

Gezond Verstand Lezingen

Eerste jaargang, nummer 6
December 2015

Inhoud:

Pagina	1	:	Kopfoto en inhoudsopgave
Pagina	2	:	Woord van de redactie – Wim en Ellen Pet
Pagina	2	:	Donkere dagen voor Kerstmis... - Anneke Bleeker
Pagina	5	:	Sprekersbijdrage: De Belgische connectie – Andy van de Poel
Pagina	6	:	Zevenblad grijpt om zich heen... - Anneke Bleeker
Pagina	9	:	Locatiebijdrage Alkmaar en Haarlem – Annette Ochse
Pagina	11	:	Special: Vaccinatie voor senioren – Ellen Vader
Pagina	13	:	Niet alle waarheden moeten gezegd worden tegen alle mensen... - Frank Bleeker
Pagina	15	:	Ander nieuws! - Irma Schiffers interviewt Janneke Monshouwer
Pagina	16	:	Nieuwe spreker stelt zich voor: zeven nieuwe lezingen – Jeroen Morssink
Pagina	20	:	Eten wat de pot schaft... - Anneke Bleeker
Pagina	21	:	De kracht van de kaars – Wim en Ellen Pet
Pagina	23	:	Colofon

Woord van de redactie

Op 21 december trapt de zon op de rem. Het ritme van het steeds iets later opkomen en ondergaan van de zon komt op 21 december tot een abrupt einde. Gedurende 3 dagen komt de zon op dezelfde tijd op en gaat op dezelfde tijd onder. En dan, op 24/25 december begint de zon aan een nieuwe cyclus. Een cyclus van steeds een paar minuten per dag langer schijnen. Een cyclus die duurt tot 21 juni, een halfjaar van steeds meer licht en minder duisternis. Op de avond van 24 december kan de objectieve waarnemer voor het eerst de nieuwe cyclus van de zon ervaren. Beginnend op kerstavond en met de kerstdagen vieren we de wedergeboorte van het licht. Al milinea lang zijn, wat we nu de kerstdagen noemen, dat de dagen om de natuur te danken voor de terugkeer van het licht, de wedergeboorte. Later heeft religie dit wedergeboortefeest zich eigen gemaakt en tot een religieus feest getransformeerd. Nu herdenken we in onze cultuur met kerst de geboorte van de nieuwe koning, het nieuwe licht. Met de ontkerkelijking, ingezet in de jaren 50/60 van de vorige eeuw, raakt het religieuze aspect steeds verder op de achtergrond. Wat we nog wel doen is veel versieringen maken met licht, want we vieren nog altijd diens terugkeer!

Gezond Verstand Lezingen kijkt terug op een roerig jaar. Met het nieuwe jaar in aantocht wordt er weer toekomstgericht aangepakt. Een nieuw initiatief van Anneke, Eten wat de Pot schaft, staat op stapel en ook voor sprekers nieuwe mogelijkheden onderzoeken en initiëren om 'onze' boodschap zo breed mogelijk uit te kunnen dragen. In deze nieuwsbrief meer informatie.

De laatste nieuwsbrief van 2015 is weer goed gevuld. Sprekersbijdragen van Andy van de Poel en Frank Bleeker en een bijdrage van een nieuwe spreker, Jeroen Morssink, die maar liefst 7 lezingen op zijn lijstje zet. Ook ander nieuws, zoals Irma Schiffers in gesprek met Janneke Monshouwer, die een boekje open doet over, zoals wij het noemen, de mainstream media. Een item van locatie Alkmaar omtrent het afscheid van Anneke, Frank en Hanneke en de aankondiging van de eerstkomende lezing, die ook te bewonderen zal zijn in locatie Haarlem. En wederom een Special van Ellen Vader, nu over vaccinaties van senioren. Veel leesplezier en wij wensen u een fijn nieuw jaar toe vol Gezond Verstand Lezingen.

Agenda lezingen

Lezingen januari 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page13.html>
Lezingen februari 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page34.html>
Lezingen maart 2016 : <http://www.project7-blad.nl/page15.html>

Donkere dagen voor Kerstmis...

De donkere dagen voor Kerstmis, een opmerking die we jaarlijks uiten.

Wanneer je in de loop van de middag naar buiten kijkt lijkt het soms wel alsof het al bijna avond is maar wijst de klok echt nog maar een uur of vier aan.

Vroeg donker, dit hoort gevoelsmatig ook bij december, nog even en dan gaan de dagen weer lengen en zien we over een maand alweer duidelijk het verschil.

Op de rand van het oude jaar... Oude jaar, voor mijn gevoel was dit jaar net begonnen, zo snel is het onder mijn handen door gevlogen.

Er is dan ook zoveel gebeurd, geen week was saai.

Van Noord-Holland verhuizen naar Friesland was één van de beste stappen die we hebben ondernomen. Midden in de natuur, passend bij de lezingen die ik zelf geef over wilde groente en kruiden, de boeken in deze lijn, de studiegroepen die kennis delen over natuurlijke onderwerpen en lees over onze nieuwe tak: 'Eten wat de pot schaft', verderop in deze nieuwsbrief.

Mooie ontwikkelingen want de belangstelling voor de studiegroepen neemt hand over hand toe.

Tijd voor meer activiteiten dichterbij jou thuis; kennis mondeling delen, samen kokkerellen en thuis al datgene dat voorbijkwam in de praktijk brengen, delen met je burens, bekenden en familie, samen meer profiteren van dat wat de natuur ons heeft te bieden.



De tak met de Gezond Verstand Lezingen is waardevol, allen die hierin meedraaien wens ik met ons een mooi nieuw jaar met veel positieve berichten over lezingen die gegeven zijn, over mooie voorbeelden - voortgekomen uit een locatie, want dat er landelijk meer gebeurt moge duidelijk zijn.

Regelmatig hoor ik gebeurtenissen terug waarvan de oorsprong ligt bij een lezing ergens in het land, bij een locatie gepresenteerd.

Locatiehouders en sprekers kunnen niet zonder elkaar en zonder luisteraars is er niets.

Persoonlijk kijk ik ook terug op een bijzonder mooie overname van locatie Alkmaar. Vrijdag 11 december sprak Mike Donkers in Alkmaar op toen nog onze locatie.

Annette Ochse zat ook in de zaal en zij neemt vanaf januari het stokje over als locatiehoudster van deze locatie die al ruim vier jaar draait. Daar komt geen verandering in: op elke tweede vrijdagavond van de maand zal Annette de gastvrouw zijn in het overbekende Wijkcentrum Overdie.

Wij, Frank en Anneke, gaan samen met Hanneke in Ried beginnen op elke eerste vrijdagavond van de maand.

Ried ligt vlakbij Franeker. Diverse personen hebben al gevraagd waarom we daar beginnen en niet in Gaasterland, ergens in of tussen Stavoren, Balk en Lemmer.

Wie weet gebeurt dat in de toekomst maar we willen graag eerst allen blij maken die gewend geweest zijn dat er in deze hoek van Friesland een locatie heeft gedraaid.

Carla draait nu in Bergen, maar in Burdaard heeft zij geruime tijd een locatie op haar naam gehad.

Sjoukje heeft dit georganiseerd in Ried, beide locaties zijn door omstandigheden gestopt maar regelmatig komen er nog wensen uit deze streek van hen die lezingen in de eigen omgeving konden bezoeken.

Dus... we gaan starten in Ried, in de oude Melkfabriek, welke sfeervol is aangekleed en waar Sjoukje indertijd haar locatie draaide naast alle andere activiteiten die zij organiseert.

Het was niet moeilijk Sjoukje enthousiast te krijgen, wij zijn de locatiehouders en we gebruiken de bekende ruimte waar Sjoukje voor de koffie en de thee zal zorgen.

Hanneke zal in Ried iedereen bij de entree verwelkomen zoals zij in Alkmaar trouw deed.

De eerste keer starten we op 5 februari. Op deze avond zullen Frank en ik onze gezamenlijke lezing presenteren en de tweede keer op 4 maart verzorgt Frank zijn lezing waar hij over vertelt in deze nieuwsbrief.

En... wie nu in Noord-Holland denkt... dat missen wij ;-)... Zo

groot is de afstand niet... de Afsluitdijk over, richting Leeuwarden, even voorbij Harlingen, bij Franeker onder de grote weg door en vervolgens rechtsaf naar Ried. Zo simpel. En richting het noorden vanaf Middenmeer rijdt het als een tierelier, beter dan dat je naar het zuiden moet afreizen.

Ervaring ;-) jarenlang opgedaan met de vele lezingen gegeven in de afgelopen jaren.

De donkere dagen voor Kerstmis stemmen tot nadenken en wij zijn tot de conclusie gekomen dat we het concept met heel veel mensen al behoorlijk hebben verrijkt de afgelopen maanden door de extra 'takken' met mooie activiteiten en we hebben nog meer in petto voor het nieuwe jaar. We gaan met een groep sprekers ook meer personen de gelegenheid geven een Gezond Verstand Lezingen avond of middag te organiseren. Zo kunnen bedrijven straks ook gebruik maken van ons aanbod; hoe mooi kan het zijn om als bedrijf je personeel een goed verhaal aan te bieden als we over voeding spreken? Of over één van de vele andere onderwerpen?

Hier komen we in 2016 op terug, eerst dit jaar afronden, voorbereidingen treffen voor de activiteiten in januari en... nu eerst het boek voor kinderen, ouders en opa's en oma's afmaken!

Afgelopen tijd vroegen een aantal personen wat mijn laatste boek was?

Help, er groeit superfood in mijn tuin... was mijn antwoord. Nee, je laatste, deze is van vorig jaar.

Tjonge, dat houdt men goed bij en ja inderdaad, ik zei het al... 2015 is onder mijn handen doorgevlogen! Afgelopen jaar was er geen ruimte voor een boek. Het is bewezen, ik ben geen duizendpoot ;-)

Ik beloof dat ik deze klus de komende weken zal afronden. ☺

Afgelopen week een heus oliestel op de kop getikt. Nu is dat geen unicum, deze zijn nog te koop in kringloopwinkels, maar deze is mooi oranje/rood van kleur en doet het als de beste. Heerlijk om buiten Ossenwit te smelten voor bijvoorbeeld vogelvoer, of om te gebruiken



voor een stoofpotje. Het oliestel zie je wel voorbijkomen in het boek, want vogelvoer maken is ook enig om met kinderen uit te voeren.

Wij zijn voorlopig zoet en van de straat, we kijken uit naar een bijzonder mooi, waardevol en ook enigszins rustig jaar in de goede zin van het woord.

Fijne Kerstdagen gewenst en alvast een natuurlijk, inspirerend en zeer waardevol 2016!

Anneke

Gaasterland, 19 december 2015

Sprekersbijdrage

Andy van de Poel - De Belgische connectie

Verslag van een lezing door Andy van de Poel, spreker voor Gezond Verstand Lezingen

Dinsdag 8 december was het decor voor een lezing over de grens.

Centrum de Burg in Hamont, vlakbij Budel, bood onderdak aan een select groepje nieuwsgierigen die zich niet van de wijs lieten brengen door de enigszins misleidende titel van deze lezing: Pluk je eigen laaghangend fruit.



Associaties met jam maken waren al geopperd tijdens de promotie inspanningen in de aanloop er naartoe.

Goede feedback die ik de volgende dag subiet vertaalde in een betere titel: Verander

keuzestress in keuzevrijheid en ontdek jezelf. Want dat dekt de lading nadrukkelijker.

Soms zijn woorden niet zo vanzelfsprekend als we vermoeden en dat zorgt voor ruis. En ruis zorgt weer voor keuzestress. Je kunt heel veel weten over keuzestress en toch in je eigen mes vallen. Ik blijf in die zin mezelf observeren om nog meer to the point zaken te kunnen overbrengen.

Dat is ten slotte het doel van een lezing. In mijn geval zonder beamer, uit de losse pols, tjokvol ervaring.

De aandacht vanuit charme veroveren en niet meer loslaten dankzij heldere woorden en prettige gedrevenheid. De lezing heeft het karakter van een interactieve dialoog.



Gebruik ook de verwonderstoel omringd door een waarneembaar energieveld met 3 mineralen op maat. Een voltreffer bleek ook nu weer. Voelen hoe het is om met jezelf in contact te zijn geeft je een duidelijkere basis om een keuze te maken. Vanuit vrijheid, vanuit feiten. Dat sloeg aan.

Aan de reacties te merken boeide het verhaal over keuzestress en de link met niet goed in je vel zitten dusdanig dat de animo overeind bleef tot het moment dat we besloten om toch de reis naar Heerlen weer op te pakken. Een avond die naar meer smaakt.

Met dank aan Annemie die dit mogelijk maakte in samenwerking met Hilde.

Andy van de Poel

Zevenblad grijpt om zich heen...

Lezingen – eten wat de pot schaft en nog meer...

Zevenblad is niet te stoppen als het zijn gang kan gaan maar zo vergaat het ook met ons.

Nieuw

Tot nu toe wordt tijdens de GVL-bijeenkomsten informatie overgedragen van sprekers naar bezoekers. Om dit te realiseren zijn er GVL-locaties verspreid over het land en ook in België,

die ongeveer tien keer per jaar een informerende en inspirerende lezing organiseren.

De locatiehouders maken een keuze uit de sprekerslijst en benaderen zelf de spreker die zij willen uitnodigen om zo de agenda te vullen met uiteenlopende onderwerpen.

Zij zorgen voor een gezellige ruimte waar men graag naar toegaat.

De onderwerpen van de lezingen worden door middel van posters, flyers en fotoflyers en via een vermelding op de agenda van de 7-blad website bekend gemaakt.



(bijvoorbeeld: <http://www.project7-blad.nl/page44.html>).

Dit concept draait goed en er is geen reden om hieraan te tornen.

Met een aantal sprekers gaan wij hiernaast een ander pad uitzetten:

Wie eenmalig een Gezond Verstand Lezingen avond of middag wil organiseren kan zich nu ook tot ons wenden.



Na opgave van het onderwerp waar men over wil laten spreken kijken wij welke spreker daarbij past.

(Volks-)tuinverenigingen kunnen zich melden en via ons eens een andere spreker uitnodigen dan waar men gewoonlijk wellicht aan denkt.

Er is een groot scala aan onderwerpen voor Vrouwenverenigingen, maar ook voor bedrijven: wat te denken van een dag met informerende lezingen voor het personeel over voeding en andere zaken die in het lichaam in balans moeten zijn wil je zowel op je werk als thuis goed functioneren.

Deze vorm wordt nu uitgewerkt, maar komt als het aan ons ligt snel op de agenda.

Studiegroepen

De studiegroepen die minimaal eens in de twee maanden bijeenkomen en waar men kennis deelt. Kennis vanuit de groep wordt gedeeld. Er is altijd wel iemand die graag spreekt over natuurlijke producten en in de praktijk iets wil laten maken.

Weer iemand anders praat niets liever dan over de geneeskrachtige kant van planten, weer iemand anders over de culinaire kant van wilde groenten en kruiden, onderwerpen als Permacultuur of andere interessante onderwerpen die altijd moeten passen binnen het thema ('wilde') natuur kunnen allemaal aan bod komen.

De groepen die al langer draaien zijn niet meer te stoppen en er komen nieuwe groepen bij. Als jij zin hebt meer informatie te willen ontvangen ben je ook welkom deze op te vragen. Zo groeit dit ook gestaag verder.

Maar nu komt er nog iets heel nieuws bij in het kader van live kennis met elkaar delen, informatie doorgeven en verantwoord kokkerellen.

Eten wat de pot schaft!

Deze titel is geen nieuwtje, deze zal meer gebruikt worden en ook in de spreektaal is deze zin ingeburgerd.

Maar daar het de lading dekt hanteren we deze kreet en waarom iets nieuws bedenken als een oude oplossing werkt?

Eten wat de pot schaft!

Wie van kokkerellen houdt, geen pakjes en zakjes gebruikt, alleen met pure eerlijke ingrediënten werkt komt in aanmerking om mee te doen als hij of zij interesse heeft.

Heb jij al langer het idee dat het wellicht leuk is eens voor een groter gezelschap te koken?



Dan is dit een kans om via Project7-blad aan te pakken.

Ons idee is om door het hele land dergelijke gelegenheden op onze site te vermelden. Je bereidt een maaltijd en wie bij je wil komen eten moet zich van tevoren opgeven. Wel kun je aangeven of je een stampot maakt, iets met rijst serveert of...

Wil je vleesgerechten serveren, meldt dit dan even; biedt de mogelijkheid aan te geven of iemand wel of geen vlees eet, al deze zaken

zijn weer te geven in het stukje tekst dat bij de juiste datum op onze agenda komt te staan.

Ook hier is het uiteraard vanzelfsprekend dat we alleen dergelijke 'punten' op de site willen plaatsen waar we, ook als we over vlees spreken, ervan uit kunnen gaan dat hier met eerlijke producten wordt gewerkt. Vlees van Schotse Hooglanders is een goed voorbeeld. Maar het menu is verder een verrassing. Vandaar: 'Eten wat de pot schaft'. Eenvoudige maaltijden, stampotten, stoofpotjes, kokkerellen in een heksenketel of andere mogelijkheden voor buiten, pizza's uit een oven in de tuin...

Er is genoeg te bedenken maar maak wel gebruik van jouw mogelijkheden.

Wie geen pizzaoven in de tuin heeft hoeft er voor dit doel niet aan te schaffen.

Heb je deze wel? Dan is het leuk, dus kijk binnen je eigen mogelijkheden.

Is jouw keuken of kamer groot genoeg en kun je daar een groep van bijvoorbeeld 7 tot 15 of meer personen ontvangen?

Heb je een andere ruimte tot je beschikking? Jij bepaalt zelf de grootte van de groep waar je voor wilt kokkerellen en ook hoe vaak je dit wil uitvoeren.



Wekelijks, maandelijks, anders, jij serveert volgens je eigen agenda en geeft steeds op tijd de datum met een stukje tekst aan ons door voor op de site.

Bij gezond kokkerellen hoort ook dat je geen magnetron, inductiekookplaat of keramische kookplaat gebruikt.

Spreekt dit idee je aan? Vrijblijvend geven wij de verdere uitleg.

Tijdens dergelijke maaltijden ontstaan de leukste contacten, zo ook via de studiegroepen en op deze wijze kan er weer interesse zijn om een lezing te volgen.

Door al deze facetten binnen Project7-blad samen te bundelen komen we tot een breed aanbod om de mens achter zijn pc vandaan te krijgen, naar één van de punten toe te laten komen en mondeling met anderen kennis te delen en/of te vergaren.

Hoe leuk is het om elkaar tips te geven?

Jij weet wellicht een goed verkooppunt om rauwe melk te bemachtigen en iemand anders geeft jou net weer die tip waar jij nog geen oplossing voor had.

Project7-blad, we gaan er met elkaar, met alle locatiehouders, met de sprekers en spreeksters, met de gastheren/-vrouwen van de studiegroepen en straks met de gastheren/-vrouwen van 'Eten wat de pot schaft' een fantastisch 2016 van maken!

Let maar eens op hoe snel zevenblad kan groeien? ;-)

Volgend jaar december maken we de balans op!

Interesse in één van de mogelijkheden?

Mail: Anneke@project7-blad.nl

Locatiebijdrage Alkmaar en Haarlem

Laatste Gezond Verstand Lezing in Alkmaar voor Anneke

Voor de tweede keer dit jaar hebben wij afscheid genomen van Frank en Anneke Bleeker.



Dit keer ook van Hanneke Reitsma.

In de vorige nieuwsbrief heeft Anneke al uitgelegd dat, nu zij alle drie in Friesland wonen, het tijd is om daar een locatie te starten en Alkmaar gedag te zeggen. Anneke opende de avond met een korte terugblik op de afgelopen jaren en een dankwoord voor al haar trouwe bezoekers. Tijdens het allereerste begin, nog agerend tegen vaccinaties, heeft zij Mike Donkers ontmoet.

Meteen een klik en de start van een blijvende vriendschap.

Laat hij juist nu de spreker van deze avond zijn. Heel symbolisch, de cirkel is gesloten. Mooi. En zij introduceerde mij als haar opvolgster. Louise, mijn 'Hanneke', kon er niet bij zijn jammer genoeg. Dat komt nog wel.

Mike is een veelgevraagd en graag geziene spreker voor Gezond Verstand Lezingen. De lezing die Mike deze keer gaf (deze veelzijdige man heeft er nogal wat) is getiteld 'Spijsvertering, een mes dat aan twee kanten snijdt'.

Ik heb Mike vaker horen spreken. Wat een kennis heeft die man. Ook spreekt hij lekker uit de losse pols. Dat kan lang niet iedereen. Het fijne van je niet hoeven vast te houden aan een presentatie is dat je dan heel makkelijk kunt ingaan op wat er in de zaal gebeurt en de vragen die gesteld worden. Dat kan hij als geen ander.

Ja hoor, met Mike een gegarandeerd geslaagde avond.



Na afloop namen veel mensen de tijd Anneke, Hanneke en Frank uitgebreid gedag te zeggen. En iedereen kreeg een kaart mee als bedankje voor hun bezoeken en de vriendschappen hier in Overdie.

Voor diegenen die afgelopen keer niet in de gelegenheid waren te komen heb ik verheugend nieuws: gedrieën komen zij mij even aanmoedigen de eerste keer.

Helemaal vanuit Friesland.

Dus u kunt hen nog even zien.

Voor mij wordt het geen afscheid, ik zie hen nog wel. Wij zijn tenslotte al ruim 10 jaar bevriend. Misschien is het daarom wel dat Anneke en ik voor januari dezelfde lezing geboekt hebben. ;-).

Eerstkomende Gezond Verstand Lezingen Alkmaar en Haarlem

En graag informeer ik jullie over de volgende lezing, de eerste van het nieuwe jaar.

Op 12 januari ontvangen wij Roland Bernard, initiatiefnemer van De Blijde B..

"Wat is nou een B?" zullen jullie je afvragen. Nou, een bank. Alleen is er 'vriendelijk' verzocht het woord bank niet te gebruiken zolang er nog geen bank is. Tja.

De website <http://www.deblijeb.nl/thuis.html> geeft meteen op de homepage weer wat de bedoeling is van De Blijde B.:

Een coöperatieve bank in oprichting:

De Blijde B is een burgerinitiatief van professionals. Wij introduceren de waardevaste munt URA en zodra wij meer dan 10.000 leden hebben, dan vragen wij een bankvergunning aan.

Wij doen niet aan rente en zijn daarmee het eerste echt duurzame financiële initiatief van Europa. Rente is parasitair. Het veroorzaakt tekorten en crises, ook onze huidige. In plaats van rente geven wij Financieel, Ecologisch, Emotioneel en Sociaal rendement, op basis van natuurlijke groei. Wij investeren in lokale economieën en duurzame projecten, voor een gezonde en rechtvaardige samenleving.

Een bank van, voor en door de mensen, waarbij we weer zelf ons geld gaan beheren.

Dat wij aan een nieuw financieel systeem toe zijn, daar zijn zo langzamerhand een heleboel mensen zich van bewust. Er zijn verschillende (nu nog) ideeën. Sommige, zoals het basisinkomen, krijgen her en der al wat meer vorm. Een nieuwe bank en een nieuwe munt biedt perspectieven. De vraag alleen is: hoe komen wij daar en wat kunnen wij nu al doen? Mooie vragen voor Roland.

En mocht de 12e niet in de agenda passen. Roland komt vrijdag de 8e ook in Alkmaar. Jullie treffen beide posters in de bijlagen aan.

Dus u bent welkom op vrijdag 8 januari in Alkmaar of dinsdag 12 januari in Haarlem. In het nieuwe jaar dus.

Fijne feestdagen,
Annette Ochse



8 JANUARI 2015
VRIJ en BLIJ uit de
CRISIS met een
NIEUWE BANK

Thema-lezingen
op MAANDELIJKE
basis, waarbij onze
GEZONDHEID
centraal staat, op een
ONGEDWONGEN
manier en bestemd
voor IEDEREEN

Ronald Bernard,
Initiator van De Blij B

Wist u dat er een stille (r)evolutie gaande is? Met een bank in bezit, hebben burgers de touwtjes weer in eigen handen. Wie de geldstromen beheerst, bepaalt veel in de samenleving. Ronald zal tijdens deze boeiende lezing laten zien, hoe het huidige bankensysteem werkt. We volgen het spoor van geld en komen bij oorzaken en een waarheid die tegen het onwerkelijke aanligt. De Blij B is een burgerinitiatief van professionals. Het is van, voor en door mensen!

Locatie Annette Ochse, Wijkcentrum Overdie
Adres Van Maerlantstraat 8-10
1813 BH ALKMAAR

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden gvlalkmaar@gmail.com ☎ 06-25180174

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

12 JANUARI 2016
VRIJ en BLIJ uit de
CRISIS met een
NIEUWE BANK

Thema-lezingen
op MAANDELIJKE
basis, waarbij onze
GEZONDHEID
centraal staat, op een
ONGEDWONGEN
manier en bestemd
voor IEDEREEN

Ronald Bernard, Initiator van De Blij B

Wist u dat er een stille (r)evolutie gaande is? Met een bank in bezit, hebben burgers de touwtjes weer in eigen handen. Wie de geldstromen beheerst, bepaalt veel in de samenleving. Ronald zal tijdens deze boeiende lezing laten zien, hoe het huidige bankensysteem werkt. We volgen het spoor van geld en komen bij oorzaken en een waarheid die tegen het onwerkelijke aanligt. De Blij B is een burgerinitiatief van professionals. Het is van, voor en door mensen!

Locatie Annette Ochse
Dagcentrum Overspaarne
Adres Lansiersstraat 25
2023 GA HAARLEM

Aanvang 20.00 uur, welkom vanaf 19.30 uur

Entree € 10,00

Aanmelden gvlhaarlem@gmail.com ☎ 06-25180174

**GEZOND
VERSTAND
LEZINGEN**

www.project7-blad.nl

Special: Vaccinatie voor senioren

De redactie vroeg Ellen Vader, mede-moderator van

<https://www.facebook.com/groups/vaccinvrij/> opnieuw om een reactie, nu op het aandringen van de KBO (Katholieke Bond voor Ouderen) om vaccinaties voor senioren in het Rijks Vaccinatie Programma (RVP) op te nemen

Inenten van ouderen Preventie is winst??

Hoe maken we de burger warm om alweer een nieuwe prik te accepteren?

Hoe creëren we een nieuwe doelgroep?

Hoe kunnen we onze jaaromzet vergroten?

Een kijkje in de vaccinatiekeuken achter de schermen van de farmaindustrie...

Minister Edith Schippers (03/07/2014):

'Met de Gezondheidsraad constateer ik dat in Nederland geregistreerde vaccins op de markt zijn die bijna niet worden gebruikt. Hierdoor blijft er gezondheidswinst liggen.'

Recent in de pers:

29 september 2015: *Geef prioriteit aan vaccineren tegen gordelroos*: De Unie KBO (Nederlands grootste ouderenorganisatie) wil dat iedereen van 70 jaar of ouder een prik tegen gordelroos kan halen bij de huisarts (zie brief aan de Minister). Maar het is duur en bijna niemand weet dat het bestaat. Zij dringen er bij de minister van Volksgezondheid op aan dat ouderen het vaccin kosteloos kunnen krijgen. <http://www.uniekbo.nl/kbothuis/> Het duurde de dames/heren van de Unie blijkbaar wat te lang, dus maar weer even de media ingeschakeld...

5 december 2015: *'Bond eist inenting-programma 60-plussers (en intussen maar even de leeftijdsgroep met 10 jaar verlaagd en aldus de doelgroep verhoogd): 'Getreuzel met vaccins'* - De Unie KBO eist (!) van het kabinet dat vaccins voor 60-plussers uiterlijk in 2017 deel uitmaken van het Rijksvaccinatieprogramma'.

Omlijst door hetzelfde riedeltje argumenten in de herhaling...

Ook in Frankrijk toevallig op dezelfde dag als in Nederland in alle kranten volop aandacht voor de (nog) ongebruikte vaccins. En toevallig gaan die artikelen over precies dezelfde vaccins in de aanbieding als die in de Nederlandse media genoemd worden... Een georkestreerd internationaal afgesproken strategie?

Enkele uitspraken van directeur Manon Vanderkaa van de Ouderenbond:

- Er valt zoveel gezondheidswinst te behalen!
- Dat vertaalt zich terug in een 'leuke oude' dag!
- Want ouderen zijn nog lang niet 'afgeboetseerd'!

Pfff... en de autoriteiten zullen zich dan later weleens buigen over de vraag of dit bij nader inzien wel zo'n goed idee was. Doet ons denken aan de uitspraak van Mathilde Boon (directeur van het Leids Cytologisch en Pathologisch Laboratorium, die aan de wieg stond van de invoering van het HPV-vaccin voor jonge meisjes in 2009): 'Ik vind dit een waanzinnig goed experiment!' We kennen het resultaat anno december 2015...

Veilig vaccin?

Lijstje bijwerkingen volgens bijsluiter Zostavax vaccin (gordelroos): misselijkheid - gewrichtspijn – spierpijn – koorts - gezwollen klieren (hals, oksel) - gordelroos(!) – uitslag - uitslag op de injectieplaats - kwaddels op de injectieplaats - allergische reacties, die ernstig kunnen zijn en gepaard kunnen gaan met ademhalings- en slikmoeilijkheden.

Hulpstoffen: Sucrose, gehydrolyseerde gelatine (ongetwijfeld varkensgelatine), natriumchloride, kaliumdiwaterstoffosfaat, kaliumchloride, mononatrium L-glutamaat, watervrij dinatriumfosfaat, natriumhydroxide en ureum.

Daarnaast geproduceerd in menselijke diploïde MRC-5 cellijn (longweefsel van een 14-weeken oude mannelijke foetus, 1966).

Afsluitend met (en daar komt de aap uit de mouw): 'Door bijwerkingen te melden, kunt u ons helpen meer informatie te verkrijgen over de veiligheid van dit geneesmiddel.'

Het wachten is op de volgende gerichte actie... het 'longontsteking' vaccin (eveneens genoemd in de berichtgeving).

Ook dat ligt te verstoffen op de plannenplank voor ouderen.

Wat achtergrondinformatie over het pneumokokkenvaccin voor senioren (we kunnen maar beter voorbereid zijn...), dat volgens de farmafabrikanten niet genoeg gepromoot wordt (maar daar werken de media/overheid dan graag aan mee en van wie zouden de hoofdredacties eigenlijk de tip/opdracht krijgen om berichten over nieuwe vaccins te plaatsen?):

- Het vaccin Prevenar 13 werd nog maar recent toegelaten in de EU (maart 2015).
- Toelating gebaseerd op de Nederlandse (!) Capita-studie (gesponsord door de fabrikant Pfizer).
- Nog geen jaar na het publiceren van de studieresultaten, kreeg onderzoeksleider professor Marc Bonten een belangrijke post als 'nieuwe topwetenschapper' bij het RIVM aangeboden...
- Prijs van dit vaccin: € 55-75/stuk...

Denk dan maar eens aan het marktpotentieel (aantal senioren wereldwijd) ...

Bestseller en kassa voor Pfizer met een mega-omzet vorig jaar van \$4.05 miljard.

Het vaccin werd in etappes per leeftijdsgroep toegelaten (uiteindelijk resultaat: 'van wieg tot graf'):

* baby's (invoering sinds 2009) in meer dan 120 landen

* kinderen 6 weken - 17 jaar

* volwassenen 18 - 49 jaar

* senioren 50+

* senioren 65+

Conclusie: preventie is winst!!

Niet alle waarheden moeten gezegd worden tegen alle mensen...

Even voorstellen: Frank Bleeker – spreker voor de Gezond Verstand Lezingen



Bovenstaande titel is een uitspraak van Bisschop Clemens van Alexandrië, gedaan in tweede eeuw na Christus. Deze uitspraak heeft rechtstreeks betrekking op het schrappen van passages uit het oorspronkelijke Marcus-evangelie waaruit blijkt dat Jezus en Maria Magdalena man en vrouw waren...

In het Oude Testament worden twee scheppingsverhalen in één vaatje gegoten. De aarde wordt als het ware twee keer geschapen...

In deze scheppingsverhalen gebeuren dingen die je niet



*Bisschop
Clemens van Alexandrië*

kunt bevatten, maar omdat zij door een door de eeuwen heen geaccepteerde God worden uitgevoerd, worden zij (al dan niet gedwongen) door veel gelovigen voor *waar* aangenomen.

In het Soemerische scheppingsverhaal gebeuren vrijwel dezelfde dingen, maar nu door twee goden, een mannelijke (Apzu) en een vrouwelijke (Thiamat). Zij krijgen kinderen en kleinkinderen en zij bouwen aan een universum, waarin ook de aarde geschapen wordt.

Enuma Elisj (1000 jaar ouder dan Genesis, gebaseerd op nog veel oudere documenten):



Oermoeder:
Thiamat (Zij die allen baarde)

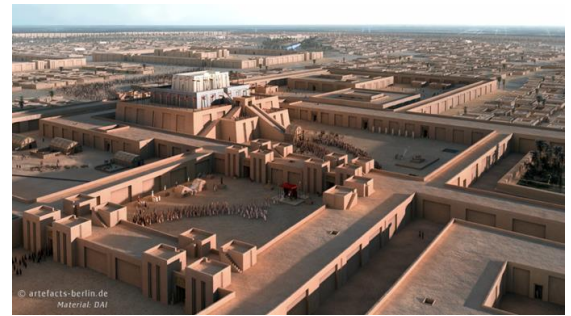
Oervader:
Apzu (De Bron)

Waarom zijn de verhalen in het Oude Testament per definitie waar en waarom wordt het Enuma Elisj, dat 1000 jaar ouder is dan Genesis en dat gebaseerd is op nog veel oudere documenten, als een fabel afgeschilderd?

Genesis is wereldwijd ingeburgerd, omdat er geen andere bronnen aanwezig waren. Die lagen heel comfortabel diep onder het woestijnzand begraven. Totdat een archeoloog

midden in de woestijn in Irak begon te graven...

Hij vond de restanten van de oude stad Ur, de stad waar Abraham vandaan kwam. En hij vond in de ruïnes van deze stad bibliotheken vol documenten, waaruit bleek dat deze stad Ur een zeer geavanceerde samenleving kende, met een hoge beschaving.



Charles Robert Darwin:

On the Origin of species

(De oorsprong der soorten)

Evolutietheorie:

- Natuurlijke selectie - *Survival of the fittest*
- Gemeenschappelijke afstamming van al het leven
- Missing links



Abraham is bekend in zowel het Oude Testament, maar ook in het Enuma Elisj. Dit geldt ook voor de Zondvloed, de verwoesting van de stad Ur, de trektocht van Abraham naar Kanaän en nog veel meer bekende verhalen.

Gebleken is echter, dat de datering van deze feiten niet klopt met de door bisschop Usher opgestelde tijdslijn van de Bijbel.

Volgens Usher zou de wereld geschapen zijn in het jaar 4004 voor Christus. En wee je gebeente als je daarover ook maar waagde te twijfelen! Je werd direct als ketter opgepakt.

En de Inquisitie was niet misselijk!

Volgens archeologen echter vond de Zondvloed plaats rond 4000 jaar voor Christus.



Lucy - *Australopithecus afarensis*

1952: Paus Pius de Twaalfde:

Tijd is niet werkelijk een factor in het Bijbelse scheppingsverhaal...



1996: Paus Johannes Paulus de Tweede:

De evolutietheorie is meer dan een hypothese!



Toen waren Adam en Eva volgens Usher net 4 jaar oud.
Noach was nog in geen velden of wegen te bekennen!

In mijn lezing belicht ik, geïnspireerd door het boek *Oorsprong van de Graalkoningen* van Sir Laurence Gardner en enkele andere boeken, een aantal discrepanties in de tijdlijn van de ontwikkeling van de mens.

We kijken o.a. ook naar:

On the Origin of species (De oorsprong der soorten) van Charles Robert Darwin.

Ook maken we kennis met Lucy. Zij maakte deel uit van de mensachtige soort *Australopithecus afarensis*, een rechtop lopende hominidae-soort.

We nemen ook een kijkje aan de diverse hoven van de farao's en proberen Mozes, Jozef met de veelkleurige mantel, Toetanchamon, Akhnaton, en Nefertiti te plaatsen.

Soms kom je tot andere denkbeelden dan die ons tot nu toe geleerd zijn.

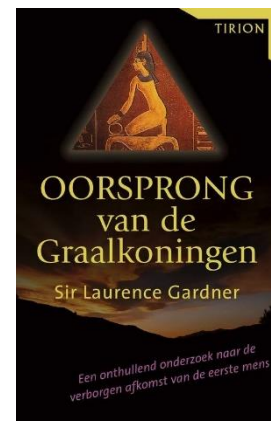
Je kunt ze geloven, of niet... dat kan uiteraard ook.

Ik wil niemand van de traditionele/gangbare gedachten afbrengen, maar je kunt er ook over gaan nadenken en zelf op vervolgonderzoek uitgaan!

Nieuwe inzichten en opgravingen/vertalingen kunnen soms tot het bijstellen van de geschiedenis leiden.

Graag zie ik je bij een lezing bij jou in de buurt.

Frank Bleeker



Ander nieuws!

In gesprek met journalist Janneke Monshouwer, voormalig NOS-medewerkster

Door Irma Schiffers, op 15 december 2015, onder Politiek

De meesten van jullie herinneren zich vast nog wel **het artikel over Udo Ulfkotte**, de Duitse journalist die 17 jaar voor de Frankfurter Allgemeine Zeitung werkte en die vorig jaar met zijn spraakmakende boek naar buiten trad 'Gekaufte Journalisten'.

Dat artikel wordt nog steeds veel gelezen en gedeeld vanwege de interessante inhoud, want hij onthult hoe journalisten worden ingepakt en omgekocht worden door o.a. de CIA en daarmee hun onafhankelijkheid aan de wilgen hebben gehangen.

Hij noemt in zijn boek man en paard en het boek deed (en doet) veel stof opwaaien.

Maar dappere journalisten vinden we niet alleen in Duitsland blijkbaar.



Ik ben momenteel een zeer interessant boek aan het lezen van journalist Janneke Monshouwer, die zelf bij het NOS-journaal werkte en daarnaast documentairemaker is. Het is ongelooflijk wat ze allemaal heel eerlijk en onthullend beschrijft, met feiten, foto's, gebeurtenissen van vroeger en van nu; en het is pas haar eerste boek in een serie van vele.

Ze beschrijft hoe zaken worden verdraaid, waarom, voor en door wie, kortom ik heb het gevoel dat ik zit te lezen in een geschiedenisboek, maar dan van een hele andere aard dan de volledig verdraaide feiten uit de geschiedenisboeken die we op school voorgeschoteld krijgen en dat is 'thuiskomen'.

Het zou wat mij betreft verplichte literatuur moeten worden in de nabije toekomst.

Ze schrijft in dit boek o.a. over de moord op Kennedy, pedofilie, Skull & Bones, CIA-operaties, Vietnamoorlog, Agent Orange, BCCI Crimibank, de Safari-club, de grote leugen van 11 september, etc.

Dit is nog maar een kleine greep eruit.

Het volledige interview kun je lezen via een klik op het logo hieronder:



Nieuwe spreker – Jeroen Morssink

Zeven lezingen door Jeroen Morssink vanaf 1 maart 2016



Jeroen Morssink (1953) is dertig jaar klassiek homeopaat, was oprichter van wat nu heet de Academie voor Klassieke Homeopathie, was de eerste voorzitter van de Nederlandse Vereniging van Klassiek Homeopaten en startte onlangs de uitgeverij NewWorldBooks. Hij schreef onder een pseudoniem o.a. 'Hé dokter, word wakker!' en 'Heel de gewonde genezer'. Alle lezingen van Jeroen gaan over de overgang van de oude naar de nieuwe wereld. Je kunt kiezen uit acht onderwerpen.

❖ **Lezing 1: De Nieuwe Tijd: Wat ons allemaal te wachten staat...**

- Toen Obama in 2008 tot president werd gekozen belofde hij ons een CHANGE!!! Een heleboel mensen werden daar blij van. Een beetje verandering op onze planeet was wel welkom.... Intussen is niet echt duidelijk of er in de wereld wel iets in positieve richting is veranderd. Blijkbaar moeten we voor een verandering niet op een Amerikaanse president gaan zitten wachten.

Vervolgens vestigden veel mensen hun hoop op 21 december 2012. Op een of ander mysterieuze manier zou er dan een grote stap op weg naar de nieuwe tijd gezet gaan worden. Maar 21 december ging voorbij en er veranderde niets. Blijkbaar komt de verandering niet van buiten of van boven. Wat nu?

In deze lezing gaan we op reis naar de nieuwe tijd en onderzoeken we wat we zelf kunnen doen om daar dichterbij te komen.

Een paar dingen die aan de orde zullen komen:

- Wat verwachten we van de Nieuwe Tijd?
- De jaren '60 als idealistische impuls
- Ontwikkelingsfasen in alles wat groeit en gecreëerd wordt (van de creatiespiraal van Marinus Knoope tot de 18 stadia van Jan Scholten)
- De Noodzaak van idealen anno nu
- Kansen en valkuilen
- Wat is jouw en mijn rol om de Nieuwe Tijd te helpen organiseren?

❖ **Lezing 2: 33 Redenen om niet te vaccineren**

- Er is al heel veel gezegd over vaccinaties. Op internet struikel je over mogelijke negatieve gevolgen. Ook bij de Nederlandse Vereniging Kritisch Prikkel kun je veel belangrijke informatie vinden. Dat gaan we in deze lezing niet allemaal herhalen. Wel zullen we het belangrijkste samenvatten zodat je met een redelijk volledig beeld naar huis kunt gaan. Maar vervolgens zullen we ons vooral richten op de gevolgen voor de ontwikkeling van kinderen en volwassenen en wat vaccinaties doen met onze (spirituele) taak hier op Aarde.

Wat aan de orde zal komen:

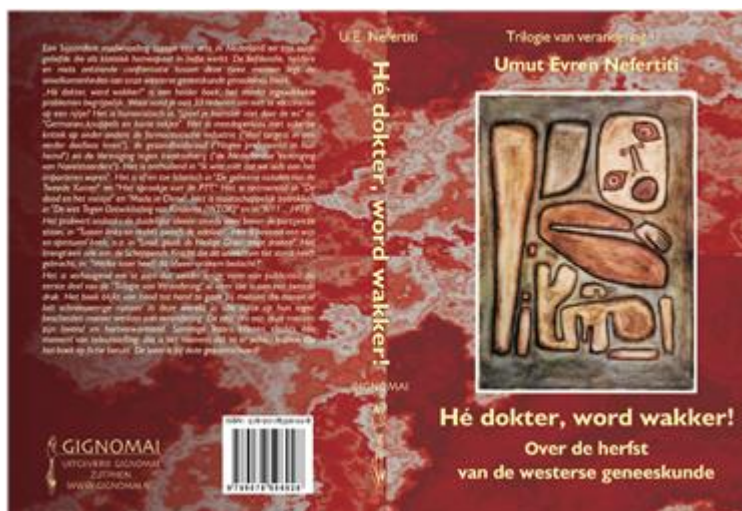
- 33 redenen om niet te vaccineren, in vogelvlucht
- Bescherming van buiten of van binnen?
- Lichamelijke gevolgen
- Mentaal-emotionele gevolgen
- Spirituele gevolgen
- Maatschappelijke gevolgen
-

❖ **Lezing 3: Waarom de gezondheidszorg een burn-out heeft...**

- Als we de gezondheidszorg als patiënt bekijken, dan is de diagnose een "ernstige burn-out".

In deze lezing zal ik aan de hand van twaalf vragen uitleggen waarom de reguliere geneeskunde aan het eind van zijn Latijn is. Ook zullen we zien dat de onwil van mensen om aan zichzelf te werken ervoor zorgt dat de prognose voor de patiënt niet zo best is. Het is een goede training om je voor te bereiden op verjaardagsfeestjes waar altijd wel weer een zwager is die jou met je "belachelijke" ideeën over een meer natuurlijke gezondheidszorg onderuit probeert te halen... ☺

De vragen zijn:



- Zijn we niet een beetje opgebrand?
- Is onze intentie nog wel zuiver?
- Heeft het geld ons niet in de macht?
- Speelt ethiek nog een rol?
- Maken we niet te veel kapot?
- Werkt het allemaal wel zo goed?
- Zijn we niet te specialistisch geworden?
- Doen we iets aan de echte oorzaak?
- Onderdrukken we de gevolgen niet?
- Kunnen we wel zonder filosofie?
- Zijn we niet te materialistisch?
- Is het mannelijke hier op Aarde niet wat doorgeschoten?

❖ **Lezing 4: De vijf dimensies van het holisme**

- Alle therapeuten willen graag holistisch werken. Maar dat is nogal wat! Weten we echt waar we het over hebben? In deze lezing pak ik het holisme bij de kop en onder de loep en leg ik alle facetten ervan uit. Ik leer je ook een manier om voor jezelf te testen of je echt holistisch werkt, of gedeeltelijk of maar een beetje of misschien wel helemaal niet... Het gaat er niet om daar een oordeel over te vellen. Ieder doet zijn best en draagt op zijn of haar manier een stukje bij aan de grote puzzel die "Natuurlijke gezondheidszorg" heet. Je hoeft voor deze lezing geen therapeut te zijn. Ook als patiënt, cliënt of als iemand die zelf probeert gezonder te worden, kun je na deze lezing bepalen of je op de goede weg bent of niet.
Aan de orde komen vijf niveaus van gezondheid:
 - Het materiële niveau
 - Het functionele niveau
 - Het emotionele niveau
 - Het psychische niveau
 - Het spirituele niveau

❖ **Lezing 5: Lilith en de terugkeer van het vrouwelijke op Aarde**

- In deze lezing gaan we het hebben over de mythe van Lilith, de eerste vrouw van Adam, voordat Eva dus in beeld kwam. Aan de hand van dit verhaal zullen we kijken naar de scheefgroei van mannelijke en vrouwelijk krachten op onze planeet met als dieptepunt de gevolgen van de mannelijke dominantie (en de vrouwelijke ondergeschiktheid...) die we de afgelopen 2000 jaar beleefd hebben. En dan: Wat is de uitdaging van de Nieuwe Tijd op dit gebied? Alle mannen uitroeien? Of is dat toch niet echt een vrouwelijke oplossing van dit probleem... 😊

❖ **Lezing 6: Psychofarmaca werken wel maar genezen niets**

- Een artikel van mij dat onder deze titel op de site van de Volkskrant werd geplaatst, riep honderden overwegend negatieve reacties op. Blijkbaar had ik iets gezegd wat niet mocht. Mensen maakten mij soms op heftige wijze duidelijk hoe belangrijk psychofarmaca voor hen waren en dat ze niet zonder konden. Ik ben het helemaal met deze mensen eens en toch ga ik in deze lezing uitleggen dat



psychofarmaca inderdaad een werkingen hebben maar toch echt niets genezen. De grootste inspiratiebron voor deze lezing is de Amerikaanse wetenschapsjournalist Robert Withaker die het boek die “Anatomy of an Epidemic” publiceerde, waarin hij beschrijft hoe hij als goedgelovig journalist, de onthutsende waarheid achter de psychofarmaca ontdekte. Een samenvatting van zijn boek staat in “Heel de gewonde genezer”.

We gaan het in deze lezing hebben over:

- Het fata morgana van de psychiatrie
- De geschiedenis van de psychofarmaca
- Het chemische brein en de biologische psychiatrie
- De catecholamine-hypothese van depressie
- De dopamine-hypothese van schizofrenie
- Medicijnen die schizofreniepatiënten niet beter maken
- Medicijnen die psychotische patiënten slechter maken
- Het mens-zijn ontnomen

Het klinkt misschien allemaal erg ingewikkeld maar ik ga mijn best doen om het zo begrijpelijk mogelijk samen te vatten, zodat ik er zelf ook nog iets van snap 😊.

Lezing 7: Stadia in ziekte-ontwikkeling

Voor de goede waarnemer komt ziekte meestal niet uit de lucht vallen. Als een kind gezond geboren wordt en op latere leeftijd een chronische ziekte krijgt, dan is die ziekte op een bepaald moment in het verleden begonnen.

Het vervelende is dat de allereerste fases van ziekte meestal niet als zodanig herkend worden.

In de natuurlijke gezondheidszorg zijn er verschillende systemen die het mogelijk maken om vroege stadia van ziekte wél te herkennen. Deze systemen geven ieder op hun eigen manier aan volgens welke stadia een ziekte zich ontwikkelt, dus van het prille begin tot een eindstadium.

We besteden deze avond onder andere aandacht aan:

- Het systeem van Reckeweg.
In het systeem van deze Duitse natuurgeneeskundige wordt een zestal ontwikkelingsfasen gegeven die zich op lichamelijk niveau afspelen.
- De ontwikkelingscyclus in de Klassieke Homeopathie.
In de homeopathie wordt uitgegaan van vijf hoofdstadia waarlangs ziekte zich ontwikkelt. Zo is bijvoorbeeld te herleiden hoe ziektes als kanker, ms depressie en schizofrenie zich ontwikkelen. Het leuke van dit systeem is dat je de ontwikkelingsfasen ook op ander gebieden terug kunt vinden, bijvoorbeeld in de ontwikkeling van de mensheid.

Bij ieder lezing zal ik de eerste twee delen (en later de drie delen) van de Trilogie van verandering meenemen. Deel 1, “Hé Dokter, word wakker!” heeft als ondertitel: “Over de herfst van de westerse geneeskunde”. Het tweede deel “Heel de gewonde genezer” heeft als ondertitel “Over de zoektocht naar het vrouwelijke en het geheim van echte verandering”. Ik heb de boeken geschreven uit een behoefte om op een systematische manier duidelijk te krijgen wat er nu precies mis is met onze geneeskunde (en de rest van de wereld... 😊) en om elkaar te inspireren daar iets waardevols tegenover te stellen. In de boekwinkel kosten de boeken (ieder 700 pagina’s) 27,50. Op de avond zelf zijn ze voor 25 euro te koop.

Op de volgende websites kun je meer over mijn werk en achtergrond lezen:

www.newworldbooks.nl

www.hetnieuwezwangerworden.nl

www.hetpadnaargezondheid.nl

Eten wat de pot schaft...

Eten wat de pot schaft... een uitdrukking, bekend, niets nieuws, maar wij hanteren deze nu ook als benaming voor een extra tak binnen Project7-blad.

Als je van kokkerellen houdt, graag jouw kennis wilt delen met anderen, wilt koken voor anderen, dan is dit wellicht ook iets voor jou.

We stellen wel als 'eis' dat alles puur natuur (biologisch) moet zijn, er geen pakjes en zakjes worden gebruikt en de maaltijden uiteraard E-nummer vrij zijn.

Je kunt kiezen dit eens in de zoveel tijd te presenteren, op vaste momenten in de maand, op verschillende momenten, het maakt niet uit, wat jij wilt binnen dit idee is mogelijk.

De prijs van de maaltijd bepaal je ook zelf en een klein percentage is altijd voor Project7-blad ter ondersteuning maar ook dit is in verhouding. We rekenen geen vast basisbedrag.

Wat krijg jij daarvoor?

Dat je meegaat op de landelijke agenda. Je kunt jezelf en je locatie via de nieuwsbrief van Project7-blad presenteren en samen bereiken we meer belangstellenden.

In Friesland beginnen twee punten.

Ida de Vries van 'Theeschenkerij Bellefleur' uit Siegerswoude gaat meedoen. Zij heeft de

volgende data genoteerd staan: 13 februari, 12 maart, 9 april, 14 mei en 11 juni 2016.

Je kunt ook de website van Project 7-blad raadplegen waarop een aparte knop komt: 'Eten wat de pot schaft'.

Ida is een oude bekende binnen onze activiteiten en ik kan uit ervaring vertellen dat zij samen met Romke Wijma heerlijk kan koken: soepen, hapjes, taarten bakken... en de omgeving is ongelooflijk gezellig.

Daarom ben ik heel blij dat Ida reageerde en mee gaat doen.

Wij, Frank en Anneke, presenteren de eerste keer in Exmorra, bij Centrum Wilgenhoeve, op zondag 17 januari.

De gegevens worden nog bekend gemaakt, maar er komt in elk geval een 'Hollandse stampot' op het menu.

Wie een dagje of middagje naar Friesland wil kan eerst in de omgeving van Exmorra zijn of haar hart ophalen, want de Friese kust is schitterend om te bezoeken. Plaatsen als Hindeloopen, Workum, Makkum, maar ook Piaam waar een



boerderijrestaurant staat waar je heerlijk koffie kunt drinken, De Nynke Pleats genaamd. Oude winkeltjes, een school en diverse sfeervolle musea zijn o.a. te bezoeken, want het zijn plaatsen die allemaal onderdeel zijn van 'terug in de tijd', het bekijken meer dan de moeite waard.

Kijk wel op internet wat eventueel wel of niet open is in deze tijd van het jaar, maar er is op zich genoeg wat het bekijken waard is.

Als je dan als afsluiting van de dag in Exmorra bij ons komt eten heb je een gezellige dag met een gezonde maaltijd als besluit.

De eerste keer geven wij om dit te vieren aan allen een pakje ansichtkaarten (zie afbeeldingen).

De totaalprijs van de maaltijd is deze zondag 15 euro, inclusief voorafje, hoofdgerecht en nagerecht in de vorm van koffie of verse kruidenthee met een bonbon, exclusief drankjes.

Opgeven is verplicht tot uiterlijk vrijdag 15 januari.

Je bent vanaf 17.00 uur welkom en we dienen om 18.00 uur de maaltijd op.

In de nieuwsbrief van Project7-blad besteden we hier meer aandacht aan en eerdaags staan de gegevens op de site: www.project7-blad.nl.

Voor Exmorra opgeven bij mij:

Anneke@project7-blad.nl.

Voor wie interesse heeft zelf te starten en mee te draaien, mail mij dan ook.

Wellicht tot ziens in Exmorra, elders, of we hebben contact over je eigen aandeel waardoor je leuke contacten op doet, helpt gezonde maaltijden onder de aandacht te brengen. Tevens zijn deze gelegenheden leuk voor wie eens contact met anderen zoekt.



Op naar veel punten in het land!

Anneke

De kracht van de kaars

In een vorige nieuwsbrief (nieuwsbrief nr. 3, november 2015) schreven we al over de spiraal die we aan de binnenkant van een eierschaal kunnen vinden.

En hoe we die spiraal kunnen gebruiken om een ei langer vers te houden.

Alle energie beweegt. En de beweging gaat altijd in een spiraalvorm. Wij noemen dat hier 'spiraliseren'.

Het spiraliseren van energie kan verschillende kanten op gaan. Kort door de bocht kan de energie in een opbouwspiraal bewegen, maar ook in een afbraakspiraal. Zoals al eerder bij

het stukje over het ei gezegd zijn beide bewegingen goed. Zonder opbouw geen afbraak en zonder afbraak geen opbouw. We zien dat in de natuur altijd terug. Kijk alleen maar naar de seizoenen, lente, zomer, herfst en winter. Herfst en winter kunnen we beschouwen als een afbraakperiode, een periode dat de energie in de natuur zich in afbraakenergie, in een afbraakspiraal, bevindt.

Lente en zomer zijn typische opbouwseizoenen, er is dan sprake van een opbouwenergie, van een opbouwspiraal. De seizoenen kunnen niet zonder elkaar, in de herfst en de winter wordt de basis, de voeding, gelegd om de lente en de zomer de mogelijkheid te geven weer op te bouwen. Beide bewegingen zijn van groot belang. Beide bewegingen zijn even belangrijk.

Als we ons bewust zijn van de bewegingen die energie kunnen maken, is het mogelijk om daar ook gebruik van te maken. In veel gevallen zullen we eerder kiezen voor opbouwspiraal, omdat wij, als mens, graag leven in groei.

Toen we ooit leerden meten met de Lecher Antenne, leerden we o.a. ook de energie van de vlam van een kaars te meten. De kaars, zodra deze ontstoken is, geeft ook een spiraalvormige energie. En ook die energie kan 'gebruikt' worden. Een vlam van een kaars geeft een 'zich naar buiten spiraliserende' energie. Dit betekent kortweg dat de energie van een vlammetje van een kaars een ruimend, feitelijk een opruimend, effect heeft. De energie in de ruimte waar de kaars geplaatst is 'schoont' als het ware op. We ervaren dit als prettig en fijn.

Echter, als we een tweede kaars in dezelfde ruimte ontsteken, ontstaat er een 'omgekeerd' effect. De energie spiraliseert dan opeens naar binnen, naar zich toe. Energieën komen dan de ruimte binnen, energieën blijven in de ruimte hangen.

Dit laatste effect, het naar binnen spiraliseren van energie, ontstaat wanneer we een even aantal kaarsen ontsteken in een ruimte.

Ontsteken we echter een oneven aantal kaarsen in een ruimte dan

bewerkstelligen we een 'zich naar buiten toe spiraliserende energie'.

De 'zich naar buiten toe spiraliserende energie' ervaren we als prettig en fijn, de 'energie die naar binnen toe spiraliseert' ervaren we als minder prettig.

Neem de proef op de som. Als er een gespannen sfeer is in de ruimte waar u zich in bevindt (bijvoorbeeld door ruzie of verhitte discussies) kunt u een kaars aansteken in diezelfde ruimte. Binnen enkele minuten zult u ervaren dat de sfeer in de ruimte als bij 'toverslag' zal verbeteren. Ruzie en verhitte discussies zullen stoppen, in ieder geval zullen de 'scherpe' kanten daarvan als sneeuw voor de zon verdwijnen. De 'energie' verbetert!



Dit effect zal altijd optreden bij het ontsteken van een oneven aantal kaarsen. Het maakt niet uit hoeveel, als het maar een oneven aantal kaarsen is.

Het grappige is dat we al vaak op deze energie zijn geweest. Kijk bijvoorbeeld maar in religies, zoals bijvoorbeeld het Christendom. In de bijbel komen we vaak de 7-armige kandelaar (een oneven aantal kaarsen!) tegen. Voorbeelden zijn er voldoende als we ernaar gaan zoeken.

Wilt u met kerst een prettige sfeer bewerkstelligen? Zet in de ruimte waarin u verblijft een oneven aantal (ontstoken) kaarsen neer.

Ervaart u een verminderde sfeer? Check het aantal nog brandende kaarsen in de ruimte en u zult bemerken dat het aantal brandende kaarsen een even aantal zal zijn. Blaas er eentje uit, of plaats er een brandende kaars bij.

En dit geldt natuurlijk niet alleen met de kerst.

Wij wensen u fijne en prettige feestdagen!

Wim en Ellen Pet

Colofon:

Redactie: Ellen Pet / Wim Pet

Teksten: Anneke Bleeker, Andy van de Poel, Annette Ochse, Ellen Vader, Frank Bleeker, Irma Schiffers, Jeroen Morssink, Wim en Ellen Pet

Foto's: Anneke Bleeker, Andy van de Poel, Wim en Ellen Pet, Frank Bleeker, Janneke Monshouwer, Jeroen Morssink

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

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

Mail naar: GVLspreker@project-7blad.nl

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