder, zelfs als ik door hoog gras heb gelopen. Fantastisch, dit zijn zulke mooie oefenmomenten! En deze ervaring van iets kleins, sterkt me voor het geval ik later eventueel iets groots tegen kom.

Maar of het me dan ook zo lukt, weet ik echt niet. Ondragelijke pijnen of ondragelijke jeuk is geen kleinigheid en moet niet onderschat worden. Velen komen daar niet doorheen en dat is heel begrijpelijk. Ik kan niet zeggen dat ik dat wel kan, ondanks al mijn kennis van de BN.

### **Interessante links**

Hier een prachtig voorbeeld van een epileptische aanval bij een antilope: de “freeze”-reactie toen hij door de luipaard was overmeesterd en niet “weg kon komen” (het conflictthema van de spieren). Dan de herstelfase na het weglopen van het luipaard: hij komt los en blijft even liggen. Dan volgt de crisis, de epileptische aanval: de spieren die verlamden om de freeze-reactie te bewerkstelligen, zijn weer klaar om hun functie te hervatten en dat gaat in eerste instantie ongecontroleerd: het dier maakt schokkende bewegingen. Hij heeft daar geenoordeel over, hij HEELT door te DOORLEVEN.

Na de crisis springt hij op en loopt weg. Dit is de natuurlijke functie en betekenis van een epileptische aanval of een krampaanval. Er gaat niets mis, er is niets fout!

[https://www.youtube.com/watch?v=UPr\\_Eh647hg&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=UPr_Eh647hg&feature=youtu.be)

Interview met Ronald Bernard, die de kringen van de elite uit eigen ervaring heeft meegemaakt. Pas op, schokkend!!

<https://www.youtube.com/watch?v=39YQbv6vEFA>

Ronald is de initiatiefnemer van De Blijve B(ank), die een andere manier van bankieren nastreeft, zonder rente! <https://deblijeb.nl/thuis.html>

Laten we onafhankelijk worden van de elite en samen een werkelijk vrije wereld creëren! Hoe mooi dat steeds meer mensen dat beseffen en initiatieven nemen. Gisteren tijdens de BN intervisiegroep kwamen er ook weer een paar fraaie voorbeelden ter sprake.

## **Volledige agenda** (<http://www.levensbewustzijn.nl/Activiteiten/Agenda-workshops-en-lezingen/>)

### ***Lezingen en introductiedagen***

- In het najaar komt er een lezing over vaccinaties in het licht van de BN in Zutphen. Nadere details volgen.
- **2018: Introductiedag “Leven in Vertrouwen”**  
Zaterdag 24 februari in **Groningen**

### ***Workshops***

#### **Vierdaagse basisworkshop “Leven in Vertrouwen - Vertrouw je Lichaam”**

- Maandag 3, dinsdag 4, donderdag 6 en vrijdag 7 juli te **Heeze** (bij Eindhoven)
- Donderdag 31-8, vrijdag 1-9, donderdag 14-9 en vrijdag 15-9 te **Barendrecht**

#### **Vierdaagse workshop “Bio-Logica van Gedrag en Karakter”**

- Donderdag 22, vrijdag 23, woensdag 28 en donderdag 29 juni te **Apeldoorn**
- Donderdag 21, vrijdag 22, donderdag 28 en vrijdag 29 september te **Hilversum**
- Woensdag 4, donderdag 5, woensdag 11, donderdag 12 oktober te **Assen**

### ***Praktijkdagen***

Er wordt altijd rekening gehouden met de interesses van de deelnemers. In de ochtend wordt er dieper ingegaan op een bepaald aspect van de theorie en de middag is praktijk met oefeningen en casussen. Elke praktijkdag is anders, ook al is het onderwerp hetzelfde. De praktijkdagen “Het verhaal van het lichaam” en “Leer jezelf kennen” zijn onderdeel van de workshops “Leven in Vertrouwen - Vertrouw je lichaam” en “Bio-logica van gedrag en karakter”. Zij kunnen ook los gevolgd of herhaald worden.

Andere praktijkdagen zijn:

- **Diagnoseshock - Symptomeshock - Soepdiagnose**  
Dinsdag 13 juni te Heeze/Roosendaal. Dit bleek een hele leuke praktijkdag te zijn, een aanrader!
- **Casussen van borstkanker uitgewerkt aan de hand van CT-scans**  
Donderdag 7 september te Zwolle

### ***HEEL door LEEF-dagen***

- **HEEL door LEEF Mirgaine**  
Dinsdag 8 juni te Zwolle

**Aanmeldingen voor alle activiteiten graag per email.**

**Heb je belangstelling voor een lezing, workshop, thema- of praktijkdag bij jou in de buurt, laat me dat dan weten. Ik ben altijd bereid om iets te verzorgen.**

### **Activiteiten van Bert van Grondelle te Ammerstol**

Bert heeft ook een 12-daags seminar ontwikkeld waarin je heel veel gedetailleerde informatie krijgt.

Voor zijn activiteiten zie [http://learninggm.com/documents/bert\\_calendar.php](http://learninggm.com/documents/bert_calendar.php)

Warme groet

Mies

**Leven in Vertrouwen**

[www.levensbewustzijn.nl](http://www.levensbewustzijn.nl)

[www.hoedegeesthetlichaamaanstuurt.nl](http://www.hoedegeesthetlichaamaanstuurt.nl)