

# LEAF

---



Ermelo, 18 december 2014

Lieve mensen,

De kerstdagen staan voor de deur, het jaar is bijna ten einde. Nu is dat voor de meeste van ons een moment om terug te blikken op het afgelopen jaar en vooruit te kijken naar het nieuwe jaar. Misschien wel met nieuwe voornemens, dingen die je anders wilt doen het komende jaar, mensen die je vaker wilt zien. Nu is het zo dat je natuurlijk geen nieuw jaar nodig hebt voor voornemens, je kunt elke dag van het jaar iets voornemen....en toch helpt het wel. Een frisse, lege agenda, kan soms helpen om ook frisse nieuwe plannen te maken.

Voor mij persoonlijk is deze maand ook een maand van terugblikken naar 5 jaar geleden...Het was 2 december 2009, en ik ging naar de kamer van Koophandel om LEAF te starten. Een zakelijk gesprek volgde, waarin gekeken werd of ik de naam LEAF wel kon gebruiken, wat ik dan precies voor diensten aanbood enzovoort. Ik stond volop in de regel-modus. Tot het moment dat de papieren uit de printer kwamen, de mevrouw die mij hielp opstond, me een ferme hand gaf, aankeek en zei: Gefeliciteerd met LEAF, je eigen praktijk. Ze maakte er echt een moment van, waar ik op mijn beurt een brok van in mijn keel kreeg. Het was echt...ik was mijn eigen praktijk gestart. Het was een diep verlangen van mij...dat ik durfde te volgen. Dit moment van oprechte aandacht, voor het volgen van mijn weg, ontroerde me. Nu zijn we 5 jaar verder en er is veel gebeurd, ook ik zelf heb een ontwikkeling doorgemaakt, zowel professioneel door het volgen van nieuwe opleidingen, supervisie en intervisie, als persoonlijk, door de tegenwind die ik tegen ben gekomen, en ook door (het aannemen) van voorspoed en liefde. Daarbij heb ik bij veel mensen –met oprecht aandacht- stilgestaan bij de weg die zij te gaan hebben.

Zo gaat ieder mens zijn weg in het leven, een weg van moed durven opbrengen, om jezelf in de ogen te kijken, je pijn in de ogen te kijken, de ander in de ogen te durven kijken. Een weg van aannemen, van troost en geborgenheid, een weg van missen, van accepteren wat er voor je is, of niet voor je is, een weg van je welkom voelen. Hoe ziet jouw weg eruit? Kun jij de ander de ruimte geven om zijn of haar weg te gaan?

Ik ben er

En als het dan zo is  
dan leg ik mijn pad  
naast het jouwe  
En loop ik met je mee

Ik was nog naar de goden  
of ze iets konden regelen  
zo werkt dat niet  
zeiden ze

Maar wees gerust  
laat zijn  
zie je hart  
dat luisteren kan  
het weet dat de rivier  
haar bochten neemt

Gerdine Smit

In deze uitgave van LEAF NIEUWS vindt je de ontwikkelingen en de activiteiten binnen de praktijk, de vakantiesluiting en informatie over de nieuwe tarieven voor 2015 van LEAF. Onderaan nog een mooi verhaal wat ik tegenkwam, over de grot, een verhaal over licht werpen op je schaduw.

## **Ontdekking**

Een paar maanden geleden deed ik een bijzondere ontdekking, waardoor theedrinken echt een verwennerij wordt...een klein cadeautje, met een bewuste gedachte. Inmiddels serveert LEAF deze Communittea, van Peeze.

Post uit Sri Lanka is de conceptgedachte achter Communittea. Het concept creëert op unieke wijze een verbinding tussen de theedrinker en het land van oorsprong. De gemeenschap in Sri Lanka is namelijk gevraagd om de verpakkingen mee te helpen vormgeven door middel van tekeningen, persoonlijke spullen of objecten. Deze vind je terug als beeld op de doosjes en zakjes. Daarnaast draagt elke theesmaak zijn eigen boodschap voor de theedrinker. Voor deze thee wordt gebruik gemaakt van alleen de beste kwaliteit theebladeren, welke handmatig worden geplukt op hooggelegen plantages (> 1.000m). De blaadjes worden nog dezelfde dag verwerkt tot diverse hoogwaardige zwarte, groene en kruidentheeen. Communittea is niet alleen thee van topkwaliteit, maar is ook verantwoord. Elke variant is Fairtrade / Max Havelaar gecertificeerd en 6 van de 12 smaken zijn daarnaast ook biologisch. Net als de koffie van Peeze, draagt ook elk kopje thee bij aan een ontwikkelingproject in oorsprong via de Peeze Foundation.

## **Systemisch werken**

In september ben ik gestart met een nieuwe opleiding, en dit keer een specialisatie opleiding in Systemisch werken, bij Phoenix opleidingen. In februari sluit ik de opleiding al weer af, ik heb er intens van genoten (en nog), en echt een verdieping kunnen maken in het Systemisch werken. Al zal ik in mijn praktijk geen familieopstellingen gaan geven, het individuele Systemisch werken kan wel echt een plek krijgen. Ons leven kent van jongs af aan vele systemen. Wij mensen komen voort uit onze huizen van herkomst: de familiesystemen van onze vader en moeder en de verbinding tussen die systemen. Wij groeien op en ontwikkelen ons in systemen met onze opvoeders, onze schoolklas, een team, een vereniging en weer later werken wij in systemen, zoals in organisaties. Wij leren en ontwikkelen ons binnen die Systemische context. Ieder van deze levenssystemen heeft een eigen dynamisch krachtenveld, een zielsstroom die ons op een diep en vaak onbewust niveau beweegt. In onze systeem dynamieken van herkomst gelden andere ordeningen en wetten dan op het individueel psychologische niveau. Wanneer problemen van individuen, groepen en organisaties hun oorsprong vinden op dit Systemisch niveau, zijn interventies op psychologisch niveau niet toereikend, dan kan het helpen om terug te gaan naar het Systemisch krachtenveld van herkomst.

## Vakantie

Vanwege de feestdagen is de praktijk gesloten van 30 december tot 5 januari.

## Tarieven en algemene voorwaarden 2015

Kennismakingsgesprek (45 min) of korte sessie (45 min)	<b>55,00</b>	<b>52,50 bij automatische incasso</b>
Intake (75 min)	<b>87,50</b>	<b>85,00 bij automatische incasso</b>
Therapie sessie (75 minuten) – individueel	<b>87,50</b>	<b>85,00 bij automatische incasso</b>
Begeleiding per 60 min.	<b>70,00</b>	<b>68,00 bij automatische incasso</b>
Relatietherapie (90 minuten) – gezamenlijk	<b>105,00</b>	<b>103,00 bij automatische incasso</b>

**LET OP: Een afspraak dient minimaal 24 uur voor aanvang van de afspraak worden afgezegd, of verplaatst. Als een afspraak niet op tijd wordt afgezegd, dan wordt de sessie geheel in rekening gebracht, ook wanneer er sprake is van ziekte of het vergeten van de afspraak.**

## Automatische Incasso

In het nieuwe jaar wil ik het gebruik van automatische incasso meer gaan stimuleren, vandaar dat je een betalingskorting krijgt, wanneer je betaalt via automatische incasso. Het voordeel is dat je geen omkijken hebt naar het betalen van de factuur, en zeker weet dat je op tijd betaalt. De facturen van die maand worden op de 25<sup>ste</sup> van de maand afgeschreven. Daarnaast krijg je ook een **betalingskorting**. Wil je gebruiken maken van automatische incasso? Laat me dit dan weten, dan stuur ik je het formulier via de e-mail.

## Mini Bieb

Heb je weleens gehoord of gelezen over de 'Little Free Library' of de 'mini-bieb'? Het is een mini bibliotheek waar boeken in staan, die je gratis mag lenen, of kan ruilen tegen je eigen boeken. Heb je een mooi boek gelezen, waarvan je meent dat anderen deze ook zouden moeten lezen, dan breng je het naar een mini-bieb en ruilt het om voor een boek die iemand anders er weer in gezet heeft. Zo kun je blijven lezen en uitwisselen en helemaal gratis!. Little Free Library's vind je op steeds meer plekken in ons land en in het buitenland....en nu ook bij **LEAF**. Dankzij mijn echtgenoot....die met veel liefde

en zorg een mini-bieb voor me heeft gebouwd, en daar kunnen jullie van meegenieten. Ze staat vooraan op de oprit...dus kom en neem een boek mee...of ruil het voor een boek van jezelf....er staat al van alles in. [www.minibieb.nl](http://www.minibieb.nl)

## **Facebook**

Wist je dat LEAF ook te vinden is op Facebook? Vind je het leuk om ook de berichten van LEAF op Facebook te ontvangen, of wil je laten weten dat je LEAF een warm hart toedraagt? Zoek op LEAF Ermelo, en Like, dan ontvang je de berichten van LEAF.

## **De Grot**

Er was eens een donkere grot die diep onder de grond lag, aan het oog onttrokken. Omdat hij zo diep onder de grond lag, was er nog nooit licht doorgedrongen. De grot had nooit licht gezien. Het woord 'licht' had geen betekenis voor de grot, die zich niet kon voorstellen wat 'licht' zou kunnen zijn. Toen op een dag stuurde de zon een uitnodiging naar de grot om naar boven te komen en hem te bezoeken. Toen de grot boven kwam om de zon te bezoeken, was hij stomverbaasd en verrukt, want de grot had nooit eerder licht gezien en hij kon gewoon niet over deze ervaring uit. Als dank voor het feit dat de zon hem voor een bezoek had uitgenodigd, wilde de grot iets terugdoen en nodigde dus de zon uit om een keer naar beneden te komen om hem te bezoeken, omdat de zon nooit duisternis had gezien. Zo brak de dag aan dat de zon omlaag kwam en hoffelijk in de grot werd binnengelaten. En terwijl de zon de grot binnenging, keek hij heel belangstellend om zich heen, benieuwd hoe 'duisternis' eruit zou zien. Toen vroeg hij verwonderd aan de grot: "Waar is de duisternis?"

Ik wens jullie een liefdevolle kerst en een geborgen Nieuwjaar, waarin je je weg mag vinden in alle voorspoed en tegenspoed die je op je pad kan tegenkomen....en in het missen van diegene die je zo dierbaar waren..

Harte groet,

Ilonka Behr  
welkom@leaftherapie.nl  
www.leaftherapie.nl  
0341- 562250