



Inhoud:

Van de Redactie:	2
Jan Nouwen & Eugenie van Ruitenbeek sprekers GVA	4
Dirk van Beek nieuwe spreker GVA	5
Bijdrage John Breukels spreker GVA	6
Liesbeth Koot nieuwe spreker GVA	7
Rob van der Ven nieuwe locatiehouder te Oosterbeek	8
Colofon	9

Van de redactie

GEZOND VERSTAND AVONDEN

Met de kop van deze nieuwsbrief nemen wij een voorschot op een nieuw jaargetijde de winter. Niet dat dit voor ons reden is om een stapje minder te doen, integendeel. Op dit moment zijn er vele interessante ontwikkelingen waar wij u in deze nieuwsbrief melding van zullen maken.

Website

Zo zult u ongetwijfeld als u een regelmatige bezoeker bent van onze www.gezondverstandavonden.nl website gezien hebben dat de site zich langzaam maar zeker aan het transformeren is naar een informatie en communicatie site. Zo kunt u er inmiddels

met de zoekfunctie gemakkelijk items of onderwerpen zoeken, met de sociaalmedia knoppen gemakkelijk een pagina Tweeten en/of op Facebook zetten. Verder vindt u er de email en print opties.



Zoeken

Daarnaast zijn er knoppen voor specifiek de [locatiehouders](#) en [sprekers](#) gekomen waar in de toekomst achter een beveiligd gedeelte vertrouwelijke informatie kan komen. En verder is er een [contactpagina](#) toegevoegd met alle relevante gegevens van de Stichting GVA. Tot slot is er een knop toegevoegd "[Agenda Webinars](#)"

Webinars



Dit is nu al een succesvol project terwijl het nog nauwelijks uit de startblokken is. Ons initiatief om webinars te gaan organiseren samen met onze GVA-sprekers is bij velen in goede aarde gevallen gezien de vele positieve reacties en de hoeveelheid aanmeldingen van sprekers die hieraan willen meewerken. Sprekers die hierin geïnteresseerd zijn kunnen zich aanmelden op de website onder het kopje Sprekers/opgeven webinars of via:

<http://www.gezondverstandavonden.nl/page62.html>

Bezoekers en geïnteresseerden in de GVA lezingen kunnen deze webinars vervolgens volgen vanuit hun luie stoel thuis voor het luttele bedrag van € 3,95. Op deze wijze wordt het voor een ieder financieel haalbaar om veel van onze GVA lezingen bij te wonen dan wel onze sprekers te horen presenteren. Het ligt in de lijn der verwachting dat alle webinars uiteindelijk beschikbaar gaan komen voor het publiek, waarbij wij onze trouwe bezoekers zullen gaan belonen. Hierbij al vast een overzicht van ons programma voor januari 2016. Bestel uw kaartjes [HIER](#).

Datum / site	Spreker	Onderwerp
woensdag 6 januari 2016		
www.leefstijlkompaz.nl	Dolf Flinker	Afvallen Zonder Zweeten
woensdag 13 januari 2016		
www.steffreriks.nl	Stef Freriks	Hoe energieën samenwerken
woensdag 20 januari 2016		
hildafolkerts.wordpress.com	Hilda Folkerts	Zelfgenezend vermogen, wetenschappelijk onderbouwd

Kijk voor het volledige programma op: <http://www.gezondverstandavonden.nl/page63.html>

GVA Huiskamerbijeenkomsten

Hoewel in de basis een geweldig initiatief, is dit tot dusver nog niet echt van de grond gekomen. Zelf hebben wij al enige tijd wat ervaring hiermee opgedaan en een belangrijke drempel hierbij is te zorgen voor een avond met een waardevolle inhoud. Hier gaan onze Webinars straks ook een belangrijke rol in spelen. Wat hebben wij namelijk in gedachten? Een ieder die het leuk dan wel belangrijk vindt om in besloten kring (huiskamersetting tot max 8-10 personen) deze GVA huiskamerbijeenkomsten te gaan organiseren kunnen de beschikbare webinars gaan gebruiken als een "webcast" of wel een videopresentatie van de "live" opgenomen webinars incl. de vragen na afloop. Over een voorstel voor de prijsstelling zal in de komende bestuursvergadering worden gesproken.



Duidelijk is in ieder geval dat bij een toegang van slechts € 2,50 p/p een sluitende begroting voor de avond kan worden gerealiseerd omdat van de inkomsten (8 x 2,50 = € 20,-) alleen het webinar betaald hoeft te worden. En dat zal een bedrag zijn dat sowieso onder de € 10,- zal komen te liggen.

Wij roepen bij deze nu al iedereen op die hier mogelijk in geïnteresseerd is om een email te sturen aan: info@gva-nederland.nl . Binnenkort hierover meer....!

Samenwerken

Wij als bestuur geloven heilig in samenwerkingverbanden aangaan met gelijkgestemde partijen die in meer of mindere mate een gelijkkluidende missie natreven. Op dit vlak zijn wij verheugd te kunnen melden dat wij zowel met [Centrum Djoj](#) als met [Centrum de Zonnewijzer](#) nauwer zullen gaan samenwerken. Los van het feit dat beide centra ook locatiehouder zijn geworden met enorme zaal capaciteiten. In het verlengde hiervan kunnen we nu al melden dat wij op zondag 19 juni 2016 een landelijke GVA dag zullen gaan organiseren in Centrum Djoj. Zet deze datum alvast in je agenda. Details zullen de komende maanden worden uitgewerkt.



Verder zijn wij een samenwerkingverband aangegaan met de [Stichting Gezondheid Nederland](#) en [Interplein Internet Marketing](#). Onze locatiehouders en sprekers hebben hier een gratis jaarabonnement aangeboden gekregen om alle cursussen en trainingen uit te proberen. Tevens zijn zij gemachtigd om deze trainingen/cursussen voor een sterk gereduceerd tarief aan een ieder aan te bieden. Kortom als u hierin geïnteresseerd bent meldt u zich dan

bij de dichtstbijzijnde locatiehouder of indien u daar niet verder komt bij de Stichting GVA.



Verder kunt u binnenkort van ons een grote uitbreiding van het aantal locaties verwachten waar we nog geen details over kunnen geven.

Boeken

Inmiddels is de vertrouwde link naar www.succesboeken.nl in ere hersteld. Mocht u boeken online willen bestellen dan steunt u hiermee de stichting GVA door deze boeken via de link te bestellen: <http://www.gezondverstandavonden.nl/page10.html>

Wij willen alle locatiehouders en sprekers van de GVA die een boek hebben geschreven vragen om zich bij ons te melden met hun naam, titel van het boek en een plaatje van de voorkant/achterkant. Op onze website willen wij nadrukkelijk deze boeken t.z.t. gaan promoten.

Tot slot willen wij alle locatiehouders, sprekers en bezoekers van de Gezond Verstand Avonden bijzonder bedanken voor hun vertrouwen in de Stichting GVA in het algemeen en het nieuwe bestuur in het bijzonder. Wij wensen u allen fijne feestdagen en voor 2016 alvast een zeer voorspoedig Nieuwjaar.

Veel leesplezier gewenst,

Namens het bestuur
Stichting Gezond Verstand Avonden

Jan Nouwen & Eugenie van Ruitenbeek



Wie zijn wij

Wij zijn Jan Nouwen en Eugenie van Ruitenbeek, ouders van vier kinderen waarvan drie in leven. Jan is consultant/coach en opleider, gespecialiseerd in bewustzijnsontwikkeling, organisatieontwikkeling en maatschappelijke innovatie. Ik ben auteur, spreekster, adviseur en inspirator. In ons werkzame leven hebben we samen meer dan 40 jaar ervaring in bedrijfsleven, maatschappelijke dienstverlening, zorg en educatie. Wij zijn entrepreneurs en onderwijsvernieuwers. We helpen ouders en

professionals met advies, coaching en onderricht over opvoeden en opleiden vanuit liefde, waarheid en rechtvaardigheid.

Eckart Tolle en Barry Long

We schreven samen het boek 'Opvoeden in een gestoorde wereld'. Het is het eerste boek dat in het Nederlandse taalgebied uitkomt dat laat zien hoe het werk van spirituele leraren zoals Eckart Tolle en vooral Barry Long concreet en praktisch toepasbaar gemaakt kan worden bij het begeleiden en opvoeden van kinderen. Het wijst ouders de weg en geeft concrete en praktische handvatten hoe zij het ongelukkig zijn uit zichzelf, hun relatie met hun partner en hun kinderen kunnen halen waardoor de liefde die ze zijn, vrijelijk kan stromen. Het onder beheer leren nemen van de eigen mind is hierbij essentieel.

Verantwoordelijkheid nemen

Juist als het gaat om het grootbrengen van kinderen kunnen we ons niet meer permitteren op de oude voet verder te gaan. De oude manier voerde werk en economische groei op als hoogste goed. School en opleiding werden verheerlijkt als middel daartoe en geld was feitelijk de belangrijkste motivator van ons handelen. Het systeem dreef ons in de overlevingsstand en wij gingen daarmee, onwetend, akkoord. We werkten voor onze onderdrukkers en financierden hen. Dat doen we nog. We hebben op die manier eeuwen geleefd en slavernij, onderdrukking, geweld, uitbuiting waren de vruchten ervan. Het is een onmenselijke, onleefbare wereld geworden."

Het is tijd dit te stoppen. Niet door verzet te plegen, niet door te strijden, te jammeren, te klagen, anderen de schuld te geven, maar door de volle verantwoordelijkheid te nemen voor de verandering die nodig is. Te beginnen bij de opvoeding en begeleiding van kinderen.

Ongelukkige ouders en kinderen

De oude manier van opvoeden lijkt niet meer te werken, nieuwe manieren evenmin. Autoritair optreden naar kinderen lijkt achterhaald maar datgene dat er voor in de plaats kwam, het vrijlaten van het kind, het

de ruimte geven emoties te uiten, leidt ook niet tot het liefdevolle, harmonieuze gezin waar een ieder naar verlangt. De ontredde bij veel ouders is verborgen maar daarom niet minder schrijnend.

Wat moet er gebeuren? Wat kunnen ouders doen om het ongeluk te stoppen zodat de liefde vrijelijk kan stromen, iedereen tot zijn recht komt en het onderlinge contact bevredigend en inspirerend is?

Een radicale stap

Wij hebben zelf uiteraard heel erg met deze zaken geworsteld. We constateerden dat ons leven, net als dat van iedereen, zich steeds maar heen en weer bewoog tussen geluk en ongeluk. Alle oplossingen die we bedachten om een definitief einde te maken aan de slingerbeweging of de individuele problemen leken in het begin altijd te werken maar faalden op de lange termijn.

Wie we werkelijk zijn

We verdiepten ons in het werk van Eckart Tolle en Barry Long. Met name het werk van de laatste was van grote invloed op onze ontwikkeling en de manier waarop wij vruchtbare veranderingen aanbrachten in onze opvoeding. Dit leidde tot een nieuwe manier van omgaan met onze eigen gedachten en emoties, resulterend in een steeds groeiende innerlijke vrijheid. Wij brachten dit nieuwe bewustzijn met de bijbehorende manier van omgaan met elkaar, over op de kinderen en doen dat nog. We leren nog steeds. De pijlers van onze opvoeding zijn liefde, waarheid, juistheid en rechtvaardigheid.

Het in ieder moment herinneren wie we werkelijk zijn is de basis van ons leven en ons werk. Tolle noemt dit 'the power of now'. Barry Long spreekt over 'being' en 'me'. "Als wij de liefde zijn, het leven in dit lichaam, dan hoeven wij niets anders te doen dan telkens opnieuw datgene dat ons verhindert dat vrijelijk te leven onder ogen te zien en daarmee te stoppen. Wat we moeten stoppen is de werking van de losgeslagen mind die ons doet geloven dat we de persoonlijkheid, 'poor little me' zijn. Dat zijn we niet. We zijn bewustzijn."

Opvoeden betekent voor ons dan ook het bewustzijn van het kind centraal stellen en de liefde op de eerste plaats zetten. Dat is nodig in een wereld die steeds gestoorder lijkt te worden.

Sites: <http://jannouwen.nl/>, <http://eugenievanruitenbeek.com/>,
<https://freeskoolnederland.wordpress.com/>, <http://www.freeskoolnederland.nl/>

Dirk van Beek

Geschiedkundige, Filosoof, Gast Spreker, Trainer en Holist.



"Mijn uiteenlopende studies en succesvolle carrière tot in de top van het internationale bedrijfsleven hebben sterk bijgedragen tot wie ik nu ben, iemand die met beide benen op de grond kijkt naar de hemel.

Op mijn tweeënvijftigste heb ik geheel vrijwillig het roer compleet omgegooid, het zakenleven vaarwel gezegd en ben mijn hart gaan volgen. Mijn passie ligt bij de mens en zijn enorme potentie die vaak om verschillende redenen helaas niet of onvoldoende wordt verwezenlijkt. Mensen bewust te maken van hun unieke persoonlijkheid, onverwachte

kwaliteiten maar ook schaduwkanten is daarom de drive in mijn leven geworden.

Veel heb ik geleerd van de cultuur en spiritualiteit van de Noord-Amerikaanse indianen. Hun praktische kennis en duizenden jaren ervaring van mens en natuur sluit volledig aan bij mijn eigen holistische levenswijze. Alles en iedereen is niet alleen met elkaar verbonden maar beïnvloedt elkaar, zowel positief als negatief. Daarom is inzicht verkrijgen in de vele natuurprocessen en wetten van levensbelang om in plaats van speelbal op de golven, een rots in de branding te worden. Al die kennis zit in onszelf maar zijn we op onze lange reis in de levenscycli "vergeten". Opnieuw leren bewust te worden van wat het onbewuste wordt genoemd is een taak die iedereen zich zou moeten stellen om elke vorm van persoonlijke onbalans op te kunnen heffen. Van dagelijkse stress en depressiviteit tot een langdurige burn-out en onevenwichtige karaktertrekken.

Daarvoor is ontwikkeld "TAW: Totaal Aanpak tot Welzijn". Het verbindt theorie en praktijk, eenvoudig en complexie, Yin en Yang want streven naar evenwicht via integratie van complementaire krachten is waar alles om draait in de natuur en ons leven. In het centrum, het oog van de storm heerst rust.

Bijdrage John Breukels



van 12 Heilige Nachten, naar 13 Lichtcoderingen!

Lieve mooie Zielen van deze Aarde,

Wonderbaarlijke omstandigheden die als een witte tornado van Licht over de aarde zullen gaan en jij kunt samen met mij en vele anderen aan de wieg staan van de toekomstige geschiedenis van de aarde!



Laat ik beginnen met de vraag of jij de verandering wilt zijn!

- Wil jij deel uit maken van een grote groep mooie zielen in Nederland en België die aan de poorten zullen staan van de 'toekomstige geschiedenis' van deze planeet aarde?
- Ben jij een brenger van vrede, harmonie en liefde, die samen met 144 andere mooie zielen de gehele mensheid zal verlossen van armoede, haat, oorlog en bovenal de onderdrukking door technologie, religie en wetenschap?

Zo ja, houd dan de eerste 3 dagen van 2016 vrij in je agenda en,

[Klik hier voor meer informatie!](#)

Liesbeth Koot



Na de kunstacademie heeft Liesbeth gewerkt als artdirector. Liesbeth heeft haar eerste opleiding gevolgd bij de initiators van de film 'What the bleep do we know' en als achtergrond natuurgenezing, bio-resonantie en kwantum fysica.

Liesbeth Koot:

Burnout is het nieuwe containerbegrip. Helaas ben je als consument slecht geïnformeerd en weet je niet langer wat je eet. In de mondiale samenleving kunnen we het gebruik van conserveringsmiddelen niet voorkomen. Als reactie op de explosieve groei van de wereldbevolking in de twintigste eeuw volgde de introductie van de grootschalige bio-industrie en genetisch gemodificeerde voedingsmiddelen. Wil je goed geïnformeerd zijn dan begint het je te duizelen als je alle nieuwe berichten die dagelijks online publicatie vinden, volgt.

Wat heeft de verwerking met kunstmatige chemicaliën nog met voeding te maken? Symptoom bestrijden door medicatie reguleert de situatie, maar zorgt niet voor verbetering op lange termijn. Door de opkomst van hygiëne en antibiotica werden mogelijke bedreigingen geneutraliseerd. Als gevolg verkeert het afweermechanisme in verwarring. Om inzicht in ziekte en gezondheid te krijgen is het belangrijk om te begrijpen hoe processen gesynchroniseerd verlopen.

De mens bestaat uit een levend open systeem die een interactie met zowel zichzelf als de omgeving aangaat en kent vele deelsystemen. Het fysiologisch systeem heeft onder andere een immuunsysteem, sensorisch systeem, cardiovasculair systeem, Is er een verstoring in een deelsysteem, volgt tijdelijk een aanpassing. Duurt echter de verstoring te lang, dan raakt het systeem uit balans en gaat verminderd functioneren of valt uit.

Het lichaam functioneert als een chemische fabriek. Voedingsmiddelen bevatten bouwstoffen en chemisch gebonden energie. In dit verband hebben we het niet over de energie uitgedrukt in kilocalorieën, maar over de transport en opslag van energie. Met name zijn we geïnteresseerd wanneer onbalans ontstaat en hoe het komt dat het lichaam vermogen verliest.

Gesimplificeerd, doordat we tegenwoordig energiearm voedsel eten gebruiken we niet de juiste brandstof. Als het lichaam vermogen verliest blijven restafvalstoffen achter. Meestal ontstaat de schade op celniveau. Een cel is zodanig ontregeld dat het niet langer naar behoren functioneert. Je kunt pH vergelijken met de voltage beschikbaar in een vloeistof. Bij verlies aan voltage daalt het zuurstofgehalte. Zijn er niet genoeg elektrolyten in het celmembraan aanwezig ontstaan er chronische aandoeningen en/of pijn klachten. Onze hectische manier van leven verzwakt het zelf herstellend vermogen. Bij veel mensen trilt het emotioneel lichaam lager dan het fysieke stoffelijk lichaam. Dit is een tegennatuurlijke beweging. Kwantumfysica laat ons zien dat voor een eenzijdige mechanistische causaliteit geen plaats is en geeft hoop.

Lezing: Voltage als sleutel voor onze gezondheid

Door : Liesbeth Koot

Oceaan: een nieuwe voedselgroep. Wat is de correlatie tussen pH en Voltage!

Aandacht voor ziekte versus gezondheid en de correlatie tussen pH en Voltage. Er is een nieuwe voedselgroep beschikbaar, die het antwoord kan zijn voor de uitdagingen waarmee wij nu worden geconfronteerd. Marine Fytoplankton wordt als "Whole Food" van de toekomst aangeduid en ondersteunt menselijke cellen in structuur en functie. Het kleinste 1-cellig plantje op aarde werkt als een ingenieuze virusscan en is in staat om het evenwicht van ons systeem te herstellen. Voltage als sleutel tot onze gezondheid.

Rob van der Ven

Locatiehouder te Oosterbeek



BRUISZ Vitaliteitscentrum

Binnen Bruisz Vitaliteitscentrum worden de zaken anders aangepakt: alles is gericht op persoonlijke ziektepreventie en het behoud van vitaliteit. "Met onze benadering zijn we pioniers binnen de medische wereld." Waarom dat zo is, legt Rob uit aan de hand van 'The Wheel of Health', een model ontwikkeld door de gezaghebbende universiteit van Duke, een van 's-werelds beste onderzoeksuniversiteiten.

"Er zijn zeven factoren die van invloed zijn op onze gezondheid: de fysieke omgeving (straling van computers bijvoorbeeld), relaties en communicatie, spiritualiteit, de mind-body connectie, voeding, persoonlijke & professionele ontwikkeling en beweging, sport & rust. Er ontstaat een disbalans als één of meerdere van de zeven factoren niet in helemaal in orde zijn.

Bruisz Vitaliteitscentrum ondersteunt bij het op peil houden van gezondheid en het verminderen van klachten. We bieden daarvoor een aantal therapieën. Je hoeft dus niet ziek te zijn om beter te worden.



Kijk naar onderstaand interview met Rob om hem beter te leren kennen.

[het bankje afl 88 Rob van der Ven - YouTube](#)

Colofon:

Van de Redactie: John van den Bosch, Ria de Graaf en Anja Harmans

Sprekers bijdragen: Jan Nouwen & Eugenie Ruitenbeek
John Breukels
Dirk van Beek
Liesbeth Koot

Locatiehouders bijdragen: Rob van der Ven

Kopij voor de volgende Nieuwsbrief?

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

Mail: info@gva-nederland.nl