

Nieuwsbrief

April 2015

Vijfde jaargang, nummer 4-2

© (Foto:) Anneke Bleeker

Inhoud:

Pagina	1	: Lang leve de techniek anno 2015...
Pagina	5	: Even voorstellen: Helmie van Horen - GVA-locatie Helenaveen
Pagina	5	: Vervolg sla...
Pagina	6	: Altered Genes, Twisted Truth
Pagina	7	: Praat mee in onze huiskamer in Heerhugowaard!
Pagina	8	: Even voorstellen: Paul de Leeuw en Paul Buis - GVA-locatie Amsterdam-Noord
Pagina	9	: Natuurlijke Afvalwater- en regenwaterzuivering - een interessante lezing door Marc Daelemans
Pagina	11	: Verslagje eerste GVA in Helenaveen
Pagina	11	: Calcium en broze botten
Pagina	12	: Lezing Evert Jan Poorterman over 'Je bent hoe je heet'
Pagina	14	: Avocado en eieren, opgesierd met tulpenbloemblaadjes en citroenmelisse...
Pagina	15	: Even voorstellen: Astrid Litjens, Praktijk Alchemilla
Pagina	15	: Quote
Pagina	16	: NATUURLIJK Rob Heiligers & Aafke Douma
Pagina	17	: Exmorra - 8 april - ook weer voorbij...
Pagina	19	: Waarom het fijn is te weten 'wie' de aanslagen van 11 september 2001 pleegde(n)
Pagina	20	: Lampetstel biedt onderkomen aan tijm...
Pagina	21	: Aankondiging GVM Schoten - België
Pagina	22	: Colofon

Lang leve de techniek anno 2015...

Telefoon, al jaren bestaat dit gemakkelijke hulpmiddel en kun je bijna overal ter wereld die persoon bereiken die jij spreken wilt.

Wanneer ik Ellen Vader aan de lijn had, zij in zuidelijk Frankrijk, ik in Bergen, dan leek het wel of we bij elkaar waren bij wijze van spreken, appeltje eitje, je toetste het nummer en je had contact.



Tegenwoordig ervaren wij dat anders.

Nu zul je wellicht denken dat we naar een onbewoond eiland zijn vertrokken maar niets is minder waar.

Heel simpel, hoewel verhuizen een uitdaging is naast het GVA concept, zijn we toch heel eenvoudig van Noord Holland naar Friesland verhuisd.

Friesland, ja die provincie in het noorden, de reistijd van Bergen naar hier is exact anderhalf uur.

Gaasterland is een geliefde streek, lieflijk en bij toeristen zeker niet onbekend, onbewoond is het

hier ook niet ook al wonen wij nu heerlijk achteraf maar 'om de hoek' ben je weer volop onder de mensen dus moet telefoon toch niet zo moeilijk zijn.

Dat dachten wij nu ook.

We hebben een schotel laten plaatsen via een firma uit Bolsward, niets dan lof voor computerbedrijf Vreugdenhil.

Zij verlenen service en denken met je mee.

Alleen... dan komt er een provider in beeld die verantwoordelijk is voor het abonnement en de rest er omheen. De firma in Bolsward verkoopt, plaatst en doet wat binnen hun vermogen ligt als eerste stap naar de klant.



De provider moest bij KPN ons vaste nummer 'loskrijgen' want dat is mogelijk, gewoon ons telefoonnummer dat we al jaren hebben, ook hier gebruiken.

En daar begon de ellende. Ons was verteld dat op het moment het nummer 'geporteerd' werd, zoals men dat noemt, we vijf dagen zonder telefoon konden zitten.

Daar valt mee te leven... dit gaven wij door aan de locatiehouders en wie mij spreken wil om een nieuwe locatie te beginnen of ambitie heeft op de sprekerslijst te komen kreeg steeds het antwoord van mij dat ik op dat moment niet bereikbaar was maar het kon niet lang meer duren.



Inmiddels zijn we vijf weken verder en nog steeds is het een drama. Hilarisch werd het toen afgelopen week twee avonden achter elkaar een dame van een verzekeringsmaatschappij belde op zoek naar een mevrouw of mijnheer in Alkmaar.

Die dame belde een totaal ander nummer, wel beginnend met het kengetal 072 wat in Alkmaar en omstreken bekend is maar verder rooide het in de verste verte niet op ons nummer.

Er was dus een nummer van iemand anders aan ons gekoppeld.

Voor je zover bent dat dit weer begrepen wordt ben je weer een paar dagen en een weekend verder.



Toen hoorden wij ook dat tussen de provider en de KPN nog weer een andere provider zijn liedje meezingt, oftewel het hele verhaal gaat over een aantal schijven maar... maandag kregen we toch te horen dat we deze week echt ons eigen nummer krijgen.

Jippie!

Zijn we straks zes weken verder, dus... iedereen die de belofte kreeg dat ik bijna belbaar ben... het gaat gebeuren... zeggen ze! ;-)

Vooraf dat laatste; Zeggen ze! In dit geval zeg ik; eerst zien dan geloven, eh... nee eerst horen en dan geloven.

Wat een luxe als die telefoon gaat rinkelen maar dan via het goede nummer.

Wellicht komt er een tijd dat ik terug verlang naar deze weken 'radiostilte' ☺

Saai in huize Bleeker?

Altijd wel iets waar je achteraan moet, we ons over verbazen; maar we zien de bloempjes



ook nog bloeien want alles ontkiempt, zo ook hier in de omgeving, wat eendaags zal resulteren in een datum op de agenda om te wandelen langs eetbare gewassen.

Afgelopen zaterdag van alles gespot, de kwaliteit is fantastisch, genoeg te vertellen en je loopt via het bos zo naar het IJsselmeer, een toplocatie om al die oude kennis samen te delen.

In deze nieuwsbrief ook een recept met Japans duizendknoop dat door het hele land op vele plaatsen staat en nog lekkerder smaakt dan rabarber.

Wel opletten waar je oogst, als men vanuit gemeentewege 'vecht' tegen deze plant die door asfalt heen kan groeien dan kun je er vergif op innemen dat men vergif gebruikt als 'wapen'. Strijden tegen... werkt niet, balans zoeken wel en als velen het nuttigen als groente, wat overigens ook nog super gezond is in dit geval, dan houden we het gezamenlijk in toom.

Alles wat om ons heen groeit hebben we nodig, deze wijsheid kun je in vele oude boeken terug vinden, niets nieuws onder de zon.

We moeten het massaal herontdekken en daar draag ik graag mijn steentje aan bij.

De komende weken komen er weer allemaal nieuwe ideeën voorbij, want vertellen aan anderen dat het allemaal zo gezond is werkt niet als we zelf niet genieten van al die heerlijkheden.

Daar maken we weer tijd voor, eten moeten we toch, dus kan het mes aan twee kanten snijden.

Afgelopen zondag aten we een lekker stampotje met fijn gesneden zevenblad in plaats van raapsteeltjes.

Heerlijk!

Verder in deze nieuwsbrief diverse bijdragen waar je beslist even naar 'moet' kijken, volgende keer zal ik vertellen wat we per nieuw seizoen met de locatie in Alkmaar gaan doen op de eerste zondagmiddag van de maand. De locatie in Wijkcentrum Overdie blijft draaien zoals deze al enkele jaren draait: elke maand een andere spreker en ook daar blijf ik gastvrouw, ook al wonen we nu in Gaasterland.

Veel te gezellig met Hanneke bij de entree, de vele bekenden die we zo blijven ontmoeten en het vooruitzicht dat we straks na de verbouwing meer dan 300 personen in de grote zaal kunnen laten zitten.

Dat gaat een keer lukken.

De locatie bij de tuinen op de eerste zondagmiddag van de maand blijft ook bestaan, daar is het Irene die allen verwelkomt bij de entree, alleen gaan we daar een andere invulling aan geven.

Twee verschillende uitvoeringen, meer de volgende keer hierover.

Veel leesplezier met deze nieuwsbrief.

Hartelijke groet,

Anneke
Gaasterland 21 april 2015



Even voorstellen: **Helmie van Horen,** Locatiehoudster van de GVA-locatie Helenaveen

Mijn naam is Helmie van Horen. Ik ben 49 jaar; ik ben getrouwd en heb 3 kinderen.
Ik ben verpleegkundige en werk als zorgcoördinator in een verzorgingshuis.

Enkele jaren terug ben ik met de Gezond Verstand Avonden in contact gekomen en heb regelmatig lezingen bijgewoond. Ik ben er zo enthousiast over en vind het belangrijk om de kennis te delen dat ik nu ga starten als locatiehoudster in Helenaveen. Dit is een klein dorpje in Noord-Brabant.

Veel lezingen hebben te maken met voedsel. Voeding is in mijn leven erg belangrijk ik heb zelf coeliakie en dus een glutenvrij dieet. Ik ben er van overtuigd dat het belang van goede voeding nog steeds onderschat wordt, ook door artsen.

Maar het is helaas niet alleen de voeding waarover we vaak verkeerd geïnformeerd worden ook over vaccinaties worden we misleid. Mijn kinderen zijn destijds alle drie gevaccineerd, had ik toen geweten wat ik nu weet dan had ik ze niet laten vaccineren!

Helaas wordt er in Nederland nog veel verzwegen terwijl we m.i. recht hebben om te weten wat niet alleen de voordelen zijn (als er die zijn), maar zeker ook de nadelen om tot een weloverwogen besluit te komen.

Daarom is er nog heel veel werk aan de winkel!

Donderdag 2 april was de eerste avond met Rineke van den Berg als spreekster.

Ik hoop dat er daarna nog vele avonden zullen volgen en dat de mensen net zo geraakt worden als ik en hun kennis ook weer gaan delen met andere mensen.



Helmie van Horen

Vervolg sla...

De sla, zie vorige nieuwsbrief (link op de site bij 'nieuwsbrieven') in een verder stadium.

De geplante stronkjes van gekochte biologische sla lopen daadwerkelijk uit en zo kun je diverse groenten een tweede leven geven nadat je eraf hebt gesneden wat je gebruikt voor je maaltijd.

Dit is één van de leuke tips die overal gedeeld worden. Ook leuk om met kinderen uit te voeren.



Altered Genes, Twisted Truth

Steven M. Druker

Ongeveer half maart maakte Mike Adams, The Health Ranger, in zijn nieuwsbrief 'Natural News' melding van het verschijnen van een nieuw boek: *Altered Genes, Twisted Truth* (*Veranderde genen, verdraaide waarheid*), van schrijver Steven M. Druker. Jane Goodall heeft dit boek gekenmerkt als een van de belangrijkste boeken van de laatste vijftig jaar!

In dit boek beschrijft deze Steven M. Druker, hoe hij, door zijn functie als advocaat voor het openbaar belang, een rechtszaak initieerde, waardoor de Amerikaanse Food and Drug Administration (FDA) zijn dossiers moest vrijgeven over genetisch gemodificeerd voedsel.

Hierdoor kwam aan het licht hoe de FDA de waarschuwingen over de risico's ervan van zijn eigen wetenschappers verdoezeld heeft, gelogen heeft over de feiten, en vervolgens dit voedsel, in strijd met federale wetten, in de markt heeft gezet.

Druker heeft zijn medewerking verleend aan voedselveiligheidspanels tijdens conferenties die werden georganiseerd door de National Research Council (Raad voor Wetenschappelijk Onderzoek) en de FDA; hij heeft vele lezingen verzorgd aan talloze universiteiten, vele ontmoetingen gehad met overheidsvertegenwoordigers over de gehele wereld en vergaderd in de 'Executive Offices' van het Witte Huis met medewerkers van president Clinton's Council on Environmental Quality (Raad inzake Milieukwaliteitsnormen).

Toen ik deze aankondiging las dacht ik gelijk: "Dat boek wil ik hebben/moet ik lezen!" Het was nog niet uit in Nederland, dus moest het besteld worden. Afgelopen week heb ik het binnen gekregen en ik moet zeggen: Je weet NIET wat je leest!

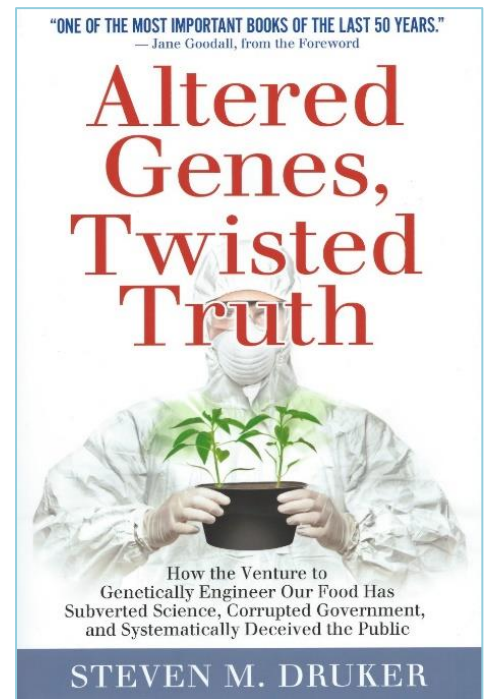
Zoveel gesjoemel, fraude met gegevens, verdraaien van onderzoeksresultaten en gelieg... het is ronduit schokkend!

Ik ga de uitgever en de schrijver in Amerika benaderen om toestemming te vragen om delen van het boek te mogen vertalen en deze vertalingen hier, in deze Nieuwsbrief te mogen publiceren. Want, hoewel het boek voornamelijk over de Amerikaanse situatie verhaalt, hebben wij hier direct en indirect ook mee te maken.

Daarom lijkt het mij noodzakelijk dat deze informatie ook bij ons terecht komt.

Je hoort nog...

Frank Bleeker



**Geïnteresseerd in bewustmakend
nieuws, een goede gezondheid, een
gezonde economie, enzovoort?**



Praat mee in onze huiskamer in Heerhugowaard!

Het idee is om samen onderwerpen aan te dragen en invulling te geven aan een interessante avond, waarin we bijvoorbeeld:

- *Onderwerpen uit het nieuws bespreken.*
- *Specifieke kennis over een onderwerp delen.*
- *Boeken, zaden, plantjes of andere zaken samen delen, ruilen, verhandelen.*
- *Adressen delen waar biologische of andere gezonde producten te krijgen zijn.*
- *Samen rijden naar een lezing van de GVA in de buurt.*
- *Bepaalde vaardigheden uitwisselen: tuinieren, koken, etc.*
- *Samen zelf verantwoorde producten maken als wasmiddel, deo, tandpasta, etc.*
- *Kortom: er is zoveel te bedenken...*



*De entree is € 5, inclusief koffie of thee
(een gedeelte is voor de Stichting GVA).*



Heb je interesse om deze avonden bij te wonen?

Iedere 2^e maandag van de maand komen we samen (bij Linda en Lars, in de Schrijverswijk in HHW). Info en opgeven kan via het mailadres: Linda-gva@ziggo.nl.



De Stichting Gezond Verstand Avonden wil een vooraanstaande rol vervullen waar het gaat om de verspreiding van informatie over het bereiken van een goede gezondheid, een gezonde economie, eerlijk en kwalitatief goed voedsel en alle gebieden die hieraan gelieerd zijn, één en ander in de ruimste zin van het woord.

Even voorstellen...

Mijn naam is Paul de Leeuw.

Ik ben geboren in 1959 en getrouwd met Paul Buis.

Van huis uit ben ik A- en I.C. Verpleegkundige. In totaal heb ik zo'n 17 jaar in de reguliere gezondheidszorg gewerkt. Ik ben blij dat ik deze achtergrond heb, het is een goede fundering voor het werk wat ik nu doe.

Toen ik in het ziekenhuis ging werken had ik al snel mijn twijfels bij het "strijden" tegen allerlei ziekten. Waarom werd iemand ziek? Toen ik zelf ziek werd leerde ik veel over "de zin van ziek zijn". Door mijn eigen ervaring werden mijn ogen verder geopend en zag ik ook bij patiënten in het ziekenhuis steeds vaker en duidelijker het verband tussen lichamelijke klachten en de samenhang met onverwerkte emotionele gebeurtenissen.



Ruim 30 jaar geleden ben ik mij gaan verdiepen in allerlei complementaire vormen van genezing. Er volgden vele opleidingen.

Sinds 1994 werk ik in mijn eigen praktijk voor psychotherapie en natuurlijke geneeswijzen "Verder Gezond Verder".

Alles wat met psychosomatiek te maken heeft vind ik razend interessant!

Mijn grootste passie is het werken met trauma opstellingen volgens de methode van Franz Ruppert. Dit doe ik individueel en in groepen. Ik blijf gefascineerd door de ontwikkelingen en volg deze op de voet. Fantastisch hoe snel de innerlijke psychische structuur van de cliënt zichtbaar wordt.

Het groepswerk doe ik inmiddels al vele jaren samen met mijn partner Paul.

Tevens heb ik mij gespecialiseerd in Atlascorrectie behandelingen en ben blij dat ik hierdoor veel mensen van hun pijnklachten mag verlossen. Het heeft mijzelf en mijn partner in het verleden veel geholpen en dat wil ik graag delen.

Daarnaast heb ik in 1998 de Crystal Healing School Amsterdam opgericht en verzorg samen met Paul allerlei cursussen en korte opleidingen op het gebied van Licht- en Frequentie therapie, Energetisch werk, Healing en Bewustwording.

Het delen van alles wat ik mooi en goed vind ligt mij na aan het hart. Ik vind dat ieder mens recht heeft op eerlijke en onafhankelijke informatie.

Ik ben een grote fan van Dr. H.G. Moolenburgh. Hij zei ooit, aan het einde van zijn lezing, zoiets als dat "de positieve veranderingen in de gezondheidszorg en maatschappij tot stand gebracht kunnen worden door gewone mensen zoals jij en ik. Doe dit door groepjes te vormen en elkaar in te lichten, en de informatie verder te verspreiden."

Ik liep al lang met het idee rond om samen met Paul bijeenkomsten in Amsterdam Noord te gaan organiseren om mensen meer bewust te maken, ik wist alleen niet in welke vorm ik dan kon doen.

Een tijdje terug bezocht ik weer een lezing van GVA en na wat gebabbel zei een medebezoekster tegen mij "Waarom start je dan geen GVA locatie"? "Briljant idee," zei ik! "Zoveel interessante sprekers, dat ga ik doen!"

Op 22 april 2015 is het dan eindelijk zover! We hebben een prachtige locatie gevonden in het "Huis van de Wijk" in winkelcentrum "de Banne". Vanaf 19:00 uur is het gratis parkeren!

We hopen je te mogen verwelkomen op een van de lezingen.

Heb je vragen of opmerkingen neem dan gerust contact met mij op via

gva.adamnoord@gmail.com

Natuurlijke Afvalwater- en regenwaterzuivering

Een interessante lezing, verzorgd door Marc Daelemans – spreker voor de Gezond Verstand Avonden

Willen we een leefbare wereld voor onze kinderen en kleinkinderen behouden, moeten we verbonden blijven met de natuurlijke kringloop systemen van de Aarde.

Meer dan 60 jaar geleden herontdekten prominente Duitse wetenschappers onder leiding van Dr. Käthe Seidel (Max – Planck –Instituut), het zelfreinigende vermogen van rivieren, stromen, meren en waterwegen.

Door observatie van de natuur werden in de loop der jaren verschillende filtersystemen en planten uitgetest en op punt gesteld voor de zuivering van afvalwater

- het composteren van primair en zuiveringsslib,
- zuivering van regenwater tot drinkwaterkwaliteit
- de aanleg van waterretentie gebieden
- de zuivering van overstorten op gemengde rioleringsystemen.

Moderne plantensystemen maken het mogelijk om de natuurlijke waterkringloop te herstellen. Er zijn toepassingen uitgewerkt voor de individuele woning, of tot een volledige stad.

Wij bouwen zuiverende natuurgebieden i.p.v. industrieterreinen.

Op een grootschalige plantenzuivering (PURE-BWRS) kunnen dan nutsgewassen in hydrocultuur gekweekt worden. (veevoeder, grondstoffen en energiegewassen). Met het effluent kan dan eventueel landbouwland geïrrigeerd worden. (AGRICULTURE AND LIVESTOCK) Het gezuiverde water kan via moerasgebieden terug in de bodem infiltreren. (ZONE OF GREENERY)

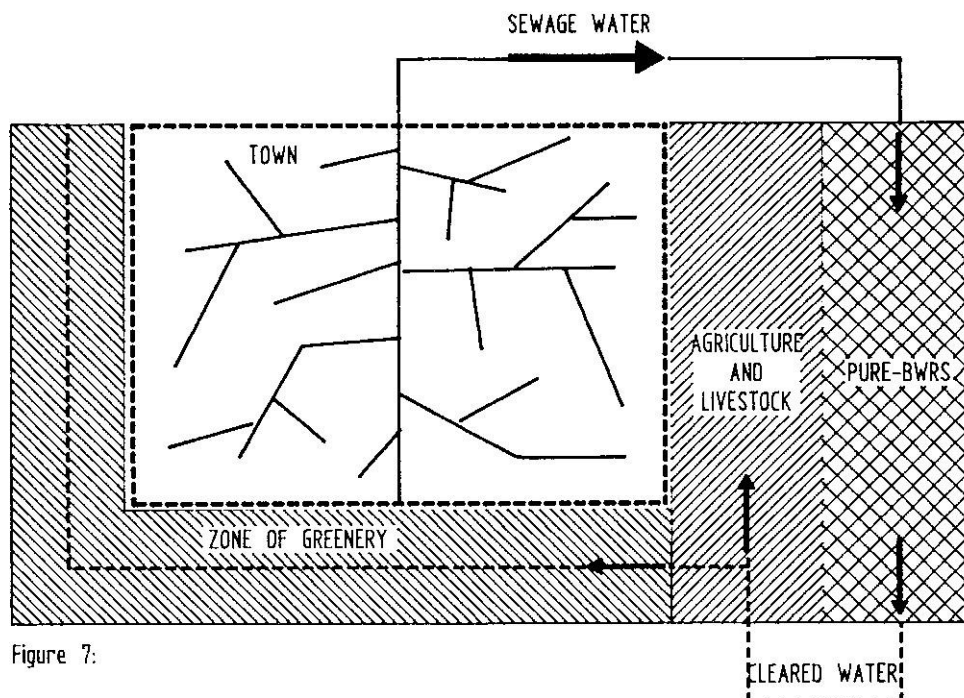


Figure 7:

Geen vervuiling, geen afval! – afval is voedsel!
 In Vlaanderen werden al verschillende toepassingen gerealiseerd.

Enkele voorbeelden:

- Zero emissie plantenzuivering met slibcompostering voor een school met 500 leerlingen in Kessel.
- Daktuin phytolyse plantenzuivering voor industrieel afvalwater van ASAP –fotolab in Wilrijk.
- Zero emissie plantenzuivering met slibcompostering voor het gemeentelijk park “ Hof ter Saksen” in Beveren.
- Zero emissie plantenzuivering met slibcompostering voor de gemeentelijke camping “Holsteenbron” in Zonhoven.
- N.V. PITS-Mechelen: Zero emissie plantenzuivering met slibcompostering
- Regenwaterzuivering met planten tot drinkwaterkwaliteit.
- Drijvende phytolyse plantenzuivering op het effluent van een rioolwaterzuiveringsinstallatie N.V. AQUAFIN.

Meer informatie vind je op onze website: www.pure-milieutechniek.be

Water, het bedreigde goed!

“ Om een ecologische catastrofe op aarde te voorkomen is afvalwaterzuivering met fotosynthetische planten een noodzaak”

--Dr. B. Wolvert, NASA

Marc Daelemans

Verslagje eerste GVA in Helenaveen

Locatiehoudster: **Helmie van Horen**

Afgelopen donderdag is de eerste lezing geweest voor mij als locatiehoudster in Helenaveen.

Rineke van den Berg heeft me fantastisch geholpen met opstarten met haar lezing: Biologisch, is dat logisch? Er waren maar liefst 19 mensen!

Ik was ontzettend blij met deze groep geïnteresseerde mensen.

De lezing was bijzonder boeiend en er ontstond een leuke interactie tussen Rineke en de groep.

De volgende lezing vindt plaats op 11 mei en Rineke zal dan vertellen over de zon en huidkanker.

Ik hoop natuurlijk weer op een goed bezochte avond want ook deze avond mag eigenlijk niemand missen.



Groetjes,
Helmie van Horen

Calcium en broze botten

Dr. Robert Thompson en Kathleen Barnes

Wat maakt je botten sterk?

95 % van de mensen zou zeggen: 'Calcium'.

We kennen vast nog wel de reclame van Joris Driepinter, de oersterke peuter.

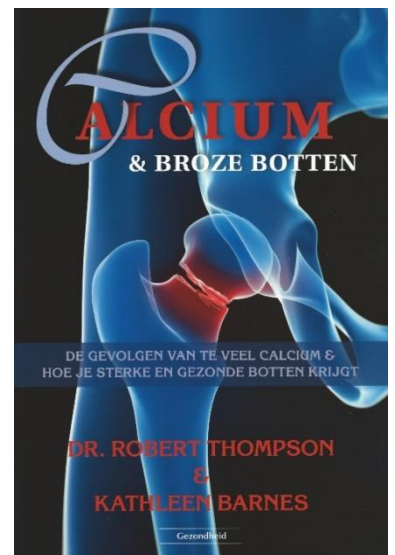
Hoe kwam het toch, dat hij zo gezond en sterk was? "Drie glazen melk per dag, dat doet het!"

Nu weten wij dat calcium (in melkproducten bijvoorbeeld) slechts een van de bestanddelen is voor gezonde en sterke botten.

Door de vergrijzing hebben we nog nooit zoveel botbreuken gezien als heden ten dage!

Wil je sterke en gezonde botten?

Lees dit boek en pas alle gezonde adviezen direct toe.



Uitgeverij Succesboeken.nl
ISBN: 9789079872848

Hoofdstuk 10 van het boek: *Van arts tot arts: een gepassioneerd pleidooi*, kan volledig worden gelezen op:

<http://www.gezondverstandavonden.nl/CalciumBrozeBotten-hfd10.pdf>

L ezing Evert Jan Poorterman over 'Je bent hoe je heet'

Vrijdag 10 april in Assen

De bezoekers waren behoorlijk nieuwsgierig naar Evert Jan maar vooral naar wat hij te vertellen had en natuurlijk naar wat hun naam te betekenen had. Daar zou Evert Jan na de pauze mee beginnen dus men moest nog even geduld hebben.

Voor de pauze vertelde hij over zijn leven als kind, hoe hij het vond tussen al die volwassenen en wat die te vertellen hadden.

Ook, dat velen niet weten wat er echt allemaal gebeurt op deze planeet, hoe de geschiedenis is gemanipuleerd, dus: onderzoek alles zelf.

Hij heeft vroeger heel veel boeken uit de bieb gehaald, las boek na boek, jaar na jaar. Halverwege de 80er jaren kwam hij een boek tegen bij de Slechte: de 12e Planeet. Hij voelde een siddering van kruin tot stuit en deze boeken moest hij dus hebben. Sterrenbeelden, namen van steden, namen van koningen etc., etc., alles stond er in.

Hij had ook al heel vroeg in zijn leven het gevoel dat er iets opgelost en rechtgezet moesten worden! Hij heeft zelf ervaren hoe het is met een verkeerde naam door het leven te gaan. Ik werd geboren als Evert Jan. Op het geboortekaartje stond ook zijn roepnaam: Eefie. Hij was er niet gelukkig mee. Dus werd het Eef. Een naam waar hij ook niet blij mee was. Pas toen hij 17 was en naar Almelo naar een soort kunstacademie ging werd het Evert en het leven werd opeens een stuk leuker. Hij voelde zich beter en toen hij zijn taalontdekking deed in 1999 werd alles duidelijk voor hem.

Als een naam, die een trilling heeft, niet past bij de trilling van je ziel, kun je doodongelukkig zijn. Het gezegde: 'Schelden doet niet zeer' is volkomen onzin. Schelden en gemene opmerkingen, plagerijen gebaseerd op je naam kunnen juist zeer pijnlijk zijn. Ze snijden in je ziel. Wij bestaan voor meer dan 70% uit water. Alles van buiten, dus ook woorden, kunnen binnenkomen op frequenties die ons lijf ontregelen. Ziek makend zelfs. Dat gaat uiteraard ook op voor muziek, herrie op het werk en ook het onzichtbare zoals straling (tv, radio, magnetron, telefoon, computer, UMTS-masten, schotelantennes enz...).

Trillingen en frequenties die onnatuurlijk zijn (en bewust worden gestuurd) kunnen ons geheel ontregelen en ziek maken (kanker) tot de dood er op volgt. Ook leugens en onwaarheden komen bij ons binnen en ook al weten we dat het niet waar is wat men beweert, het verstoort toch ons wezen... en wel op celniveau. Zo zit de naamkracht ook verankerd op celniveau. Naamkracht is sterker dan de kracht van je geboortemoment (je horoscoop – die ik vaak horror-scope noem). Die kracht van geboorte (uur, dag, week, maand en jaar) staat vast, maar je naamkracht niet.



Je kunt elk moment van naam veranderen. De invloed van je geboortemoment, je numerologisch getal en je jaarteken, bepalen grotendeels je leven... maar je naamkracht slaat alles; die is veel sterker. Je naamkracht kan door je numerologisch getal, je geboortemoment versterkt worden, verzwakt en geneutraliseerd. Als alle indicaties op negatief staan (op rood) dan kun je een heel zwaar, zwart kloteleven hebben. Staan de seinen op groen, dan kun je een zeer aangenaam leven hebben.

Er zijn namen die zijn gewoon gunstig en positief, maar er zijn er ook die een lading hebben... en als je die eenmaal weet; ben je er niet blij mee! Denk aan namen in gezegdes zoals 'Guus Geluk' uit de Donald Duck, aan Jan-met-de Pet, Joost mag het weten, Pietje Precies enzovoorts... die zijn niet zomaar ontstaan! Alle woorden, namen en begrippen hebben verschillende lagen. De eerste laag betreft altijd de basale dingen des levens; poepen, piesen, huilen, lachen, pijn, verdriet, goed humeur, seksualiteit en meer van dat...



Aan het water, op het water, in de bossen en meer van dat. Verslavingen zijn er te vinden, doelgerichtheid, ziekte en kracht. Tja, de oude Soefi-meesters erkennen dat het doorgronden van de benoeming van de aard der dingen (dieren, bloemen, bomen en mensen...), de naamgeving, zeg maar – hoort bij de oude mystieke kennis en zij zien het als een wetenschap van hoog niveau, want wie geen inzicht heeft in de aard der soorten en dingen, kan moeilijk het leven doorgronden... en zo is het!

Ook legde Evert Jan mijn naam uit: ... NA AN KE> betekent in oertaal Kwando het volgende; 'vormen/vormgeven-kennis-keren', ofwel NA betekent: vormen en vormgeven (ook NAMaken in de zin van een fabricageproces, maken in meervoud/productie). Een Nanke kan dus vormgeven en zich vormen door zich naar kennis 'toe-te-keren'. Ze kan er zich ook van afkeren... en dan leer je niks natuurlijk. Dus in Nanke zit de kracht kennis te vergaren, maar het ook te laten.

Omgekeerd wordt de naam: EK NA AN<, met de betekenis; 'eerstkomend-vormen/vormgeven-kennis', ofwel steeds weer wil Nanke vorm geven aan haar kennis. Ah, gelukkig! Dus doorgaans een positieve kracht in de naam... met af-en-toe de neiging de boel te laten voor wat het is. Het Soemerische woord AN. betekent; A – ster, B – Hemel en C – kennis.

Dat komt omdat alle kennis (op deze planeet) uit de Hemel komt en wel van een ster! Die ster is de tweede ster van ons zonnestelsel, de tweede Zon, de bij-Zon..., door de oude Soemeriërs Gud genoemd.

Gud of GUD wordt in oertaal Kwando GU UD>, met de betekenis: 'sterk/stier-uitdraven', ofwel deze ster krijgt de kenmerken van een wilde stier... van een losgeslagen, op hol geslagen stier. Daarom is één van zijn vele namen dan ook GUD. Daar stamt ons woord GOD/God van af... maar dat kan geen theoloog vertellen, want die weet het niet.

Dus de mensen op deze planeet (en ook de goden – komen van God, de ster/planeet) aanbidden een ster... euh stier. De Noord-Amerikaanse Native Americans (Indianen mag je

niet meer zeggen)... noemen hun grote Prairie-rund niet toevallig Bison (= bij-zon, de tweede Zon... en die is heel bij-zonder omdat hij slechts eens in de 3600 jaren voorbijkomt). Dus alle kennis werd meegenomen door astronauten van die tweede ster/planeet. Alle kennis op onze planeet komt van hen. Dus zien zij ster, Hemel en kennis als synoniem aan elkaar. Dus ergens ben je een 'hemelse' vrouw, een ster en heb je kennis (kennis en inzicht, ofwel ziende oorzaak en gevolg... de Duitsers zeggen 'ahnen' en 'ahnung' hebben, benul/besef).



Ook vertelde Evert Jan iets over Drenthe en Assen – als raketbasis in de oudheid, een Eden/E.DIN> – daarom heten veel mensen in het noorden Eden, Edens, van Eden enz...) Wat een verhaal en iedereen kon beamen wat hij vertelde over hun namen! Hij bleef maar door gaan. Het was inmiddels 23.00 uur dus tijd om afscheid te nemen van Evert Jan. De bezoekers waren zeer enthousiast en willen hem nog een keer terug zien. Dus wie weet!!

Het was weer een hele mooie interessante

GVA lezing waarvan ik weer heb genoten en de bezoekers net zo!

Nanke Cornelissen, GVA Assen

A vocado en eieren...

Avocado en eieren, opgesierd met tulpenbloemblaadjes en citroenmelisse...

Een vrolijk voorjaarsgerecht...

Avocado is heel gezond... rijk aan goede vetten.

Eieren zijn het begin van het leven en bevatten heel veel goede stoffen voor ons. Biologische tulpenbloemblaadjes en citroenmelisse geven er net even dat beetje extra aan om nog meer te genieten van dit heerlijke gerecht.

Wij aten er gekookte prei met aardappelen bij.

De hoeveelheid avocado en eieren aanpassen aan het aantal personen.

Anneke



Even voorstellen: Astrid Litjens, Praktijk Alchemilla

EMijn naam is Astrid Litjens en ik woon met mijn man, dochter en hond in het mooie Zuid Limburgse land.

Samen met mijn man heb ik een praktijk voor bewustwording en therapie: Praktijk Alchemilla.

De naam betekent: vrouwenmantel, de magische plant die ook wel “de kleine alchemist” genoemd wordt, omdat ze zo prachtig een waterdruppel vast kan houden...

Water (dat symbool staat voor gevoel) was een heel belangrijk ingrediënt in de recepten van de alchemisten die op zoek waren naar het goud...

In onze praktijk werken wij ook volgens het alchemistische proces, wij gaan op zoek naar het goud in de mensen. Door middel van individuele (regressie) sessies en groepsprocessen helpen wij mensen weer zicht te krijgen op wie ze echt zijn.

We kunnen die spiegel zijn waar je in kunt kijken, wij kunnen dat lampje zijn dat je soms nodig hebt als het mistig is...



Door jaren lang hard aan mezelf te werken en met hulp te kijken naar mijn blinde vlekken heb ik me ontwikkeld van een heel onzeker meisje tot een wijze vrouw die zielsgraag mee wil werken aan een betere wereld!

In samenwerking met de GVA verzorg ik ook wandelingen op zoek naar eetbare bloemetjes en plantjes in de natuur. Ik ben echt een moeder aarde type, altijd al geweest.

In de aarde wroeten, werken in de moestuin, met de hond wandelen in de mooiste natuurgebieden. Dat vind ik echt genieten. En het is leuk om mensen mee te nemen en hen enthousiast te maken voor de schatten van eigen bodem.

Het verrijkt je leven om de oeroude kennis weer tot je te nemen; je staat er versteld van wat je zo allemaal kunt eten en hoe gezond dit allemaal is.

Zoals Anneke het noemt: de echte superfoods, gratis en voor niks!

De eerstvolgende wandeling: donderdag 23 april 14.00 uur in Sittard (zie agenda GVA)

Meer info: www.praktijkalchemilla.nl / ☎ 06-38157590

Quote:

**Als je besluit om te durven,
krijgt jouw wereld een nieuw gezicht.**

Ralph Waldo Emerson

NATUURLIJK Rob Heiligers & Aafke Douma

Rob Heiligers uit Groningen en Aafke Douma uit Peize werken samen onder de naam NATUURLIJK.



Rob Heiligers

NATUURLIJK beoogt een 'Centrum BewustZijn & Bloei' te zijn. Naast werken in onze praktijk geven we workshops op het gebied van genezings- en bewustzijnsprocessen. Ons doel is mensen in verbinding te laten zijn met wat wij BewustZijn of Ware Natuur noemen. Zodat een ieder vanuit eigenheid kan floreren in leven en werk, samen en alleen. Persoonlijke Bloei vol Rust, Inspiratie en Liefde. In verbinding met je/de Natuur. Natuurlijk!

NATUURLIJK GENEZEN

Het afgelopen jaar hebben we op GVA-locaties in Noord-Nederland al lezingen gegeven rond onze benadering van **NATUURLIJK GENEZEN**. De aanpak van een uur gloedvol vertellen en na de pauze een uur rustig, intens ervaren (1 op 1, via 5 min. behandelingen) gaf veel positieve respons bij zowel publiek als GVA-organisatoren. En ook al direct mooie gezonde resultaten.

NATUURLIJK GENEZEN is een eenvoudig te leren energetische methode waarbij het zelf genezend vermogen van iemand sterk geactiveerd wordt, met wonderlijke effecten tot gevolg. Hartenergie en Liefde staan hierbij centraal. Jezelf of anderen helpen genezen kan iedereen, van jong tot oud. De nieuwe EHBO? Energetische Handen&Hart Bij Ongemak! We mikken erop dat het binnen afzienbare tijd op de basisschool ingevoerd wordt.

Het komende jaar gaan we verder met deze NATUURLIJK GENEZEN lezingen, ook buiten Noord-Nederland.



Aafke Douma

Vanaf nu is er ook een nieuwe GVA-lezing beschikbaar: NATUURLIJK ORAKEL.

NATUURLIJK ORAKEL is een interactieve bijeenkomst waarbij de helderziendheid van Aafke Douma en de theaterkwaliteiten van Rob Heiligers op natuurlijke wijze samenkomen. Rob is de toegankelijke spreekstalmeester binnen een merkwaardig gebeuren waarbij Aafke volledig helder ziet, hoort, voelt, weet wat er speelt bij jong en oud. Individu of groep. Familie, organisatie of bedrijf. Zij fungeert hierbij als orakel, als spreekbuis van een 'collectief van intelligenties'. Mysterie en gezond verstand gaan hand in hand. Ratio ontmoet intuïtie. Passende liefdevolle informatie wordt n.a.v. vragen uit het publiek onthuld, ter lering en vermaak.

In onze **NATUURLIJK** visie is het mysterie van het bestaan zowel eenvoudig als onbegrijpelijk. Het gaat om 'én/én' in ons leven: Niets en Alles zijn deel van het grote geheel, zowel in puur Zijn als in het meemaken van het drama van alledag.

Aafke heeft al orakelend een glasheldere verbinding met gidsen, overleden dierbaren, wijze leraren, engelen, zogeheten buitenaardsen... Er is tussen hemel en aarde veel gaande wat volkomen onverklaarbaar lijkt. Rob blijkt hier als gids de gepaste intermediair in dit bovennatuurlijke veld.

Meestal heeft een **NATUURLIJK ORAKEL** bijeenkomst onderstaande opzet. In overleg is eventueel een andere invulling mogelijk.

In het eerste uur: Inleiding, ontstaansverhaal orakel, korte orakelsessie, vragen beantwoorden. Pauze. In het tweede uur: Orakelen n.a.v. vragen uit publiek, gezamenlijke geleide meditatie en/of groepsheling, vragen beantwoorden, afsluiting.

Informatie over **NATUURLIJK Centrum BewustZijn & Bloei** www.robheiligers.nl

Momenteel wordt er geschreven aan een boek over Aafke Douma. De (vermoedelijke) titel wordt: ***VAN MEISJE TOT ORAKEL?, het buitengewone levensverhaal van een bijzonder gewone vrouw.***

Het boek wordt verwacht in het najaar van 2015.

EXmorra - 8 april - ook weer voorbij...

Zo staan we er voor en zo is het weer voorbij, een middag met de deelnemers van de studiegroep in Exmorra te Friesland.

Centrum Wilgenhoeve, met gastvrouw Gila Edler, is de vaste locatie waar we kennis delen, elkaar inspireren en het bovenal ook heel gezellig hebben want wat is er leuker dan gesprekken te voeren over dat wat je allemaal interesseert, namelijk bloemen en planten met al hun mooie kanten.

Dat kan zijn: verwerkt in een maaltijd, als ondersteuning bij lichamelijke klachten, ingezet als medicijn maar verwerkt in natuurlijke producten is ook een kant die we kunnen waarderen.



Geen geklets, maar doelgericht, gezellig en elkaar aanvullend, tikken de uren snel voorbij. Het doel van deze middagen is dat wie mee doet de opgedane kennis weer deelt met derden; het zijn dus geen verkapte workshops, geen geplande bijeenkomsten alleen voor de lol, maar duidelijk is dat de lol groot is en je weer opgeladen huiswaarts keert.

Deze achtste april kreeg Gea Eckman eerst het woord. Gea vertelde gepassioneerd over de geneeskracht van planten;



eigenlijk was het jammer toen dit voorbij was. Een goed teken! Gea wist allen te boeien wat daarna door Gien van den Heuvel werd voortgezet met haar onderwerp etherische oliën. Beide dames presenteerden een ander onderwerp maar ook hier konden we weer zeggen dat ze naadloos op elkaar aansloten, er liep een rode draad door de middag.

Gien liet ons allen een olie afmaken. We kregen een flesje waar we zelf nog de laatste hand aan mochten leggen door een aantal etherische oliën toe te voegen in de vorm van enkele druppels.

Geranium en sinaasappel leek mij op dat moment een heerlijke keuze. Thuisgekomen was de geur uit het flesje inderdaad aangenaam. Zo konden de deelnemers kiezen uit een behoorlijk assortiment; het leek wel een schatkist met al die kleine flesjes.



Joke Oosterbeek had thuis worteltjestaart gebakken, wat een succesvolle actie bleek te zijn en Hennie de Kruijk verraste ons met dadels gevuld met walnoten.

Ondergetekende had een pan pastinaaksoep mee als afsluiting van de middag zodat niemand onderweg naar huis flauw kon worden want een aantal deelnemers moeten een redelijk stuk afleggen.

Voor mijzelf was het nu een ander verhaal.

Ditmaal kwam ik van een totaal andere kant, een heel apart gevoel was dit, al rijdend naar de overbekende plaats. Niet uit Noord Holland via de Afsluitdijk maar via binnenwegen uit het Gaasterland en binnen een half uur 'over zijn'.

Naar Nederweert, naar de andere groep dan mag ik het 'weer opzeggen', maar ook dat zal met plezier gebeuren als we daar met de anderen weer bij elkaar komen.



Hennie had nog meer voor ons in petto deze middag in Exmorra want na het uitdunnen van haar tuin kwam zij met een paar kratten vaste planten en zo toog ik huiswaarts met smeewortel, vingerhoedskruid, vergeet-mij-nietjes en citroenmelisse.

Dankjewel Hennie en dank jullie wel alle andere lieve

andere dames voor de gezellige middag en jullie bijdragen. Woensdag 10 juni maken we er weer een feestje van!

De invulling volgt nog. Wel staat vast dat we eindigen met gezellig eten, maar daar gaan we dan wel eerst de keuken voor in.

Truus Rigter zal ons wegwijs maken in het gebruik van eendenkroos. Dit oogsten we niet zomaar uit een willekeurige sloot maar hoe dat wel in zijn werk gaat weten we na 10 juni.

Dit onderwerp plus een maaltijd bereiden komt op de agenda en wie nog een invulling heeft voor de eerste helft van de middag mag dit melden.



We letten dan wel op de tijd want nu kwamen we er aan het eind van de middag achter dat de klok in de ruimte waar we samenkomen nog op wintertijd stond.

Tja... op een gegeven moment bedacht ik dat het nog heerlijk vroeg was, complete verrassing toen het 'opeens' half zeven bleek te zijn.

Vervelen deden we ons niet, het was letterlijk pluk de middag 😊!

Anneke Bleeker

9 april 2015

Waarom het fijn is te weten 'wie' de aanslagen van 11 september 2001 pleegde(n)

Lezing op 14 april 2015 door Micha Kuiper, activist en natuurkundige

Aanvankelijk waren er weinig aanmeldingen: het bleek dat nogal wat mensen liever níet wilden weten wat er precies gebeurd was die dag.

Men wil er niet aan dat de USA zijn eigen mensen opoffert voor het vergroten van hun eigen macht, door het aannemelijk te maken voor de burger dat het noodzakelijk is om hun vrijheden in te perken 'in het belang van hun eigen veiligheid!'

Gelukkig kwamen de die-hards tóch en waren er zelfs mensen voor het eerst.

Voor Micha was het zijn eerste lezing voor de Gezond Verstand Avonden.

Hij sprak met zachte stem en wilde om te beginnen weten hoe de aanwezigen stonden tegenover deze gebeurtenis.

Wat bleek? Er was niemand die er vanuit ging dat de officiële versie de waarheid weergaf. Iedereen had zich, in de tijd na het instorten van de gebouwen en de aanslag op het Pentagon, achter de oren gekrabd en tegen zichzelf gezegd: hier klopt iets niet!

Dat gold ook voor mij: ik had de dagen vóór 11/9 een filmpje bekeken over gebouwen die tot ontploffing werden gebracht, gecontroleerd implodeerden, midden in grote steden omdat er ruimte gemaakt moest worden.

Toen ik de torens in zag storten, was mijn eerste gedachten: dit is helemaal goed geregeld, ongelooflijk: rechtstandig naar beneden, er wordt niets geraakt... dit kán niet door die vliegtuigen komen!

De aanwezigen hadden zich allemaal meer of minder in dit fenomeen verdiept en zo werd de avond zeer geanimeerd. Al pratend kwamen er nogal wat onderwerpen langs die op zich een hele avond konden vullen.

Het is moeilijk om een gedetailleerd verslag te maken: er is zóveel gezegd.

Natuurlijk werd het weer later dan gepland. Het is dat Micha de laatste trein moest hebben...

Micha, we vonden het allemaal de moeite waard en wat mij betreft: laat deze lezing de eerste van vele zijn geweest.

Carla Boon, locatiehoudster GVA-locatie Anna Paulowna

Lampetstel biedt onderkomen aan tijm...

L Een leeg lampetstel gevuld met biologische aarde; zowel de kan als de schaal.



De kan werd eerst netjes in het midden van de schaal geplaatst en de open rand daarna gevuld; zo ook de kan.

De vier verschillende soorten tijm geplant en daarna alles aangevuld met aarde en afgedekt met hydrokorrels; dit laatste alleen maar omdat het netjes staat.

En zo kreeg dit lampetstel een heel andere invulling.

Dit soort creaties wel nauwlettend in de gaten houden qua water geven; kruiden mogen niet drijfnat staan maar dienen wel op tijd hun natje aangereikt te krijgen.

Deze beplanting is alleen geschikt om onder een overkapping/afdak te plaatsen in verband met regen.

Tip: kneus het wortelstelsel van de plantjes enigszins; dit stimuleert de groei, waardoor zij sneller vastgroeien in hun nieuwe omgeving.



Schoten, 6 juni 2015

Vier keer per jaar zijn wij in Schoten, in België, ongeveer een half uurtje rijden onder Breda.

In een vooraankondiging stond vermeld dat Nicole Hoeymans haar bijdrage aan deze Gezond Verstand Middag zou leveren. Op haar verzoek is dit veranderd. Zij staat nu gepland voor september. John van den Bosch, die voor later dit jaar gepland stond, was bereid zijn bijdrage aan de komende GVM in Schoten te leveren.

Daarom kunnen wij nu het programma voor de komende GVM aankondigen:

Thema-avonden
op MAANDELIJKE
basis, met
LEZINGEN en
PRESENTATIES,
waarbij onze
GEZONDHEID
centraal staat, op
een ONGEDWONGEN
manier en bestemd
voor IEDEREEN.

ZATERDAG 6 JUNI 2015

PERMACULTUUR – *een levensfilosofie*

HOE DEZE WERELD *werkelijk geregeerd wordt en door wie en waarom...*

OVERGEWICHT *en de kracht van jouw metabolisme*

Sprekers zijn:

- Guy Cotemans
- John van den Bosch
- Nick van Ruiten

Locatie Kasteel van Schoten
Adres Kasteeldreef 61
2900 SCHOTEN (België)
Aanvang 12.00 uur, welkom vanaf 11.30 uur
Einde programma: ongeveer 18.00 uur
Entree € 10,00 (inclusief een versnapering)
Aanmelden nick@rechtopgezondheid.info of
annabelle1946@hotmail.fr

**GEZOND
VERSTAND
AVONDEN**

www.gezondverstandavonden.nl

Colofon:

Redactie: Anneke Bleeker / Frank Bleeker

Teksten: Anneke Bleeker / Frank Bleeker / Helmie van Horen / Linda Dekker / Paul de Leeuw / Marc Daelemans / Nanke Cornelissen / Astrid Litjens / Rob Heiligers & Aafke Douma / Carla Boon

Foto's: Anneke Bleeker / Helmie van Horen / Paul de Leeuw / Marc Daelemans / Nanke Cornelissen / Astrid Litjens / Rob Heiligers & Aafke Douma

Kopij voor de volgende Nieuwsbrief?

Geïnspireerd geraakt? Ook interesse om Gezond Verstand Avonden te organiseren?

Andere vragen? Uit het bestand?

Mail Anneke: Anneke@gezondverstandavonden.nl

