

# *De BN – Hoe werk je ermee*

## **Inhoud van deze nieuwsbrief**

- Mededelingen
- De BN – Hoe werk je ermee
- Agenda

## **Mededelingen**

Activiteiten: <http://www.levensbewustzijn.nl/Activiteiten/Agenda/>

- **3 en 4 mei: “Hersenen en Evolutie”**, Heeze.  
Deze workshop completeert de kennis van de BN en aan bod komen de programma's in de hersenen, de oorzaak van migraine, uitleg van de Maya Kalender als evolutie van bewustzijn en de ontstaansgeschiedenis van ons lichaam middels de evolutie van de kiembladen.
- **Basisworkshop “Leven in Vertrouwen – Vertrouw je Lichaam”** in Scheveningen op 17, 18, 31 mei en 1 juni. Vlakbij het strand, gratis parkeren op 10 minuten loopafstand!
- **5BN Event cancellen? Laatste kans om het door te laten gaan!!**  
Hoewel dit event al maanden bekend is, zijn er nog maar net 10 aanmeldingen en dat is veel te weinig om het door te laten gaan. Ik moet half mei de gehele accommodatie betalen en er zullen binnen 2 weken 20 inschrijvingen bij moeten komen anders zal ik het Event moeten cancellen. Dus was je van plan mee te doen, stel je aanmelding dan niet langer uit. Half mei beslis ik definitief of het door kan gaan of niet. Meer informatie vind je in de vorige nieuwsbrief of op de agenda van mijn site, zie bovengenoemde link.
- Voor meer informatie en voor activiteiten later dit jaar zie verderop in deze nieuwsbrief en de agenda op mijn website:  
<http://www.levensbewustzijn.nl/Activiteiten/Agenda/>

Facebook groep

Je kunt me ook volgen via mijn Facebook-pagina. De link is:

<https://www.facebook.com/groups/1474952885848437/>

Doordat ik de groep over de 5 biologische natuurwetten heb verlaten, zal er in deze groep ook meer aandacht komen voor de BN en hoe ik ze zie. Tevens zal ik weer “Vragenuurtjes” voor deze groep gaan geven via ZOOM (webinar).

Het zijn niet alleen de BN die daar aan bod, maar ook andere zaken, zoals gebeurtenissen uit mijn persoonlijke leven alsmede de mogelijkheid om een extra inkomen te creëren. Meer informatie hierover tijdens de diverse webinars en live presentaties: <http://www.levensbewustzijn.nl/Financieel-Vrij/Presentaties/>.

## **De BN – Hoe werk je ermee**

Toen ik voor het eerst in aanraking kwam met het werk van Dr. Hamer, toen nog Germaanse Nieuwe Geneeskunde, bestonden de cursussen uit het bespreken van de programma's. Het duurde een paar jaar voordat het kwartje bij mij viel dat dit niet zomaar een nieuwe manier was om naar ziekten en gezondheid te kijken, maar een totaal nieuwe manier van denken en handelen. Het was een eye-opener die ik diep in mijn systeem binnen voelde komen!

Hetzelfde mega-kwartje heb ik bij Bert zien vallen in Oostenrijk. Blijkbaar blijf je lang hangen in het oude paradigma als je niet echt gewezen wordt op die andere denkwijze en omdat ik om mij heen zag dat niemand dat deed, ben ik me in mijn workshops daarop toe gaan leggen.

Gaandeweg ging ik inzien dat juist de denkwijze je laat zien hoe je met de BN om kunt gaan en ermee kan werken. In eerste instantie ging dat om het bepalen wat er bij iemand of bij jezelf speelt en in welke fase het programma zit. Maar hoe kom je daar nu achter? Steeds weer opnieuw krijg ik dezelfde vraag: wat betekenen die symptomen? Het is blijkbaar erg moeilijk om dat zelf te bepalen. Verder vroeg een therapeute uit mijn eerste studiegroep me eens: "Mies, dit is allemaal heel interessant, maar wat doe je er nu mee?" Juist ja, als je dit weet, wat dan? Dat geldt zowel voor jezelf als wanneer het anderen betreft...

Het eerste wat ik heb ingebouwd in mijn basisworkshop "Leven in vertrouwen – Vertrouw je Lichaam" is het achterhalen van wat er aan de hand is volgens de BN. Dat zijn de praktijkoefeningen, die een rode draad vormen vanaf de eerste dag van die workshop.

Waar ga je van uit? → De symptomen of klachten

Wat moet je te weten komen? → Thema en fase

Dus hier wordt steeds mee geoefend: bepaling van het thema en de fase aan de hand van de klachten.

Bij klachten zijn thema en fase meestal wel duidelijk maar het thema kan toch lastig zijn, zeker bij vage klachten zoals buikpijn, vermoeidheid, etc. Hoe ga je

in dat geval verder? → Andere klachten en logisch nadenken. Hierover meer in de workshop.

Wat doe je als er klachten zijn in de CA-fase? → Het conflict oplossen of in elk geval de intensiteit naar beneden transformeren. Waar moet je dan nog meer aan denken? Wat zou er gebeuren als het daadwerkelijk wordt opgelost? → Men kan ziek worden...

Wat doe je in de genezingsfase en hoe zou je het aan kunnen pakken? Moet je nog ergens alert voor zijn? → De crisis.

Bepaling van thema en fase kan je zien als huiswerk of als voorbereiding voor een consult of sessie.

Voor “het verhaal van het lichaam” ga je in gesprek met de persoon in kwestie of met jezelf.

Vraag 1: Sinds wanneer heb je de klachten?

Waar vraag je nu naar? Vraag je naar de inslag of naar de oplossing en wat betekent dat concreet? Realiseer je waar je naar vraagt, hier gaat het vaak fout...

Bij elke oefening gedurende de 4 dagen vraag ik dit opnieuw: vraag je nu naar de inslag of naar de oplossing en wat houdt dat concreet in?

Bijvoorbeeld: iemand heeft een huiduitslag.

Vraag 1: Sinds wanneer heb je dat? → Antwoord.

Vraag 2: Wat is er toen gebeurd, veranderd, ingezien, therapie gehad, etc.

Concreet betekent dit dus, dat de degene van wie men was gescheiden, terug is gekomen of vervangen is, dus bijvoorbeeld bij terugkomst na een lange reis of bij een nieuwe relatie.

Het kan ook zijn dat de persoon, waarvan men gescheiden wil worden, uit het zicht is verdwenen: een lastige collega heeft een anderen baan gekregen.

Vraag 3 (indien nodig): hoe heb je de periode voor de huiduitslag, dus de stressperiode, ervaren?

Behoren de klachten van de persoon bij de CA-fase, dan moet het conflict nog opgelost worden. Realiseer je wat de gevolgen daarvan kunnen zijn en dat je mogelijk naar klachten toe werkt! De persoon moet dit terdege beseffen en niet in paniek raken als die klachten inderdaad komen. Alleen uitleg van de BN volstaat meestal niet, klachten en ziekten zijn diep in het menselijke systeem in geprogrammeerd als zijnde “mankementen” en “fouten” die er niet mogen zijn. Als men zegt dan men het begrijpt, wil dat nog niet zeggen dat men het ook diep van binnen zo voelt! Dat moet dus gecheckt worden. Hiervoor is een transformatie nodig, zie verderop.

Komt een persoon met een diagnose naar je toe, dan ga je kijken welk(e) programma(s) er bij die diagnose kunnen horen. Verder kijk je in welke fasen

die diagnose gesteld kan worden. Dit is je huiswerk, daar heb je de persoon in kwestie niet voor nodig.

Dan ga je weer het verhaal van het lichaam bepalen en vraag je dus naar de klachten of hoe de diagnose tot stand is gekomen (hier kan je voor verrassingen komen te staan!).

Zijn er klachten, dan kan je de fase bepalen. Zij er geen klachten, dan zijn er meestal meerdere opties, dat hangt van het (de) programma('s) af.

Het gaat steeds weer om hetzelfde principe dat werkt bij alle programma's: achterhaal thema en fase, bestudeer het (de) betreffende programma('s), realiseer je wat je te doen staat en achterhaal "het verhaal van het lichaam" tijdens een gesprek m.b.v. de 3 standaard-vragen.

Gedurende de 4 dagen van de basisworkshop "Leven in vertrouwen - Vertrouw je Lichaam" wordt dit steeds opnieuw geoefend. Dit maakt, dat je na deze workshop de handvatten hebt om zelfstandig te oefenen met het werken op basis van de BN. Dit al in het begin zeker niet makkelijk gaan, maar al doende leert men! Sommige mensen pikken het zo op, anderen hebben er grote moeite mee. Het is dan ook een workshop die je meerdere keren kunt doen, net zoals je meerdere keren dit stuk kunt lezen of meerdere keren de video over de implicaties kunt bekijken. Iedereen keer daalt het weer wat dieper in je systeem in.

Nadat je "het verhaal van het lichaam" hebt achterhaald, ga je met de persoon zelf aan de slag en verschuiven de BN naar de achtergrond. Ben je therapeut, dan ga je doen wat je altijd deed, maar met de principes van de BN als motivatie voor wat je doet en waar je naar streeft.

Ook deze implicaties ben ik gaan inzien door steeds dieper door te dringen tot de denkwijze, tot de essentie van de BN. Meer hierover in de video "Implicaties van de BN": <http://www.levensbewustzijn.nl/Zelfhulp/Implicaties-BN/>.

Deze implicaties worden eveneens steeds uitgelegd in de basisworkshop en je wordt ervan doordrongen waarom ze zo belangrijk zijn. Maar je gaat ook inzien dat er een transformatie van je diepste, onbewuste overtuigingen voor nodig is om dit werkelijk in de praktijk van het dagelijks leven toe te kunnen passen. Het gaat om een verandering van je eerste, onbewuste, instinctieve, onmiddellijke en volautomatische reactie op een voor jou schokkende situatie of gebeurtenis. Er worden ook 1 of 2 voel-oefeningen gedaan om de weg naar deze transformatie te demonstreren, maar de tijd ontbreekt om dit vaker te doen. Daarvoor zijn de HEEL door LEEF-workshops en de individuele bewustwordingstrainingen.

**Agenda** (<http://www.levensbewustzijn.nl/Activiteiten/Agenda/>)

Aanmelden via het aanmeldformulier

### ***Workshops***

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

- Donderdag 17, vrijdag 18, donderdag 31 mei en vrijdag 1 juni, **Scheveningen**
- Donderdag 28 en vrijdag 29 juni, donderdag 5 en vrijdag 6 juli, **Kolhorn**, Noord-Holland
- Donderdag 13, vrijdag 14, donderdag 27 en vrijdag 28 september, **Emmeloord**

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

- Woensdag 5, donderdag 6, woensdag 19 en donderdag 20 september, **Hilversum**
- Vrijdag 19, zaterdag 20, vrijdag 26 en zaterdag 27 oktober, **Amsterdam**
- Dinsdag 6, woensdag 7, dinsdag 20 en woensdag 21 november, **Groningen**, georganiseerd door Lightwave Opleidingen.

#### **Tweedaagse workshop “Hersenen en Evolutie” (BN compleet)**

- Donderdag 3 en vrijdag 4 mei, **Heeze** (nabij Eindhoven)

### ***Thema- en praktijkdagen***

- **Praktijkdag “Het Verhaal van het Lichaam”**  
Dinsdag 5 juni, **Groningen**, georganiseerd door Lightwave Opleidingen.

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

- **HEEL door LEEF Bot- Spier- en Gewrichtsproblemen**  
Woensdag 6 en donderdag 7 juni te **Assen**  
Voor deze dagen wordt een goede basiskennis gevraagd

### ***5BN Event 2018***

- Vrijdagavond 31 augustus t/m zondagmiddag 2 september te **Hall** (nabij Eerbeek)

**Mee doen? Vul het aanmeldingsformulier onderaan de pagina.**

**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.**

Warme groet  
Mies

**Leven in Vertrouwen**

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

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