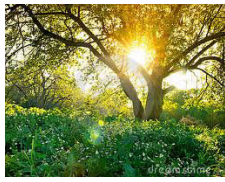


## NIEUWSBRIEF LENTE 2014    HOUT    LEVER - GALBLAAS



*“when the body moves, the mind will change”*

Alsof het geen winter is geweest, zo duikelen we de lente in. Nog wat onwennig rekken we ons uit en laten ons verder prikkelen door wat we ruiken, voelen, proeven en horen. Op zoek naar waar we in dit nieuwe seizoen naartoe willen bewegen. Vanuit onze bron, onze oorsprong. Als die ruimte krijgt, vrijheid, wat zou er dan aan het licht mogen komen? Zomaar, onbevangen, zonder oordeel. Als een knopje opnieuw beginnen.

### **FEEST**

Op 4-4-2014 bestaat mijn praktijk al weer 10 jaar, reden voor een feestje. Kom je in die maand in de praktijk dan staat er een verrassing voor je klaar. Op 12 april van 16.00 uur tot 18.00 uur is er een feestelijk open huis voor bekenden, familie en cliënten. Tevens is het een gelegenheid voor belangstellenden om kennis te komen maken met de praktijk.

### **QIGONG**

De lessen vinden plaats op vrijdagmorgen van 9.30 tot 10.30 uur op mijn huisadres. Wil je eens kennismaken met deze fijne manier van bewegen en ontspannen meld je dan aan via de site voor een proefles. Je bent van harte welkom!

### **IBIZA NIEUW**

Dit jaar staat er een qigongweek gepland van zaterdag 11 tot zaterdag 18 oktober. Naast qigong doen we ook bodybalance en meditatie. Inbegrepen is het 8-daagse verblijf en voor de vijf dagen van de training ontbijt en lunch geheel verzorgd voor 595,- euro.

Je verblijft in een prachtige villa met zwembad, schitterend gelegen met uitzicht op zee. Het klimaat in oktober is vaak nog zwoel en de rust keert weer op het eiland. Kijk op de site voor meer informatie en laat je verrassen door dit wonderschone, magische eiland.

### **SYSTEMISCH WERK**

Wil je eens kennismaken met systemisch werk? Op vrijdagavond 4 april organiseer ik samen met Marion Schiphorst van praktijk Zienswijze een informatieavond in Apeldoorn. Daarnaast vinden er regelmatig

opstellingsavonden plaats. Woensdagavond 23 april in Deventer, maandagavond 19 mei in Apeldoorn en woensdag 25 juni, locatie nog nader te bepalen. Op mijn site vind je onder laatste nieuws meer informatie. Natuurlijk kun je me ook mailen of bellen voor vragen en/of aanmeldingen.

### **MET PAARDEN EN EZELS!**

Een bijzondere manier van het systemische werk heb ik ervaren bij <http://bonspirit.nl/nieuws/>. Ik ben heel erg geraakt door het energetische veld wat zo helend kan werken tussen mens en dier. Mijn enthousiasme hierover zou ik graag willen delen en hiervoor nodig ik je uit. Voor zaterdag 2 mei, zaterdag 7 juni, maandag 9 juni (2<sup>e</sup> Pinksterdag) en zaterdag 21 juni kun je je opgeven zowel als representant als ook als thema-inbrenger. Informeer bij mij naar vervoersmogelijkheden en tarieven, die mogelijk kunnen afwijken van de informatie op de site.

### **LEVERREINIGING**

Verkramping treedt op als de levensstroom geblokkeerd raakt of is. We raken geïrriteerd, uit balans, gefrustreerd. Ondersteun de lever en galblaas door het uiten van dat wat je tegenhoudt, zowel fysiek als emotioneel. Schreeuw het eens uit, spuw je gal, rek en strek en beweeg, liefst in de buitenlucht. Voed jezelf met groene groenten en zuursmakende voeding, zoals andijvie, kefir, augurken, grapefruit, witlof, spruitjes, citroen, knolgewassen. Wil je je voorbereiden op een effectieve ontgiftingskuur van de lever lees dan

<http://www.natuurgeneeskraft.nl/file/repository/lever-gal-reiniging.pdf>.

Een aanrader !

Ik wens je een verfrissende en heldere kijk in de lente van 2014 !

Margriet