

## NIEUWSBRIEF WINTER 2017



*"There's is only life, there's is nobody living it"  
Mooji*

### **KAMYA**

Zo aan het begin van het nieuwe jaar blik ik heel kort terug. 2016, het jaar waarin ik mijn reis begon... het mooiste wat ik heb ontdekt is dat waar ik ook ga ik in staat ben om me te verbinden, met mensen, mezelf, de omgeving. Zolang ik me kan overgeven aan wat er op mijn pad komt kan ik rusten en zijn. Het is mijn grootste kracht en tegelijk mijn grootste uitdaging wanneer het leven me meeneemt naar plekken waar ik de controle los te laten heb. Om dan te zijn..., te blijven, te rusten, te buigen. En dan weer uit te komen bij het vertrouwen van de verbinding, die nooit weg was..., dat denken we alleen maar soms. Het ontvangen van mijn spirituele naam Kamyā, die Inner Love betekent, heeft mij een diep geraakt. Het brengt me in contact met wie ik ten diepste ben en wat ik hier kom doen. Ik voel me intens dankbaar voor deze herinnering en hereniging, met mijn ziel...



### **SOMATIC EXPERIENCING/AANBIEDING**

In november gaf ik samen met een collega een lezing Somatic Experiencing bij Holos Massage-instituut in Utrecht. Ik merk dat hierdoor mensen beter begrijpen wat trauma is en wat de gevolgen hiervan kunnen zijn. En belangrijker, dat deze methode een manier is om de gestagneerde overlevingsmechanismen van het lichaam te herkennen en te bevrijden. Wanneer je een groepje hebt van maximaal 4 personen kom ik graag een keer vertellen over deze zeer effectieve methode en zullen we ook ervaringsgericht bezig zijn. Mocht je eens een kennismakingssessie willen meemaken dan kun je gebruik maken van de aanbieding, die geldt in de maanden februari en maart 2017: een SE-sessie van 60 minuten voor € 45,00! Je kunt je via de site hiervoor aanmelden.



## **IBIZA**

We hadden in oktober een heerlijke week met 11 vrouwen op dit mooie eiland. Dit jaar staat de reis gepland van 9 tot 16 oktober. We gaan weer naar dat geweldig mooie klooster! Op mijn site lees je hierover meer.

## **CURSUS QIGONG**

We zijn net begonnen met de eerste lessencyclus van dit jaar, nog steeds in de fijne yoga-studio op de Worp in Deventer. De les is op vrijdagmorgen van half 10 tot kwart voor 11 en als je interesse hebt kun je je aanmelden voor een proefles. Deze cyclus bestaat uit 9 lessen en loopt door tot en met maart 2017. Daarnaast is het mogelijk om met een klein groepje of individueel een les af te spreken. Verder kun je eens denken aan een workshop voor een vriendengroep, collega's waarbij er tevens de mogelijkheid is voor catering te zorgen, lunch/diner.

## **SAVITA**

Dit centrum in Niedersfeld, vlakbij Winterberg, heb ik in oktober 2015 leren kennen. De verbinding met het hart staat centraal in hun filosofie. Ik ging er onbevangen heen en de vraag "wat zou liefde doen?" reisde met mij mee. Nu weet ik wel dat je krijgt waar je om vraagt maar het antwoord is niet altijd precies wat je had verwacht. In mij heeft de ontmoeting met Savita iets geopend, in mijn hart en in het Grote Hart. Een blijvende relatie is ontstaan en ik kan niets anders doen dan buigen voor de Liefde.... Wil je eens een workshop geven of eraan deelnemen, gewoon hun gast zijn, wandelen en genieten van de prachtige omgeving? of denk je erover je voor langere tijd te verbinden met deze plek? Neem dan eens een kijkje en laat je verrassen! <http://www.savita.nl/>

## **TIPS**

We zitten nog volop in het seizoen van weinig zonlicht, hoewel het al merkbaar langer licht is. Denk dan zeker nog tot en met april/mei aan het extra innemen van vitamine d. Ikzelf vind de vitamine d3 druppels, nummer 409, van AOV een hele fijne, één druppel per dag is voldoende. Blijf je snotteren en last houden van volle holttes dan kan dagelijks spoelen met een neti pot heel effectief zijn. Op dit filmpje kun je zien hoe het werkt: <https://www.youtube.com/watch?v=cCkEfjH7xB4>. Dan als laatste, in plaats van het bevolkingsborstonderzoek bestaat er de mogelijkheid je borsten via thermografisch onderzoek te screenen. Je kunt eens op de site van de groene zuster kijken, [www.degroenezuster.nl](http://www.degroenezuster.nl) en mogelijk via borstweefseltherapie al preventief bezig zijn met de gezondheid van je borsten. Een collega geeft hierover lezingen en behandelingen, een echte aanrader! <http://www.lichtpost.nl/zone/index.htm>.

## **VERGOEDING ZORGVERZEKERING**

Dat er van alles gaande is rondom de vergoedingen is een feit. Elke dag verandert de berichtgeving. Het laatste nieuws is dat steeds meer zorgverzekeraars nu tóch vergoeden en zich niet voegen naar de Plato-eisen. Dit is heel goed nieuws! Eno, Salland, CZ, Delta Lloyd, Friesland en OHRA blijven dit jaar nog vergoeden. Menzis en ONVZ vergoeden voor cliënten die in 2016 hun behandeling zijn gestart nog zeker de eerste 3 maanden. En wie weet volgen er meer. Mijn advies is de factuur zeker te declareren bij je zorgverzekeraar wanneer je aanvullend verzekerd bent.

Namaste,

Margriet Kamyā