

LEAF



Ermelo, 14 juli 2014

Lieve mensen,

De geur van lavendel komt me tegemoet wanneer ik naar mijn praktijk loop....zomer....heerlijk. Lange lichte dagen, zon, geen wekker van onze puber die maar blijft afgaan, terwijl hij niet uit bed kan komen, en een periode van heerlijk mijmeren over de maanden die achter ons liggen en die voor ons uit strekken.

Niet voor iedereen is de zomer een fijne periode, er zijn genoeg mensen die door de vrolijkheid & lichtheid van de zomer juist geconfronteerd worden met hun verdriet en voelen hoe donker het van binnen is. Verdriet kan ontzettend eenzaam maken en boos, omdat de mensen om je heen soms niet goed begrijpen hoe je je van binnen voelt.

Het kan dan moeite kosten om uit te blijven reiken en uit te komen voor dat waar je behoefte aan hebt....warmte, troost en liefde.

Voor alle mensen voor wie deze zomer moeilijk en verdrietig is, voor wie er dagen aankomen die pijnlijk en verdrietig zijn.....blijf uitreiken...naar de mensen die je dierbaar zijn ..en weet....een afspraak bij LEAF is slechts een e-mail of telefoontje bij je vandaan.

Afgelopen week is er een airco geplaatst in de praktijk....hoe warm het dus ook buiten is....in de praktijk is het lekker koel.

In de praktijk is er de afgelopen maanden weer genoeg gebeurt....en in ontwikkeling voor de komende periode.

In deze uitgave van LEAF NIEUWS vindt je deze ontwikkelingen en de activiteiten binnen de praktijk, de vakantiesluiting en informatie over het vijfjarig bestaan van LEAF. Onderaan nog een mooi verhaal wat ik tegenkwam, over een Tsaar, die met drie levensvragen worstelt. Een verhaal over leven in het moment.

*De beste manier om ergens uit te komen,
Is door er doorheen te gaan...*

Activiteiten

Dit jaar, op 2 december, bestaat LEAF alweer 5 jaar. Voor mij natuurlijk een bijzonder moment, want LEAF is opgericht vanuit mijn wens om mensen met zowel mijn deskundigheid als liefde en warmte te begeleiden, in plaats van met professionele distantie (zoals veel hulpverleners leren tijdens hun opleiding). Vandaar ook de naam LEAF, wat Fries is voor lief, en Engels voor blad, omdat als mens je bladeren pas goed kunnen groeien als je aandacht besteed aan je wortels (je herkomst) en je takken (je karakterstructuur).

Zoals een bloem zon nodig heeft om te kunnen bloeien, zo heeft een mens liefde nodig om te kunnen groeien.

Achter de schermen ben ik bezig om dit lustrum niet ongemerkt voorbij te laten gaan. Hoe dat zal zijn...zullen jullie in de komende maanden meekrijgen...ook letterlijk ;-)

Ontdekking

Onlangs deed ik een bijzondere ontdekking, waardoor theedrinken echt een verwennerij wordt...een klein cadeautje, met een bewuste gedachte.

Deze zomer neem ik jullie mee in deze verwennerij...LEAF zal Communithea gaan serveren, van Peeze.

Post uit Sri Lanka is de conceptgedachte achter Communithea. 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 kruidentheën. Communithea 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 ontwikkelingsproject in oorsprong via de Peeze Foundation. Kijk voor meer informatie op www.peezefoundation.nl.

Nieuwe opleiding

In september start ik met een nieuwe opleiding, en dit keer een specialisatie opleiding in Systemisch werken, bij Phoenix opleidingen. Het doel? Verdieping in mijn werk als therapeut, om mijn cliënten, jullie, nog beter van dienst te kunnen zijn bij alle (ziels) vragen die je bij je draagt. De opleiding is intensief, en duurt ongeveer 6 maanden...ik vertel graag in de volgende nieuwsbrief meer over mijn ervaringen. Uiteraard blijf ik ook tijdens de opleiding gewoon beschikbaar...de opleiding is ongeveer 5 dagen per maand.

Little Free Library / 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 zeer binnenkort 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

LEAF APP

Sinds januari 2014 is de LEAF APP te downloaden in de App-store. Deze applicatie is speciaal bedoeld voor op je Iphone of Ipad en is gratis te downloaden in de App-store. In de LEAF APP vind je natuurlijk informatie over de praktijk, de manier waarop je me kan bereiken en nieuws, maar ook een meditatiefilmpje (de zogenaamde 1-minute meditatie) en meerdere ontspanningsoefeningen. De App is vooralsnog alleen beschikbaar voor IOS (Iphone en Ipad), ik hoop hem volgend jaar ook aan te kunnen bieden voor Android.

Vakantie

Vanwege vakantie is de praktijk gesloten van 6 augustus tot 25 augustus.

Automatische Incasso

Het is ook mogelijk om te betalen 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 worden op de 25^{ste} 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.

Nieuw mailadres

LEAF heeft al een paar maanden een nieuw mailadres: welkom@leaftherapie.nl.

Dit mailadres vind je ook terug in de mails die je van me krijgt of op de facturen. Het oude mailadres blijft vooralsnog nog even bestaan, om de overgang soepel te laten verlopen.

Wist je dat LEAF ook te vinden is op Facebook? Zoek op LEAF Ermelo, en Like, dan ontvang je de berichten van LEAF.

Drie levensvragen

De tsaar aller Russen bezat alles wat een mens zich maar wensen kon, maar hij wist niet waarvoor hij leefde. Drie vragen kwelden hem: Wat moet ik doen? Met welke mensen? Wanneer moet ik dat doen?

Na alle wijzen, alle geleerden te hebben geraadpleegd, hoorde hij over een boer, ergens ver weg, die hem misschien een bevredigend antwoord zou kunnen geven. De tsaar ging meteen op reis en na vele weken kwam hij op het land van de boer aan.

Deze keek nauwelijks op toen de tsaar zich tot hem richtte met zijn vragen. De boer gaf geen antwoord maar ging door met ploegen. De tsaar werd kwaad en zei: "Weet je wel tegen wie je spreekt? Ik ben de tsaar aller Russen." Maar ook dit maakte geen indruk op de boer, die doorging met zijn werk.

Plotseling kwam een zwaargewonde man het veld op gewankeld. Voor de ploeg viel hij neer. De boer zei tegen de tsaar: "Help mij deze gewonde naar mijn hut te dragen." "Ik zal je helpen," antwoordde de tsaar. "Maar geef je me dan antwoord op mijn vragen?" "Straks," zei de boer, en samen brachten zij de man naar de hut en verbonden zijn wonden. "Zeg je het me nu?" vroeg de tsaar. "Je kunt naar huis," zei de boer. "

Je hebt de antwoorden gehad op je vragen: Wat moet ik doen? Wat op mijn weg komt. Met wie moet ik het doen? Met degenen die aanwezig zijn. Wanneer moet ik het doen? Op het moment dat het zich voor-doet."

Ik wens jullie een liefdevolle zomer, waarin je je weg mag vinden in alle voorspoed en tegenspoed die je op je weg kan tegenkomen.

Harte groet,

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