



Nieuwsbrief GVL

Eerste jaargang, nummer 3

November 2015

Inhoud:

Pagina	1	: Kop en inhoudsopgave
Pagina	2	: Van de redactie
Pagina	2	: Oproep van Anneke Bleeker
Pagina	3	: We gaan opbouwen heen - Anneke Bleeker
Pagina	5	: Sprekersbijdrage - Ger Lodewick
Pagina	7	: Sprekersbijdrage - Mike Donkers en Monic Bakker
Pagina	8	: Locatiebijdrage - Alkmaar
Pagina	10	: Nieuwe spreekster - Belinda Scholten
Pagina	11	: Eenheid in diversiteit van Paul Ferrini - bijdrage van Else Marianne Visser
Pagina	11	: Nieuwe spreker - Thijs Wetemans
Pagina	12	: Het ketogeen kokosvoedingspatroon - boekbespreking
Pagina	13	: Vrij en blij uit de crisis met een nieuwe bank - verslag Gezond Verstand Lezing Anna Paulowna van 13 oktober 2015
Pagina	14	: Het ei van Columbus - Ellen en Wim Pet
Pagina	15	: Gebed voor de aarde - Wilbrord Braakman
Pagina	18	: Nieuwe serie ansichtkaarten waarmee je Project7-blad ondersteunt...
Pagina	20	: Informatie over de volgende middag in Schoten (België)
Pagina	21	: Colofon

Van de redactie



In deze warme en mooie herfst alweer de eerste nieuwsbrief van november. Weer met vele bijdragen, zoals een mooi verslag van de lezing van Ronald Bernard op 13 oktober 2015 in Anna Paulowna, een tweetal sprekersbijdragen, van Ger Lodewick en van Monic Bakker, die samen met Mike Donkers lezingen verzorgt omtrent voeding en spiritualiteit en bijdragen van een tweetal nieuwe sprekers, Belinda Scholten en Thijs Wetemans.

Else Marianne Visser heeft een bijdrage

over Eenheid en diversiteit van Paul Ferrini.

Verder nog extra aandacht voor de oproep van Anneke om haar juiste email-adres te gebruiken!

Kopij voor de komende nieuwsbrief kan naar ellen@project7-blad.nl

We wensen u veel leesplezier.

Agenda lezingen:

Lezingen november 2015 : <http://www.project7-blad.nl/page43.html>

Lezingen december 2015 : <http://www.project7-blad.nl/page44.html>

Lezingen januari 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page33.html>

Oproep van Anneke Bleeker

Mijn inmiddels voor velen bekende e-mailadres: anneke@gezondverstandavonden.nl wordt ook voor andere vragen gebruikt dan alleen die omtrent GVA.

Het gebeurt nog wel dat ik benaderd word met privé vragen over persoonlijke omstandigheden. Vragen die dus uitsluitend mij aangaan!

De nieuwe voorzitter van de Stichting Gezond Verstand Avonden wenst inzicht in ALLE e-mailadressen die aan de website van www.gezondverstandavonden.nl gekoppeld zijn, dus ook aan het persoonlijke e-mailadres: anneke@gezondverstandavonden.nl.

Dit is misschien zijn goed recht, *maar ik wil graag de privacy van de vragenstellers beschermen!*

De meesten van jullie weten inmiddels dat ik na 26 september 2015 bereikbaar ben onder anneke@project7-blad.nl.

Het e-mailadres anneke@gezondverstandavonden.nl gaat t.z.t. verdwijnen. Dit hebben wij indertijd met de nieuwe voorzitter zo afgesproken.

Het gebeurt een enkele keer dat iemand nog naar anneke@gezondverstandavonden.nl mailt.

Wil je, bij vragen aan mij, s.v.p. uitsluitend nog het e-mailadres anneke@project7-blad.nl gebruiken?

Dank je wel.

Anneke Bleeker

We gaan opbouwen heen...

Gezond Verstand Lezingen, oftewel: GVL...

Het is bij ons alweer helemaal ingeburgerd.

We noemen de afkorting net zo gemakkelijk of het altijd zo is geweest.

Ook anderen om ons heen hebben er blijkbaar geen moeite mee. De letters GVL dekken de



complete lading: lezingen waarbij we met de vele sprekers aanreiken dat we samen ons gezonde verstand dienen te gebruiken en ons niet zomaar van alles moeten laten aanleunen, op de mouw moeten laten spelden en dat we baas zijn over onze eigen gezondheid en dat van onze kinderen.

De bomen kleuren goudgeel, bruin en de bladeren vallen in rap tempo.

De herfst is duidelijk

aanwezig en voor we het weten is het winter. Op de takken van de leibomen voor onze ramen lijkt het wel of de meesjes al zitten te wachten op het voer dat ze zullen krijgen, maar nu is dit nog even te vroeg.

Er is nog genoeg voor onze gevleugelde vrienden te vinden in de vrije natuur, ze hebben nog even het nakijken maar in gedachten zien wij ze over een poosje alweer smikkelen uit de kopjes, kannetjes en mokjes die ik zal vullen met gezond voer:

Ossewit (biologisch, zonder het rode E-900 nummer, dat als antischuimmiddel dienst doet), verzadigd met zaden, kopjes gevuld en een takje er in, want de kleine dames en heren moeten wel houvast hebben bij al dat lekkers. We zullen ze weer verwennen.

Maar ook voor ons is er nog genoeg te vinden om de maaltijd te verrijken met wilde groente en kruiden.

Afgelopen week een lezing gegeven in Sprang Capelle, op een niet GVL-locatie maar met zeer geïnteresseerde luisteraars waar ook weer belangstelling is om in de omgeving een locatie en/of een studiegroep te starten, wellicht meerdere... we wachten het af.

Na deze avonden is het wel duidelijk dat we met velen door moeten gaan om de goede informatie rond onze voeding, maar ook andere onderwerpen te delen.

Wij zijn blij met alle helpende handen en zo zien wij samen 2016 met goede moed tegemoet.

Wij streven naar een iets rustiger jaar want o, wat was het op vele fronten turbulent!

Over één ding zijn wij het eens, verhuizen naar Friesland was de beste stap sinds jaren, dus in die zin kijken we terug op een mooi moment en dat was toen de verhuizing achter de rug was. ;-)

We kunnen in deze omgeving terugkijken op prachtige wandelingen met belangstellenden langs de eetbare gewassen. Dat gaan we in 2016 in het voorjaar weer op de agenda plaatsen.

Deze evenementen passen bij de studiegroepen en andere evenementen bij Project7-blad maar ook bij de GVL-locaties.

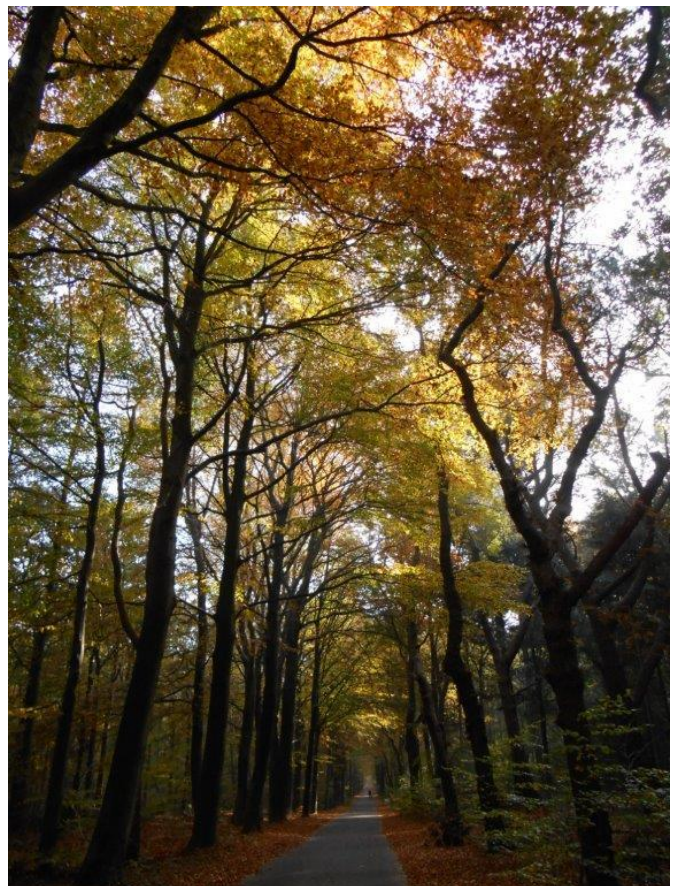
Met GVL-locatie Winsum gaan we richting de zomer weer een wandeling bij het Wad plannen. Het is dan alweer twee jaar geleden dat we dit presenteerden, dus hoogste tijd.

Over Winsum gesproken: zondag 22 november ga ik daar naar toe. We houden van tradities op zijn tijd en het is een ongeschreven 'wet' geworden dat als Frits van der Blom op de GVL-locatie Winsum spreekt, ik mee ga.

Met plezier doe ik dat, altijd gezellig en leuk de bekenden in het 'hoge noorden' weer te mogen ontmoeten.

Alweer een jaar voorbij, vorig jaar waren we daar ook in november.

Net zoals dat de beurs *Internationaal Therapeut* weer in aantocht is. November is de vaste maand voor dit evenement in Apeldoorn en Uitgeverij Succesboeken staat daar weer uitgebreid met veel boeken voor de vele belangstellenden.





Wij zijn eveneens aanwezig op zaterdag de 14^e en zondag de 15^e om te helpen en ook dit is een vaste traditie. Er staan de komende weken tenminste leuke dingen in onze agenda.

Locatie Alkmaar, waar wij verantwoordelijk voor zijn, draait uiteraard ook zoals altijd op de 2^e vrijdagavond van de maand en in deze nieuwsbrief aandacht aan de sprekers en onderwerpen voor de maand november en december. Aan wie Mike Donkers al langere tijd niet heeft horen spreken kunnen we vertellen dat Mike in december met een

nieuwe lezing naar Alkmaar zal komen.

Locatie Anna Paulowna, één van de zeven GVL-locaties in Noord Holland heeft ook een bijdrage in deze nieuwsbrief.

En... ook sprekers laten van zich horen, veel lees plezier met deze derde editie onder de vlag van GVL nieuwe stijl.

Anneke

Gaasterland, 5 november 2015

Sprekersbijdrage – Ger Lodewick

GVL – INTRODUCTIE (november 2015)

Ger Lodewick (1944). Op mijn levenspad word ik o.a. vergezeld door mijn vrouw, kinderen en kleinkinderen. Sinds 1993 houd ik me bezig met het ontwikkelen van mijn zelfhelende kracht, niet alleen bij ziekte, maar ook als middel om opnieuw inzicht te krijgen in mijzelf.

Mensen die dit ook willen, ondersteun ik graag in hun ontdekkingsreis via interactieve lezingen, trainingen en individuele sessies.

Sinds 2004 publiceer ik regelmatig artikelen in Spiegelbeeld.

In de context van mijn lezingen heb ik o.a. de volgende boeken geschreven: DIAGNOSE KANKER & MOEDER AARDE (2011); WAT JE OVER ORGAANDONATIE ZOU MOETEN WETEN (2014).



Gezond Verstand is volgens mij verbonden met **Intuïtie**.

Als mijn verstand gezond is, geeft het ruimte aan mijn intuïtie en bemoeit het zich niet met iets waar het geen verstand van heeft. Dit levert interessante inzichten op. Daartoe zijn enige Gezond Verstand vragen op zijn plaats.

Welke overtuigingen en concepten houd ik voor waar en laat ik mijn leven bepalen?
 Van welke ben ik mij bewust en van welke niet? Welke gevoelens bepalen mijn leven?
 Van wat heb ik mij afhankelijk gemaakt? Wat creëer ik met dit alles in mijn leven?
 Ver-antwoord-elijkheid betekent: mijn eigen antwoord op deze en andere vragen vinden en deze antwoorden als waarheid te zien. Echter, niets is veranderlijker dan de waarheid.
 Voor mij betekent dit dat ik ben opgestaan: opgestaan tegen manipulatie en voor juiste voorlichting. Dit draag ik uit via twee onderwerpen, waarover we m.i. totaal verkeerd worden voorgelicht.

1. Ontmantel de negatieve kracht van je herinneringen

Vanuit mijn eigen ervaringen met reuma en kanker heb ik inzicht gekregen in mogelijke oorzaken. Ervaringen uit het (verre) verleden zijn als herinneringen in mijn 'systeem' opgeslagen en werken als onbewuste programma's die bepalen hoe ik vandaag de dag iets waarneem en voel. Mijn overtuigingen, aannames, gevoelens en emoties zijn hierdoor fors beïnvloed. Toch kunnen we die onderbewuste herinneringen aanpakken en hun negatieve kracht ontmantelen. En wat je in jezelf heelt, heel je in anderen, want we zijn allemaal één. Tijdens deze interactieve lezing maak ik gebruik van power point en enige korte video's. Je gaat ook contact maken met je Ware Wezen. Doorbraak naar zelfheling en vrijheid: steeds meer vanuit inspiratie leven en steeds minder vanuit herinnering.

2. Waarom mogen wij dit niet weten over orgaandonatie?

De Amerikaan Zack Dunlap krijgt een ongeluk en wordt hersendood verklaard. Er wordt toestemming gegeven voor orgaandonatie. Enige minuten voor de operatie begint, komt hij tot ieders stomme verbazing weer bij bewustzijn en de operatie wordt afgeblazen.

Zack 'keert terug uit de dood' en verklaart: "Ik heb alles gehoord en ook dat de doktoren mij dood verklaarden, ik was woest, maar kon mij niet bewegen."

Er zijn meer voorbeelden van mensen die 'zijn teruggekeerd uit de dood'. Let wel: geen enkele orgaandonor is dood, ze leven allemaal nog als de organen uitgenomen worden! De in Duitsland zeer bekende transplantatiechirurg Rudolph Pichlmayr schreef vlak voor zijn dood aan een vereniging van inmiddels kritisch geworden ouders van donorkinderen: "Als we de samenleving werkelijk volledig zouden voorlichten over orgaantransplantatie, krijgen we geen organen meer." De overheid en de transplantatiewereld vertikken het echter deze informatie bekend te maken in hun campagnes om meer donoren te werven.

Het is zinvol om onszelf enige fundamentele vragen te stellen. Hebben wij enig begrip van wie we in wezen zijn? Hebben we werkelijk respect en liefde voor ons lichaam, voor leven en sterven? Hebben we enige notie van wat ziekte is? Hoe verhouden we ons tot wat we 'dood' noemen?

Op uitnodiging van de uitgever van Succesboeken.nl heb ik een kritisch boek geschreven met als titel 'Wat je over orgaandonatie zou moeten weten'. Hierin zijn alle tekens van leven beschreven van de tot stoffelijk overschot verklaarde donor.

Binnen- en buitenlandse kritische specialisten en nabestaanden van donoren komen aan het woord.

In deze interactieve lezing zal ik met PowerPoint en video over dit lastige onderwerp informeren. Beslis zelf, laat je niet om de tuin leiden.

Ik vind het fijn om jou en je groep te ontmoeten en samen onze inspiratie en kracht te gebruiken om datgene te ontwikkelen wat we als de beste manifestatie van onszelf ervaren in een wereld waar liefde de boventoon voert.

www.gerlach.nu

www.orgaandonor-neen.nl

Sprekersbijdrage Mike Donkers en Monic Bakker

Voeding en spiritualiteit en spiritualiteit als voeding

Voeding en spiritualiteit

Mike Donkers gaat in op overgeleverde kennis en wijsheid van natuurlvolkeren omtrent voeding en spiritualiteit. De spiritualiteit van natuurlvolkeren was een aardse spiritualiteit, met beide benen op de grond. Zij leefden voor wat zij nalieten. Vrouwen en kinderen werden, als levende symbolen van voortplanting en creatie, beschouwd als het allerhoogste. Van de Indianen is bekend dat zij maar liefst zeven generaties vooruit dachten.

Dat is het tegenovergestelde van de na-ons-de-zondvloed-mentaliteit van het moderne westen. Het woord 'natuur' betekent: geboorte. Om dit mogelijk te maken moesten de lagere chakra's gevoed worden d.m.v. zeer aardse, hoofdzakelijk dierlijke, vruchtbaarheidsbevorderende voeding met een zeer hoge voedingswaarde. Dit stelde hen in staat om diep te wortelen, zodat ze zo hoog mogelijk konden groeien

www.mikedonkers.com

Spiritualiteit als voeding

Monic Bakker is een in Engeland en Nederland getraind 'psychic medium' met de voetjes stevig op de, liefst biologische, grond. Geen gezweef, maar juist zo aards en logisch als maar kan en met een vleugje humor. Spiritualiteit heeft niets te maken met religie, maar alles met leven vanuit je hart, je intuïtie en je eigen waarheid, in verbinding met alles wat is en in het hier en nu.

Naast het eten van natuurlijke en gezonde voeding is hoe je denkt van grote invloed op hoe je je voelt. Je gedachtes hebben een enorme kracht die je voor je kunt laten werken om je gezondheid te ondersteunen. Je leert de werking kennen van het placebo- en het nocebo-effect. Je krijgt inzicht in o.a. epigenetica en wat dit te maken heeft met de filosofie van Masaru Emoto en Wim Hof (the iceman).

www.butterflysound.org

Met vriendelijke groet,

Monic Bakker

Locatiebijdrage Alkmaar

Joeri en Mike...

Locatie Alkmaar draait sinds september 2011 in Wijkcentrum Overdie, de eerste vier jaar zitten er op.

Het centrum is recent verbouwd en de ingang zit nu aan de vroegere achterkant.

Gratis parkeren kun je in de buurt royaal, zowel bij het centrum als op het nabijgelegen plein bij een winkelcentrum.

Deze locatie ligt vlakbij de rotonde aan het begin van de A9. Wie vanuit Amsterdam, Heerhugowaard of Bergen komt is er dan al bijna, kortom: een locatie die ideaal ligt, waar je ook vandaan mag komen.

Alle tweede vrijdagavonden van de maand zijn tot en met juni besproken en gevuld met sprekers.

Hieronder de gegevens voor november en december.

GVL-locatie Alkmaar... Lezing op vrijdagavond 13 november 2015

Hoe kom ik aan een basisinkomen?

Een lezing over economische zekerheid in de 21ste eeuw

Joeri Oltheten

In deze lezing behandelt Joeri een van de meest interessante politiek-economische ideeën van deze tijd: het basisinkomen.

Wat is het, wat zijn de voordelen, en hoe kunnen we ervoor zorgen dat we allemaal een basisinkomen krijgen?

December...

Mike Donkers was door omstandigheden begin september net van de sprekerslijst verdwenen maar we zijn blij dat hij voor de GVL weer wil spreken.

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

LOCATIE ALKMAAR

Mike ken ik persoonlijk sinds 8 maart 2009, ja met datum en al ;-)

Nu was dat een heel speciaal weekend, dus dan kun je dergelijke ontmoetingen gemakkelijker onthouden.

We hebben al deze jaren naast elkaar, ieder apart 'ons ding gedaan' en al snel trad Mike toe tot de sprekerslijst van de GVA toen we daarmee begonnen. Mike Donkers en Frits van der Blom stonden lange tijd samen vaak op de agenda omdat zij mij hielpen met het opstarten van locaties.

Zo gingen zij automatisch altijd tweemaal naar een nieuwe locatie toe en daarnaast kwamen de uitnodigingen overal vandaan.

Mike noemden hen wel de 'GVA-kanonnen'. ☺

Heren dank voor jullie inzet en loyaliteit.

Frits start nog steeds nieuwe locaties op, nu voor de GVL en het kan zomaar zijn dat er eerdaags eentje bijkomt, er is al interesse gebleken.

Maar om op Mike terug te komen: ik ben zeer verheugd te kunnen vertellen dat hij op 11 december naar Alkmaar zal komen. Hieronder kun je lezen waarover hij spreekt.

Mike en Monic, we zijn er rond 19.00 uur op 11 december. ☺

GVL-locatie Alkmaar, Lezing op vrijdagavond 11 december 2015

Spijsvertering, een mes dat aan twee kanten snijdt

Mike Donkers

Mike legt uit dat onze spijsvertering niet alleen verantwoordelijk is voor de vertering en opname van voedingsstoffen maar ook voor de afvoer en uitstoot van gif- en afvalstoffen. Dit betekent dat ondervoeding niet alleen het gevolg hoeft te zijn van te weinig voedselinname maar ook van een verzwakte spijsvertering, want inname is niet altijd ook opname. Hij legt uit waarom met name eiwitvertering problematisch kan zijn en welke rol dit speelt bij voedselallergieën en -intoleranties en bij reumatische klachten. Ook legt hij uit welke relatie een slechte spijsvertering vertoont met een slechte ontgiftingscapaciteit. Mike vertelt waarom eliminatiediëten niet werken en hoe je je spijsvertering zelf kunt versterken. Spijsvertering is een mes dat aan twee kanten snijdt: hoe beter je in staat bent om voedsel te verteren en op te nemen, hoe beter je ook kunt ontgiften.

GVL-locatie Alkmaar:
Wijkcentrum Overdie
Van Maerlantstraat 8-10
1813 BH ALKMAAR

Aanvang : 20.00 uur,
Welkom : vanaf 19.30 uur
Entree : € 10,00
Aanmelden : anneke.alkmaargvl@project7-blad.nl

Nieuwe spreekster – Belinda Scholten

Heel blij ben ik.

De kennis en inzichten, die ik de laatste jaren heb opgedaan mag ik bij de GVL gaan delen.

Dat er meer tussen hemel en aarde was wist ik wel, maar wat, daar was ik niet mee bezig.

Als medisch analist, maar ook als moeder, wist ik me zelf goed weg te cijferen en liep al 28 jaar met rugklachten rond die volgens de reguliere zorg niet konden worden verholpen.

Na het ondergaan van een Reconnection behandeling (eind 2012) stond mijn wereld ernstig op zijn kop. Ik was er heen met de instelling "Baad het niet schaad het niet".

Iemand had om me heen had staan "wapperen" en de klachten waren weg en kwamen niet meer terug! Mijn bèta brain flipte.

Ik ben dus in de kwantum fysica gedoken op zoek naar verklaringen.

Met de kennis die ik daar heb opgedaan ontstonden inzichten en tot slot een onderbouwde theorie.

“Jouw Frequentie”

Deze op wetenschappelijke kennis gebaseerde theorie verklaart de wereld die jij waarneemt. Begrijp je “Jouw Frequentie”, dan krijg je grip op jouw leven.



Bijvoorbeeld: waarom kom je steeds weer in dezelfde situaties, hoe verander je je gevoel, waarom ziet je leven er nu uit zoals het nu is en waar komen ziektes vandaan?

Maar vooral, hoe kan ik het leven leven dat ik wil?!

Ik vertel je hoe je kunt vragen, vertrouwen en mag ontvangen. Op een feitelijke en tastbare wijze.

Durf jij in de spiegel te kijken! Kom, volg de lezing.

Wees eerlijk tegen jezelf en ontvang prachtige cadeaus, met als topper: jouw altijd gelukkige gevoel...

Belinda Scholten

Belinda woont in Friesland.

www.belindascholten.nl

Bijdrage van Else Marianne Visser

EENHEID IN DIVERSITEIT

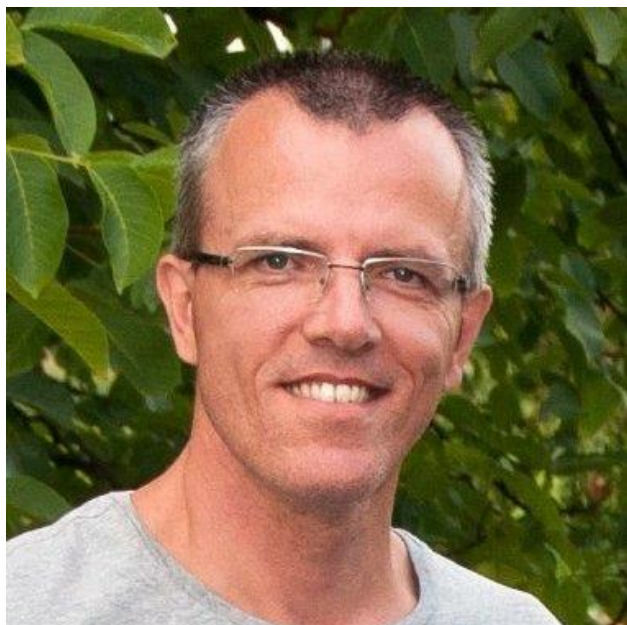
Als we, in de wereld waarin wij leven naar overeenkomsten zoeken, stuiten wij op partijdigheid en onenigheid.

Pas wanneer we ophouden naar overeenkomsten te zoeken, onze verschillen gaan accepteren en een veilige sfeer creëren, waarin we ons kunnen uiten, zullen we de wezenlijke gelijkwaardigheid voelen, die ons als mensen met elkaar verenigt.

Van Paul Ferrini

Nieuwe spreker – Thijs Wetemans

Plastic Soep begint op je stoep!



Graag stel ik mij voor als nieuwe spreker bij GVL. Ik ben Thijs Wetemans, nog net geboren in de jaren '60, echtgenoot van Mariëlle en papa van Isa en Siem.

In januari 2014 schreef ik een artikeltje over zwerfafval en hoe dit aangepakt kan worden. Ik raakte meer en meer geïnteresseerd, ging lezen over hoeveelheden, oorzaken en gevolgen, ook voor onze gezondheid.

Zo kwam ik in contact met Amsterdammer Peter Smith die mij tot op vandaag inspireert om het kleinste en eenvoudigste te doen dat je in je eentje kunt doen.

Het is zo verbazingwekkend simpel dat het gewoonweg over het hoofd wordt gezien door de meeste mensen. En van degenen die het wel begrijpen, doen het toch slechts enkelen.

Mijn lezing gaat dus over zwerfafval en waar dit vaak terecht komt: in de plastic soep.

Een soep die we gaan eten. Wat richt die giftige soep aan? Bij dieren en bij ons, onze gezondheid? Kunnen we de aangroei van die plastic in de oceanen stoppen? Kortom: een lezing die je met de neus op de feiten drukt, maar na ruim een uur je ook met een handelingsperspectief naar huis laat gaan.

Plastic Soep is een uitstekend gekozen term; het ziet er uit als soep én we gaan het eten. Hoe ernstig is de situatie nu eigenlijk? Wat is het gevaar voor onze gezondheid? En wat kunnen we doen om het tij te keren?

De oplossing is eenvoudiger en goedkoper dan menigeen denkt!

Vriendelijke groet,

Thijs Wetemans

Boekbespreking

Het ketogeen kokosvoedingspatroon

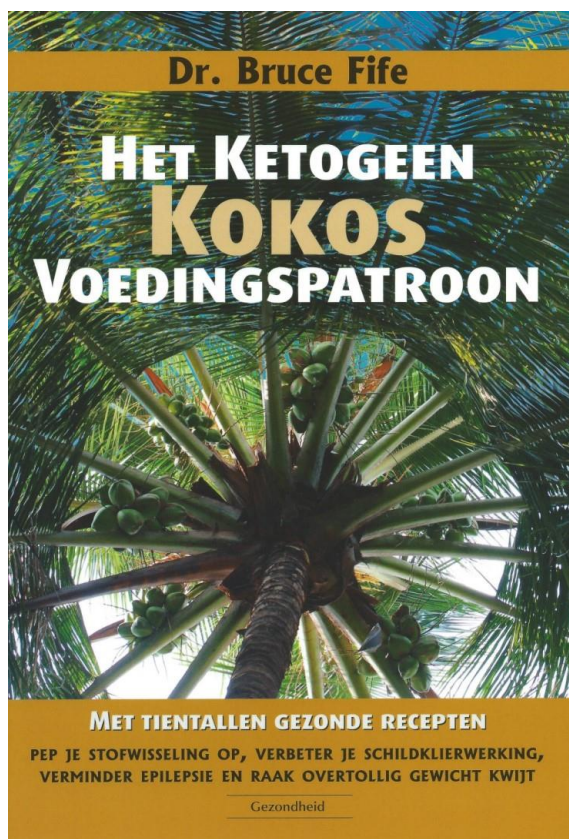
Bruce Fife is natuurarts, schrijver, spreker en gediplomeerd voedingsdeskundige. Hij heeft meer dan twintig boeken geschreven. De meeste over kokosvet. Zodoende wordt er ook wel naar hem verwezen als de Kokosnootgoeroe en noemen velen hem respectvol dokter Coconut.

In dit boek ontdek je o.a.:

- Waarom je vet nodig hebt om vet kwijt te raken.
- Hoe je af kunt vallen zonder honger te krijgen of je ellendig te voelen.
- Hoe je eetbuien kunt voorkomen.
- Welke vetten goed zijn voor je gezondheid en welke niet (laat je verrassen!).
- Hoe je je schildklierwerking kunt herstellen.
- Hoe je op je ideale gewicht kunt komen en blijven.
- Welke voedingsmiddelen je echt moet vermijden.

Je kunt genieten van machtige, volvette voeding zonder calorieën te hoeven tellen of honger te lijden. Het geheim is een vetrijk, ketogeen voedingspatroon. Ons lichaam heeft vet nodig voor een optimale gezondheid en om op een veilige en natuurlijke manier af te vallen.

Vetarme diëten zijn in de afgelopen vijftig jaar heel sterk gepromoot, en we zijn nu dikker dan ooit. Er is duidelijk iets mis met de vetarme benadering van afslanken. Er bestaat een betere oplossing voor de obesitasepidemie, en die oplossing is het Ketogeen Kokosvoedingspatroon.



In dit boek worden veel mythen en misvattingen over vet en afslanken aan de kaak gesteld en wordt uitgelegd waarom vetarme diëten niet werken.

Onthuld wordt het allernieuwste toponderzoek naar een van 's werelds opwindendste afslankhulpmiddelen – kokosolie – en hoe je dat kunt gebruiken om je stofwisseling te versterken, je energie te verhogen, je schildklierwerking te verbeteren en onwenselijk gewicht kwijt te raken.

Dit revolutionaire afslankprogramma is ontwikkeld om ervoor te zorgen dat je zowel slank als gezond blijft door het eten van gezonde, natuurlijke voedingsmiddelen en vetten.

Met groot succes heeft het mensen geholpen die leden aan zwaarlijvigheid, diabetes en hart- en vaatziekten, een traag werkende schildklier, chronische vermoeidheid, hoge bloeddruk, een hoog cholesterolgehalte en vele andere aandoeningen.

Uitgegeven door : www.succesboeken.nl
ISBN-nummer : 9789079872886

Wil je het boek bestellen? Klik dan eenvoudig op de foto hierboven. Je wordt dan doorgelinkt naar de website van Succesboeken.

Gezond Verstand Lezing te Anna Paulowna

13 oktober 2015

Op dinsdag 13 oktober jl kwam Ronald Bernard naar Anna Paulowna om zijn lezing 'Vrij en blij uit de crisis met een nieuwe bank' te geven.

Als valuta- en depositohandelaar en vermogensbeheerder heeft Ronald, zoals hij nu als ex-bankster zelf zegt, het slechtste van het slechtste meegemaakt wat betreft zowel het bankieren als het gedrag van mensen.

Hoe mensen kunnen worden meegesleept in zaken die ze eigenlijk niet willen maar die ze wel chantabel maken.

Hij is in aanraking gekomen met manieren waarop mensen koest gehouden worden, hoe men geld maakt uit het niets, er vele vormen van rente over heft en ook weer met bakken uitgeeft op manieren waar een normaal mens niet eens aan dént.

Het creëren van geld door de banken (lees ook ‘Geld komt uit het niets’ van Ad Broere) is uitgebreid aan bod gekomen. Hoe sneaky gaat dit allemaal dat er zelfs in de Tweede Kamer een debat over is gehouden dat de media niet haalt !

Omdat Ronald heel goed weet hoe het gaat en hoe het níet moet, kan hij als geen ander de omzetting maken van slecht naar goed: een eerlijke bank, door de mensen en voor de mensen zelf. Een eigen bank in beheer is DE sleutel om de zaken weer in eigen handen te hebben. Gezamenlijk kunnen we alles ten goede keren.

Je kunt een eeuwig durend certificaat kopen van de Blije B. Je wordt dan mede-eigenaar van deze bank en hebt een stem. Het maakt niet uit hoeveel geld je erin stopt: het blijft bij één stem.

Het is dus niet zo dat hoe meer je investeert, hoe meer je de dienst uit kunt maken! Ook het referendumrecht zal stap voor stap terugkomen. Het is begonnen als een burgerinitiatief van professionals. Het is inmiddels een initiatief waarbij wij, gewone mensen, zelf onze eigen bank kunnen runnen in een coöperatieve vorm die gebaseerd is op (mede)menselijke waarden. Juist die waarden zijn in het huidige bankensysteem totaal kwijt en maken veel kapot.

Als men zich realiseert wié er aan de top van de huidige banken staan, kan er maar één conclusie getrokken worden: het zijn criminelen, zware criminelen die hier de dienst uitmaken en wij zijn daarbij helemaal niet gebaat.

Dat dit onderwerp mensen aanspreekt, mag blijken uit het feit dat de kantine vol zat. Het werd een geanimeerde avond waarbij iedereen zijn vragen kon stellen en ik het zó druk had, dat ik vergeten ben om er een foto van te maken 😊

Meer over de Blije B is te vinden op www.deblijeb.nl



Het ei van Columbus

Dit verhaaltje gaat over de opbouw- en afbraakspiraal.

Energie beweegt. Energie draait in de vorm van een spiraal. Dit kan ‘met de klok mee’, maar het kan ook ‘tegen de klok in’ bewegen. Draait de energie in een rechtsom draaiende spiraal, dus ‘met de klok mee’, dan spreken we van een opbouwende spiraal.

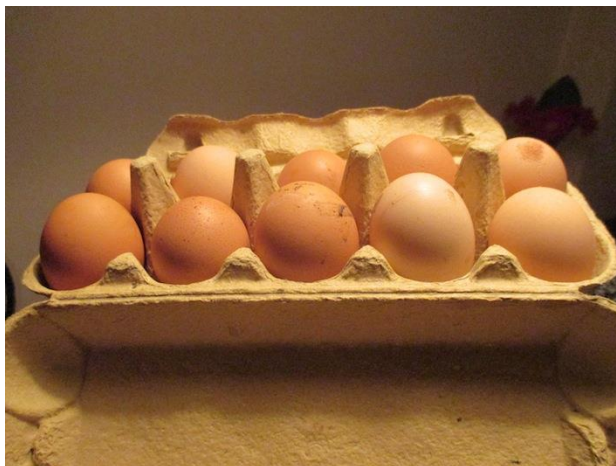
Bij een linksom draaiende beweging, ‘tegen de klok in’, kunnen we dus spreken van een afbraak spiraal.

Beiden zijn goed.

Denk maar aan de herfst, we kunnen dit een ‘afbraak seizoen’ noemen. Maar zonder herfst komen we niet in de winter, lente en zomer.

Opbouw kan niet zonder afbraak, afbraak kan niet zonder opbouw.

Wat gezondheid betreft zien we het liefst dat er sprake is van een opbouwspiraal. Juist in opbouw kunnen we groeien, kunnen we regenereren. Kijken we aan de binnenkant van een eierschaal zien we ook een spiraal. Deze spiraal 'kunnen we gebruiken'.



Zetten we een ei op de bolle (brede) kant naar beneden dan zorgen we er onwillekeurig voor dat de spiraal in het ei in de 'afbraak-modus' komt.

Zetten we een ei met de punt naar beneden dan staat het ei in de 'opbouw-modus'. Gebruik makend van dit gegeven is het beter om een ei 'met de punt naar beneden' te bewaren. Het ei zal dan langer goed blijven.

Zetten we het ei met de bolle kant naar beneden zal er eerder sprake zijn van bederf. De 'eier-industrie' lijkt dit ook te weten. Kijk maar eens in de winkel in een eierdoosje, je zult zien dat de eieren altijd met de punt naar beneden in het doosje geplaatst zijn. Dus wil men een ei zo goed mogelijk bewaren dient het met de punt naar beneden bewaard te worden.

Ook is het raadzaam om het ei niet eerst schoon te maken, daar dan het natuurlijke beschermlaagje verwijderd wordt, waardoor het ei ook eerder kan bederven.

Ellen en Wim Pet

Gebed voor de aarde – Wilbrord Braakman

God, oer, evolutie, kosmos, leegte, ruimte, orde, liefde; het is één door verbondenheden.

De encycliek Laudato Si van paus Franciscus is een oproep en bede voor orde op deze wereld.

Het is een zegen dat de natuur herstelt aan wat we ontwrichten, kapot maken. Het is een zegen dat wanneer ons lichaam hapert we koorts kunnen hebben als een waarschuwing. Met water, rust en steun (zeg maar weer liefde) kunnen herstellen.

Ziekte is in die zin een waarschuwing.

Het lichaam en al het leven wil in zich gezond zijn.

Verbonden zijn met intelligentie, geometrie en schoonheid; zijn ook waarden die al het leven doortrekken. We kunnen beelden houwen uit steen en hout.

Stoffen weven van zijde, wol, katoen en takken, boetseren en schilderen, muziek maken en architectonische structuren creëren.

Daarbij zal altijd het scheppend vermogen goddelijke vreugde geven. Boeren die zich verbonden weten met de grond, verkiezen plaatsen met ongerept water, waar kringlopen van vegetaties zijn; zij worden oud. Niet levensmoe. Dankbaar.

Ik verplaats mij in het zicht van kringlopen, met de ruimten, landerijen, water en klimaat. Er is geen risico dat misorde dan zal toeslaan.

Met wanneer het weten niet is verminkt geraakt. En er niet van buiten overval plaats vindt, zoals door landroof en met ecologische miskenningen.

En zo trof ik deze mensen, vakgenoten in veel landen. Een 15 jaar geleden geraakte ik in contact met een gemeenschap in Brazilië. Centro Ecológico Terra Viva, bij Curitiba. Daarvoor hebben we in oktober, ook in Keizersgrachtkerk en Ekklesia schoon geteelde bloembollen aangeboden. (In de Dominicus heeft dat, nu al bekend, € 1100 opgebracht.)

Laten we beseffen: Het geweld in midden oosten heeft oorzakelijk verband met de oude rivieren Eufraat en Tigris. Van wie en voor wie is het water?

Hoe ga je met de populatie van je volk – waartoe je behoort – om?

Veel landsgrenzen zijn onnatuurlijk gemaakt geworden. Dat blijft zich wreken.

Door engheid, onvergeeflijkheid, ontwrichte culturen.

Wat hebben we ineens heerlijk gedanst in een dorp toen we onverwachts in bevrijd Tsjechië binnen reden.

Elkaars taal met alle ingrediënten van de eerste regel bovenaan konden delen.

Zo op weg naar een dorp, waar mensen zich opwachtten voor het creëren van een stedenband.

Paus Franciscus

In zijn encycliek zou hij nog wel meer concrete taal hebben mogen spreken. Laat hij met zijn autoriteit werkelijke beelden geven hoe machten tot schaden leiden. Juist nu je ook spreken mocht in de Verenigde Naties Assemblee.

Wees maar nog meer duidelijk over het dagelijks behoren omgaan, met water, het voedsel, de overvloed wij hier en de schaarste elders, de spanningen tussen bevolkingen, met gevolgen van continue discriminatie. Ik had graag

gehoord dat hij zich in Ecuador, Bolivia en Uruguay zou hebben verzet tegen het enorm decorum met 360.000 meest witte rozen op altaren en in zalen. Op auto 's van verschillend opzichtig merk.

Zowel de omvang als het kunnen weten van de teeltwijzen is niet duurzaam. (Al komt er onder die kwekers een openheid en tasten. Maar tijd dringt.)

Groene kerken

Al menig jaar zijn er meest in het Protestantse circuit Groene kerken.

Zo was er laatst in Houten een landelijke dag.

Daarbij is in een groep aandacht geschonken aan een gebed wat in de encycliek Laudate Si door velen en mijzelf heel opvallend wordt gevonden:

Gebed voor onze aarde

*Almachtige God, die aanwezig zijt in het onmetelijke heelal
en in het kleinste van uw schepselen.*

*Gij die met uw tederheid al het bestaande omgeeft.
Stort over ons uit de kracht van uw liefde.
Opdat wij zorgen voor het leven en zijn schoonheid behoeden.*

*Overspoel ons met vrede,
opdat wij als broeders en zusters
leven, zonder iemand te benadelen.*

*God van de armen, help ons de verlaten en
vergeten mensen van deze wereld
die zo waardevol zijn in uw ogen
te redden.*

*Maak ons leven weer gezond,
opdat wij de wereld beschermen
en haar niet plunderen,
opdat wij schoonheid zaaien
en geen vervuiling en verwoesting.*

*Raak de harten van allen die alleen maar voordeel zoeken
ten koste van de armen en van de aarde*

*Leer ons de waarde van alle dingen ontdekken,
met verbazing te kijken
en te erkennen dat wij ten diepste verbonden zijn
met alle schepselen
op onze weg naar uw oneindig licht.*

*Dank dat Gij alle dagen met ons zijt.
Bemoedig ons, alstublieft, in onze strijd
voor gerechtigheid, liefde en vrede.*

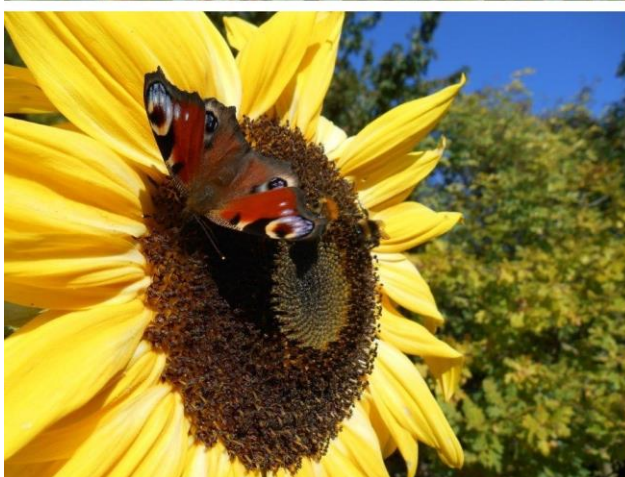
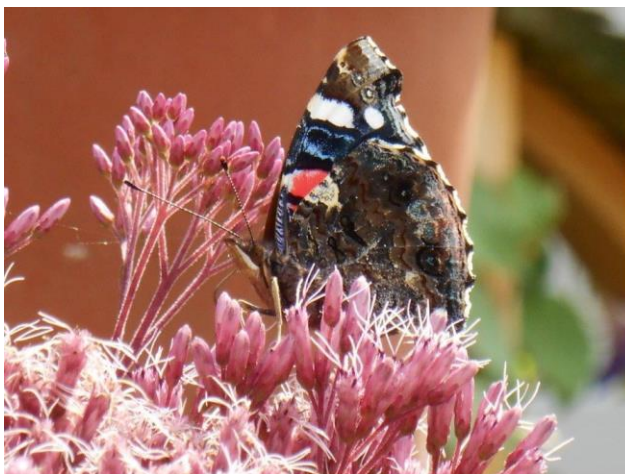
Lezen, luisteren en stilte, naar een methode van de Lectio Divina.
Er werd veel met en aan elkaar gedeeld.

Wilbrord Braakman

Nieuwe serie ansichtkaarten waarmee je Project7-blad ondersteunt...

Vijf ansichtkaarten in één serie.

Fotograferen is mijn liefhebberij. Daardoor, in combinatie met mijn liefde voor alles wat groeit en bloeit, heb ik ondertussen ontelbare foto's op een schijf staan.



Vele mappen voor de boeken, lezingen en andere presentaties over eetbare wilde groenten en kruiden.

Er vliegt ook weleens wat op een bloem of in het struikgewas, wat ik weet vast te leggen. Deze vijf kaarten zijn het resultaat van afgelopen zomer. De mussen poseerden bij het Roode Klif in Gaasterland en de vlinders, hommels en bijen bij ons in de tuin, eveneens in Gaasterland.

Project7-blad heeft financiën nodig om groepen op te starten.

We spreken dan over locaties bij de Gezond Verstand Lezingen en over de studiegroepen die samen kennis delen.

Het streven is dat wanneer er in de toekomst meer binnenkomt dan we daadwerkelijk nodig hebben, we dan kleinschalige projecten kunnen ondersteunen.

Komend jaar, februari 2016, is het zeven jaar geleden dat we begonnen met waarschuwen tegen de vaccins, waar www.verontrustemoeders.nl uit voort is gekomen.

Na anderhalf jaar ontstond het idee van de Gezond Verstand Avonden en in de afgelopen maanden lanceerden wij de site www.project7-blad.nl waar onderhand een flink aantal locaties vrijwillig bij is aangehaakt, waar op maandelijkse basis via ons de GVL-lezingen verlopen.

Dit is ontstaan na de overdracht van de Gezond Verstand Avonden.

Inmiddels presenteren wij Gezond Verstand Lezingen nieuwe stijl naast de studiegroepen. In de afgelopen jaren hebben wij nooit producten verkocht omdat dit niet strookt met dat wat via de vele sprekers verteld wordt.

Je bent niet geloofwaardig als je de nadelen van producten vertelt, maar ze wel verkoopt om geld te creëren.

Boeken is een ander verhaal; daarom hebben wij een partnerlink met Uitgeverij Succesboeken. Wie via onze site boeken bestelt merkt hier niets van, wij zien het ook niet, we hebben er geen werk van, maar worden wel eens in de drie maanden beloond over dat wat via onze site is doorgelinkt en dus verkocht.

Tijdens de lezingen neem ik boeken mee, soms wat potjes Keltisch zeezout, thee van zelf gedroogde ingrediënten en dan straks weer ansichtkaarten.

Weer ansichtkaarten? Ja, want een paar jaar geleden hebben we ook twee series verkocht. Al langer stond het in de planning dit weer te herhalen, dus nu hebben we de koe bij de horens gevat en is deze serie het resultaat.

Interesse?

Een set kost € 12,50 inclusief administratie- en verzendkosten.

Twee sets kosten € 20,00 inclusief administratie- en verzendkosten.

Hoe bestel je?

Je stuurt mij een mailtje met je volledige naam en complete adresgegevens.

Vervolgens krijg je van mij de gegevens om het bedrag over te maken en zodra dit bij ons is bijgeschreven en de kaarten binnen zijn stuur ik de bestelling naar je toe.

We verwachten de kaarten vanaf aanstaande maandag, 9 november.

Op is op.

De vorige series hebben we ook niet bij laten maken, dat doen we met deze set ook niet.

Deze kaarten zijn wellicht leuk om in te lijsten, cadeau te geven en/of om te verzenden.

Bij interesse mailen naar: Anneke@project7-blad.nl

28 NOVEMBER 2015

- *De relatie tussen PIRAMIDES, PARAMAGNETISME en LANDBOUW*
- *BLIND VERTROUWEN of bewust kiezen met GLAUCOOM. WAT KIES JIJ?*
- *INVULLING DOOR DE GVL-ORGANISATOREN SCHOTEN*

Sprekers zijn:

- Marc Daelemans
- Petra Elberse
- Organisatoren GVL SCHOTEN

Locatie Kasteel van Schoten
Adres Kasteeldreef 61
2900 SCHOTEN (België)
Aanvang 12.00 uur, welkom vanaf 11.30 uur
Einde programma: ongeveer 17.30 uur
Entree € 10,00 (inclusief een versnapering)
Aanmelden nick@rechtopgezondheid.info of
annabelle1946@hotmail.fr

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Colofon:

Redactie: Ellen Pet / Wim Pet

Teksten : Anneke Bleeker, Frank Bleeker, Ger Lodewick, Monic Bakker, Belinda Scholten, Paul Ferrini, Thijs Wetemans, Carla Boon, Ellen en Wim Pet, Wilbrord Braakman

Foto's : Anneke Bleeker, Jilke became a photographer, Ger Lodewick, Belinda Scholten, Thijs Wetemans, Succesboeken, Ellen en Wim Pet

Kopij voor de volgende GVL Nieuwsbrief?
(Ellen en Wim Pet)

Mail naar: Ellen@project7-blad.nl

Interesse in starten GVL-locatie:
(Josee van Dooren)

Mail naar: GVLlocatie@project7-blad.nl
(tijdelijk)

Interesse in spreken voor GVL-locaties:
(Frits van der Blom)

Mail naar: GVLspreker@project-7blad.nl
(tijdelijk)

Aan-/afmelden voor deze Nieuwsbrief
(Barbera Smit)

Mail naar: NieuwsbriefGVL@project7-blad.nl

Starten Studiegroep Project 7-blad
(Marja Frederiks)

Mail naar: Marja.studiegroepen@project7-blad.nl

Aanmelden voor de Nieuwsbrief Project 7-blad
(Marja Frederiks)

Mail naar: marja.nieuwsbrief@project7-blad.nl

