



STICHTING

INNERLIJK BESEEF

VOOR UITBREIDING VAN BEWUSTZIJN

Secretariaat: Kastanje 1, 9351 XT Leek, tel. 0594-516740

Internet: www.innerlijk-besef.nl

E-mail: info@innerlijk-besef.nl

Nieuwsbrief nr. 5, mei 2012

Lieve mensen,

Intuïtief leven is leven vanuit jouw hart. Via jouw hart krijg je impulsen, die je vaak met je denken weer weg beredeneert. Zonde, want dat, wat in een flits in jouw gedachten schiet, zijn de beste ideeën. Schrijf ze op en geef er gehoor aan, behalve als het een negatieve impuls is. Negatieve impulsen komen niet uit het hart voort, maar uit het ego.

In deze overgangstijd is het belangrijk het ego ondergeschikt te maken aan het ik-bewustzijn dat verbonden is met jouw Ziel.

De Ziel geeft iedereen die ervoor open staat, dagelijks kansen om egeloos te gaan leven. Helaas wordt er door veel mensen nog te weinig naar de Ziel geluisterd. Je zult hem met jouw oren helaas niet kunnen horen, hij is alleen hoorbaar via jouw hart. Als iedereen naar zijn hart zou luisteren dan zag de wereld er heel anders uit: liefdevoller en betrokken bij al wat leeft.

Nu kunnen wij wel met zijn allen blijven wijzen naar de ander, maar wat doen wij zelf? Leven wij elke dag vanuit ons hart of toch meer vanuit ons hoofd? Als je met bewustzijn bezig bent, zijn wij allen snel geneigd om te zeggen dat wij vanuit ons hart leven, maar is dat zo? Natuurlijk willen wij dat heel graag, maar het waar maken, is een ander verhaal. Kijken naar je schaduwkanten is ook bij spiritueel bewuste mensen nu eenmaal niet erg in. Het ego poetst ze liever weg. Zodra wij allen eerst onze schaduwkanten onder ogen durven zien en daarmee aan de gang gaan, zal de wereld om ons heen veranderen. Het ontkennen van onze eigen schaduwkanten houdt de wereld in een lagere trilling.

Laten wij met zijn allen ons eerst richten op onze schaduwkanten, ze herkennen, erkennen, omarmen en daarna bewust loslaten. Dat is niet zo gemakkelijk als het lijkt, maar elk begin is moeilijk. Richt je eerst op een van je schaduwkanten en ga dan alleen daarmee aan de slag tot je na verloop van tijd merkt dat die schaduwkant zich steeds minder laat zien en ten slotte verdwijnt en pak dan een andere aan, want iedereen heeft er meer dan één.

Vaak herkennen wij wel de schaduwtrekjes in een ander, maar niet bij ons zelf.

Een uitspraak uit mijn jeugd die mij altijd is bijgebleven is: "Verbeter de wereld, begin bij jezelf" en zo voel ik dat ook. Als iedereen bij zichzelf zou beginnen, zou onze wereld er een van Liefde zijn, zowel in het groot als in het klein. Laten wij ons daar vanaf nu met zijn allen serieus voor gaan inzetten. Laat het niet bij woorden blijven, maar laten wij het echt gaan doen. Schaduw en Licht horen bij elkaar. Door naar je schaduw te kijken, zal jouw Licht meer gaan stralen.

Ik wens ons allen de veranderingen die nodig zijn om te leven in een wereld vol Liefde. Een wereld waarin het gedaan is met machtsmisbruik, oorlog, geweld, kinderarbeid en van de honger stervende kinderen en volwassenen. Een utopie? Ik denk het niet. Ik voel dat het nu de tijd is om er met ons allen werk van te maken en dat het, gedragen door velen, een kans van slagen heeft. Doen jullie mee?

Verbeter de wereld, begin bij jezelf.

Johanna Béaart
Centrum voor Levenskunst te Emmen

Activiteiten

Angst als veranderingsinstrument.

Lezing door **Oene Hofman** op dinsdag 8 mei 2012 in Zalencentrum Hingstman te Zeijen. Aanvang: 19.30 uur.

Net als de waarheid kent angst verschillende lagen. De angst die bij veel mensen opkomt in deze tijd, is de angst, dat door de vele intense energieën die ons overspoelen, het lijkt alsof we het allemaal niet meer in de hand kunnen houden. In een versneld tempo worden we met oude pijnen en emoties geconfronteerd die zich op een steeds diepere laag in onszelf bevinden. Dit proces kan overrompend zijn, maar kan ons ook leiden naar meer bewustzijns groei.

Maar bewustzijns groei gaat niet trede voor trede zoals van een trap. Het komt vaak in periodes, in cycli. En gaat ook steeds dieper. Veel mensen, en vooral veel lichtwerkers, zijn al vaker door diverse cycli heen gegaan en weten wat het is om oude ballast los te laten. En zij weten de vreugdevolheid te ervaren bij het voelen van de vrijheid en kracht die het geeft als het proces lijkt te zijn voltooid. Tegelijkertijd brengen deze cycli ons bij diepere lagen van pijn en angst die als een

stikdonkere nacht vol eenzaamheid kan worden ervaren.

In de lezing zullen we aandacht schenken aan deze cycli. Aan wat bewustzijns groei is en het nut ervan. Hoe we angst en emoties in het gezicht kunnen kijken en we het zo naar de oppervlakte van ons bewustzijn laten komen. Welke angsten er zijn en hoe het loslaten ervan een weg tot groei kan zijn.

Oene Hofman heeft door indringende persoonlijke ervaringen, een dieper inzicht verkregen over de ware schoonheid van de mens en zijn relatie met elkaar en de kosmos. Samen met zijn levensmaatje Jenny van der Veen, heeft Oene een Praktijk voor Eenheid en Heling in Dokkum (Frl). Hier worden mensen begeleid op een weg naar heling, waarin oude pijnen en verdriet kunnen worden omgebogen naar een positieve levenshouding.

Zie verder zijn website: www.mens-en-waarheid.nl.

THUIS, een uitnodiging om te leven vanuit je oorsprong.

Verslag van de lezing door **Lenne Gieles** op dinsdag 3 april 2012 in Zalencentrum Hingstman te Zeijen.

Lenne geeft trainingen en opleidingen en heeft een praktijk voor “Essentie-Coaching®”. Ze schreef het boek “Thuis”, dat gaat over stilte.

Stilte die iedereen in zich draagt, *stilte* die je begeleidt. *Stilte* waarin je jezelf kunt zijn en waaraan je steun hebt. Als kind heeft ze veel over stilte geleerd van haar opa, die blind was en oma, die doof was.

Een andere leraar was *klank*. Ze gaf 20 jaar muziekonderwijs, totdat klank als leraar genoeg bleek.

Er is herkenning nodig om te weten wanneer je ‘thuis’ bent, zodat je ook weer terug kunt keren mocht je even weg zijn. Herkennen door opmerkzaam te zijn in allerlei situaties.

Studenten omschreven dit thuis-zijn. Vanuit onze oorsprong komen er steeds weer nieuwe energieën en impulsen naar ons toe, die we van tevoren niet kunnen weten.

Niet-thuis-zijn (schema) geeft onrust, een zich gehaast voelen; vaak ga je maar door en door. Je

ziel loopt dan vooruit op de VORMWERELD, op

Niet thuis
• onrustig, gehaast
• behoeftig, leeg, ontevreden
• praten vanuit denken
• wisselende stemmingen
• gaat weg als het moeilijk wordt
• verzet en afweer tegen wat er is

dat wat je aan het doen bent. Je voelt je leeg, ontevreden, je praat vanuit je hoofd, niet vanuit de diepte en dat hoor je.

Niet-thuis-zijn kun je niet vervullen met aanwezigheid en stilte. Lenne onderscheidt drie lagen van werkelijkheid die tegelijk aanwezig zijn bij thuis-zijn. De lagen van:

Vorm (materie): Je denkt in ‘of/of’.

Ziel (energie): Je ervaart ‘en..en...en...en’.

De ziel is flexibel en ruimer dan de lijfelijke vorm en kan tegelijk op meerdere plaatsen tegelijk zijn. Het is dat ‘typische’ aan een persoon, dat in je herinnering blijft.

Oorsprong (alomvattend, essentie): Dit is een allesomvattend veld. In essentie zijn wij dat.

Eigenlijk zijn deze drie lagen niet te scheiden, omdat het allemaal één is en door elkaar heen vloeit. Nu vindt Lenne het een uitdaging vanuit die oorsprong, op de diepe allesomvattende laag te leven. Ook wel 'creatieve leegte' genoemd. Dus dat is stil en nog niet geboren en scheppend. Het gaat er ook om dit in je dagelijkse leven te integreren: er helemaal zijn met alles wat je bij je draagt en dit te laten zien.

Wat een nieuwe mogelijkheid! Je gaat anders kijken, namelijk vanuit de diepte i.p.v. vanuit je persoonlijkheid zoals je normaal kijkt. Die oorspronkelijke energie is pure verbinding, eenheid. Dus als je vanuit eenheid kijkt naar een ander mens, dan voel je gelijk al veel meer verbinding.

VORM	dualiteit	de materiële werkelijkheid van zichtbare objecten en gebeurtenissen
ZIEL	polariteit	de energetische werkelijkheid
OORSPRONG	eenheid	de essentiële werkelijkheid, de oorsprong van alles

Nodig is om van *leven vanuit je hoofd* naar *leven vanuit een bredere basis* te komen.

Ontwikkeling van vorm naar oorsprong in drie fasen:
 1^e fase: VORM: leven vanuit je 'ik', jouw persoonlijkheid in de vormwereld. Wel is er ons verlangen en zoeken. Dat altijd zoeken is een natuurlijk gegeven. Zoeken naar wie we zijn, naar onze oorsprong (volgens meester Eckhart naar God toe). Zelf ziet Lenne dit niet als een fase, maar iets dat steeds opnieuw gebeurt.

2^e fase: ZIEL: dit noemt ze 'indragen' en overgave. Ze leest voor uit haar boek: "Indragen is, alsof je van binnen zwanger bent van aandacht en leegte. Je blijft binnenin, ook tijdens drukte van alle dag. Aan jou om die stilte te behoeden d.m.v. gewaarzijn. Al onze cellen dragen stilte."

3^e fase: OORSPRONG: te vergelijken met een ijsberg, waar het zichtbare topje van de vormwereld nog maar een klein deel is van de diepte die onder water zit. Je bent als het ware in deze laag opgenomen, erin gezakt, het is dat wat je van oorsprong bent. Jouw diepte bepaalt dus. Die geeft je de stabiliteit door de dag heen. Jij bepaalt dan van binnen uit, en niet de buitenwereld. Er is een diepere instantie in jou die je volgende stap bepaalt. De volgende stap ploept zomaar omhoog op het goede moment. Zo is het boek ook ontstaan: vanuit een impuls, als een innerlijke leiding.

Het komt niet alleen vanuit de zielenwereld van

meesters en engelen, maar vanuit een nog diepere laag van de ziel, vanuit oorsprong. Dat is zonder woorden, dat is stiller. Alsof het uit jezelf komt, maar het komt toch uit iets dat groter is.

Kernmerken in deze oorsprong-laag en hun uitwerking in de vormwereld:

Die kan open, positief verbindend zijn (het eerste) of teveel verdicht en afscheidend zijn (de tweede).

Aanwezigheid: dan ga je overal aanwezigheid speuren, in de natuur, maar ook in de dingen, in andere mensen.

- Dichtbij durven zijn, zeggen wat je persoonlijk bedoelt.
- Afscheiding, verdichting, afwezig, over overheersend aanwezig zijn.

Enorm potentieel: dat mensen bij zich dragen (herkenbaar als zielendrang, of intentie van wat je op aarde komt doen), als een deel van een nog groter potentieel van alle mogelijkheden. Geef je je potentie, dan krijg je potentie.

- Potentieel belichamen als bezieling.
- Dwang om maar vorm te geven.

Tijdloosheid: Oorsprong staat midden in de tijd, maar ook a.h.w. in innerlijke tijd (een minuut duurt een eeuwigheid).

- Gewaar zijn van het stromende NU van moment naar moment, en meegaan.
- Vast beeld hebben van verleden en toekomst, maar niet in NU zijn.

Creatieve leegte: Leegte is niet leeg, maar een borrelend veld, waaruit steeds nieuwe dingen komen.

- Scheppen in de vormwereld dat kan leiden tot authentieke -dus unieke- expressie van jezelf
- Verstarring. Steeds hetzelfde doen en dit herhalen (a-creatief).

Eenheid, wij-gevoel/-veld: leidend in de ziel tot verbinding met anderen, bijvoorbeeld: wat wij bij Stichting Innerlijk Besef tezamen neerzetten. De werkzaamheid van oorsprong brengt mensen bij elkaar, daar word je blij van.

- Mededogen, contact, echt meevoelen met de ander, resoneren.
- Versmelting. Wanneer je helemaal over de ander heen valt, of de ander in jou laat vallen, isolement doordat het helemaal afscheidt.

Lenne noemt God bij voorkeur: 'het oorspronkelijke', omdat dit niet persoonsgebonden is maar volledig open.

In 400 na Chr. liet Longchempa zijn monniken zelf een naam voor God bedenken om hun ervaring ermee weer te geven. Hijzelf zag God als

pure en totale aanwezigheid.

Over de leegte.

“Als niets helpt, helpt alleen niets”. Door in de leegte te gaan heeft Lenne de genezende kracht ervaren en ziekten overwonnen. Dat was een lange weg.

Niets is binnen in je. Jij als persoon zet zelf de eerste stap door aandacht te geven, te luisteren en dan komt er een antwoord vanuit dat grote veld: de oorsprong-laag. Vanuit die leegte krijg je die volheid, doordat jij je aandacht erop gaat richten. Stappen in de leegte, wat ‘De Dwaas’ van de Tarot doet, geeft de geboorte van nieuwe gedachten en gevoelens. Je krijgt een versnelde celvernieuwing. De sprong in de leegte is heel oude kennis. En wij mogen het iedere keer weer voor onszelf ontdekken, dieper en breder.



Wat kun je zelf doen?

Lenne geeft een aantal ingangen naar *essentie*. Je kunt erop vertrouwen dat je steeds weer kleine signalen krijgt van het universum die jou de weg wijzen. Je kunt:

- *direct ervaren.*

Daarmee bedoelt ze: NU, zonder omweg, niet straks. Door uit te stellen, onderdrukken we eigenlijk steeds dat, wat naar ons toekomt. Dat directe ervaren gebeurt heel stil, heel direct, heel energetisch, je blijft heel dichtbij jezelf in het ervaren. Je vliegt er niet uit of je gaat niet gelijk in contact of in de reactie, maar je blijft ervaren.

Je gaat meer voelen, waardoor de emoties smelten. Je ervaart vreugde, maar ook de pijn. Als je direct toegaat naar dat, wat in de emoties verstopt zit, dan hoeft de emotie niet bewaard of vastgezet te worden. Dit scheelt energie. Dan kun je emoties loslaten. Dus pijn en licht horen samen, zoals Jezus zich ook liet zien aan het kruis en in zijn verrijzenis erna.

- *stoppen.*

“Just stop and be still”, zoals Ramana Maharshi zei. Dat stoppen is niet iets in de buitenwereld, maar van binnen. Dus op dit moment zijn wij nog heel veel onnodige dingen met onszelf aan het doen. Zoals het blijven rondraaien in je hoofd, je spieren aanspannen, adem inhouden.

Niet nodig, dus gewoon stoppen. Vooral in contacten doen we heel veel. Onze vier af-



weermechanismen: we maken ons groter of kleiner, we blazen ons op, alsof we niets kunnen, we schermen ons af, we verdwijnen. Zeg het echt tegen jezelf of schrijf het op de spiegel: STOP. Je kunt er iedere dag mee beginnen. Je zakt dan lager, dieper, breder.

- *omkeren naar het midden (labyrint).*

Dat is een symbool van onze weg als mens. Dat symbool dat je van hot naar haar stuurt,



zegt: keer om, teneinde in het midden uit te komen. Dus het midden tussen pijn en licht, tussen het mannelijk en vrouwelijk, tussen gevoel en verstand. Alsmat dat mid-

den. Je moet dus steeds als je te hoog zit, weer omkeren. Als je te laag zit, depressief bent, weer omkeren. Houd je handen tegen elkaar voor het hart, zodat je stilte kunt voelen.

- *overgave (vallende druppel als symbool).*

Overgave is accepteren wat zich aanbiedt. De druppel gaat niet verloren als hij valt, want het bewustzijn van de druppel blijft bewaard. Hij komt terug naar waar hij vandaan komt en voegt weer bewustzijn aan het geheel toe. Geef je over aan wat is. Je geeft je niet zozeer over aan een meester buiten je of aan je echtgenoot of wat dan ook. Je geeft je over aan iets dieps in jezelf. Dat is voelbaar. “Learning to fall” noemt Philip Simmons dit. Je voelt op den duur ook diepe overgave op celniveau en heel diepe overgave op energieniveau. Ook voel je dat je ziel zich overgeeft.

Tip 1:

In plaats van hard door te blijven werken, zeg je regelmatig: “STOP, doe een stap terug” en zeg: “Oké, ik stel me open voor wat zich vanzelf ontvouwt, ik luister.”

Tip 2:

Stop eens met jezelf steeds naar buiten te bewegen. Blijf eens indragen. dat je gewaar blijft van de stilte en die ook draagt en behoedt in jezelf.

VRAGEN:

Info over energetische coaching sessie.

Een sessie duurt ongeveer 1,5 uur, soms korter, soms gevolgd door een healing. Ze verbindt zich diep met de ander en resonanceert mee. De cliënt nodigt ze uit zichzelf te zijn en werkelijk tot expressie te komen. De werkzame kracht ligt in het kunnen en mogen zijn, de oorsprong ervaren. Zijzelf is doorgeefluik en doet steeds minder. Emoties verschillen. Dus de omkering (labyrint)

gebeurt in die ander. En dat kun je zien, want dan verandert de energie. Het is iets als thuiskomen. Het meeste gaat over dingen die spelen in contacten met andere mensen. De relatie verandert al als iemand weer in zijn verticale verbindinglijn (loodlijn hoofd/voeten) komt. Dan zit hij steviger in zijn eigen vel en zijn er ook minder verstrengelingen en projecties die in relaties gebeuren.

Dieper ingaan op emoties.

Een emotie is een ingang om te gaan voelen en gaan ervaren. Emotie voelen is dus helemaal niet slecht. Ga de emotie echt in en ervaar daarin direct wat je voelt. Bijvoorbeeld: heftige pijn → voelen → pijn wordt zacht en dan breed → diep → pijn zakt weg → vertroosting. Zo geldt dat ook voor andere emoties zoals angst. Als je angst voelt, is angst al weg. Het is een afweer tegen iets, bijvoorbeeld tegen beweging, tegen voelen. Voel ook de energie. Je emotielichaam is heel dicht bij je fysieke lichaam. Je kunt heel dichtbij voelen in die angst. En dan merk je dat de angst ook verandert als je erin gaat. En uiteindelijk op de bodem voel je kracht. Zodra de kracht er is, is de angst weg. Angst als onderdrukte opwindning. Als je die toelaat, gaat de angst weg. Alles wat stil staat, klopt niet. Het universum beweegt altijd. Beweeg mee door te ervaren.

Mijn denken zit soms in de weg.

Ja, dat is ook wat we te stoppen hebben. Je kunt wel zeggen "Hallo, stop eens even." Want je hebt een wil en je hebt een keuze. Het gekke is dat je denken dit opvangt. Want de lichamen van onze ziel (emotioneel-, mentaal-, wils- en lichtlichaam) hebben allemaal een totaal eigen bewustzijn. Dus jouw denken heeft een eigen bewustzijn dat luistert. De persoonlijkheid is machteloos, maar iets diepers, wat voor, tijdens en na jou is en door gaat, dat bepaalt. En dat is niet machteloos.

Het thuiskomen voelt als een verlangen.

Dat (oer)verlangen komt omdat we diep in onszelf een herinnering hebben van wat thuis is. We willen ernaar terug. Tranen die je erom kunt hebben, zijn dan ook heel helend. Verlangen is ook een wegwijzer. Dus ook goed om te voelen. Weerstand is ons overlevingssysteem, opgebouwd om ons af te schermen voor de buitenwereld. Het denken (ingeprent) overheerst ons voelen en ook ons zuivere willen. De rest komt niet aan bod. Zet maar eens mooie muziek op en luister.

Hoe voorkom je dat je jezelf verliest in een activiteit?

Het is een kunst om je gewaar-zijn te bewaren.

Niet doen zoals een kind opgaat in zijn schilderij. Dat is het verschil tussen eenheidsbewustzijn en versmelting (dus zomaar in de eenheid vallen). Blijf hier binnen met je zielenlichaam. Oefen in stop zeggen, zet een stap terug, haal adem, dan krijg je weer contact met die innerlijke stroom.

Veel mensen voelen zich in de kern alleen

Al-een. Het is heel moeilijk om als mens alleen te zijn. Het 'niets' durven we niet aan. Als we in het 'niets' gaan, dan merk je dat je zakt in Al-een. En dan voel je dat je bij jezelf aankomt. Het ego is per definitie alleen. Maar als de persoonlijkheid verbonden is, dan ben je niet alleen. Zodra je in een diepere laag komt, de ziel, voel je al meer verbinding en nog dieper, in de oorsprong-laag, voel je je één met alles en allen. Dan ga je niet in de verstarring.

Welke inspiratiebron en stroming hielpen Lenne?

Ze noemt enkele stromingen, bijvoorbeeld boeddhisme en diverse opleidingen, maar alle 'ismes' heeft ze losgelaten. De laatste 15 jaar volgde ze haar eigen pad van intuïtie. Ze verdiepte zich in weerstand. Ging nog meer naar verdieping en verfijning in haarzelf en nu voor anderen in haar eigen opleiding "Essentie-Coaching." Na 20 jaar muziekonderwijs maakte ze de switch naar leerlingbegeleiding. Stap na stap, meer intuïtief.

Hoe rijm je creatief zijn en overgave?

Het lijkt tegenstrijdig: overgave en gericht aandacht aan bepaalde gebieden in je lichaam te geven. Maar uiteindelijk is dat nog "of/of" denken. Vanuit je ego creëren helpt niet. Vanuit de leegte komt de inspiratie opwellen. Niets → waarnemen → energie → creativiteit. Denken in "en..en..en" vanuit een breed veld waarin je bent, de werkelijkheid. Dan is er zowel overgave mogelijk als aandacht, die je naar binnen richt op celniveau en je cellen genezen. Geef je over aan de energie die je voelt. Je kunt ook hulp vragen.

Niets... en dan? Keuze en wil.

Volgens Lenne heeft de ziel, onze unieke druppel van oorsprong die we zijn, een wilslichaam gekregen. Dat is niet voor niets. Het vraagt om een actief bereid zijn om te leven, een YES. Hoe meer je dit wilslichaam gebruikt, des te minder emotioneel ben je. Zet buiten je wilsveld wat je niet meer wilt in je leven, zodat je weer voelt wat je wél wilt. Als kind wordt onze wil vaak tegengehouden. Later weten we dan niet meer wat we willen. We zijn niet een willoos wezen. Je hebt een keuze, n.l. JA en NEE zeggen. Je kunt het. De diepere wil van je ziel wil dat er iets gedaan is tijdens je leven (zieleldrang). De persoonlijkheid

kan transformeren tot een verbonden gezonde persoonlijkheid. In contact met de ander zit je op de wilsgrens van elkaar en tast met respect af wat mogelijk is.
Mogen komt van buitenaf en willen van binnen-uit.

We sluiten af met een mooie meditatie om naar onze eigen stilte te gaan.

De website van Lenne Gieles is:
www.essentiecoaching.nu

Irene Meersma

Parel

“Niets maakt ons wijzer dan kijken naar onze angsten.”

Elisabeth Kübler-Ross

Programma's

STICHTING INNERLIJK BESEF.

Lezingen in **Zalencentrum Hingstman**, Hoofdstraat 18, **Zeijen**. Aanvang: **19.30 uur**.

Datum	Spreker	Thema
8 mei	Oene Hofman	Angst als veranderingsinstrument.
Info:	Henk Koops, tel. 0592-656610 (reserveren voor een lezing is niet nodig.)	
Website:	www.innerlijk-besef.nl	E-mail: Via het contactformulier op de website.

STICHTING WIJZER TE DOKKUM.

Lezingen in de **Nije Warf**, Voorweg 31 a, **Wouterswoude**. Aanvang: **19.30 uur**.

Datum	Spreker	Thema
23 mei	Dik Stukkien	Onze Bron van Bestaan, Het Nulpunt en zijn Energie.
Info:	Froukje van der Zwaag, tel. 0519-297641.	
Website:	www.stichting-wijzer.nl	E-mail: stwijzer@stichting-wijzer.nl

STICHTING IN-ZICHT TE JOURE.

Lezingen in **Party Zalencentrum 't Haske Joure**, Vegelinsweg 20, **Joure**.

Info: Oene Hofman, tel. 0519 - 34 64 91.

Website: www.in-zicht.nl

E-mail: post@in-zicht.nl

STICHTING DE GRAANCIRKEL TE STEENWIJK.

Lezingen in **De Meenthe**, Stationsplein 1, **Steenwijk**.

Info: tel. 06-20343018

Website: www.stichtingdegraancirkel.nl

E-mail: via het contactformulier op: www.stichtingdegraancirkel.nl