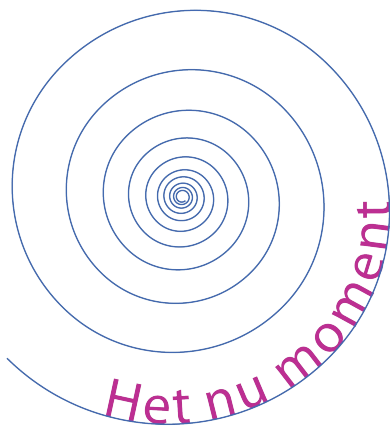


Nieuwsbrief

Lente 2005 april, mei en juni



Cursussen:

Yoga

 Meditatie

 Relaxatie

 Losse Massageavonden

Lezingen:

Gandhi

 Inleiding in de astrologie

 Het boek: De waarheid

 Het boek : Hij en Ik

Hallo allemaal,

Het warme zonnetje laat zich voor het eerst terug voelen en dat doet deugd.

De lente is in aantocht. Vandaar is het alweer tijd voor het nieuwe programma !

Hier komt die dan !

Allereerst zou ik graag enkele wijzigingen doorgeven :

De winkel zal vanaf nu enkel open zijn voor en na de cursussen en op aanvraag.

Inschrijving vooraf is verplicht ook voor lezingen.

Mijn vast telefoonnummer is gewijzigd vanaf nu ben ik bereikbaar op het nummer : 03/653.55.87 Indien ik niet opneem gelieve dan een bericht in te spreken dan bel ik je zo spoedig mogelijk terug. Het mobiele nummer 0485/28.92.82 blijft hetzelfde.

Op 22 mei zal ik te Beerse zaal Lambeer, Vredestraat 10 op een spirituele beurs staan waar ik allerlei leuke geschenkartikelen zoals buddha's, wierook enz zal verkopen.

Ik geef er ook een lezing over « leven in het nu ». Iedereen is er van harte welkom.

Yoga

Met Ilse Houben

Volledige ontspanning wordt bereikt door na de inspanning “de yogaoefeningen” je lichaam beter te voelen. Je kan tintelingen voelen, warmte, pijn na een moeilijke oefening. Door meer te gaan voelen kom je dichterbij jezelf. Ook komen er ademhalingsoefeningen aan bod. Zodat we de prana die in de lucht hangt bewust inademen. Prana is pure energie, het laad je op en daardoor voel je je na de ademhalingsoefeningen energiever en fitter.

Datum: Een reeks van **9 maandagochtenden of avonden:** 11,18,25 april; 9,16,23,30 mei; 6,13 juni

Een reeks van **9 donderdagochtenden:**

14,21,28 april; 12,19,26 mei; 2,9,16 juni

Tijd: ochtend: 10u30 tot 11u30; avond: 19u30 tot 20u30

Prijs: 50 euro

Indien je een afzonderlijke les volgt : 7euro

Inbegrepen: gratis drankje na de cursus

Meebrengen: makkelijke kledij eventueel een matje, er zijn ook matrassen aanwezig dus is niet noodzakelijk.

Inschrijven is verplicht: zie voorwaarden op pg 10

Relaxatietraining losse avonden

Met Ilse Houben

De les duurt 2 uur waarin de volgende items aan bod komen:

- makkelijke yogaoefeningen
- ademhalingsoefeningen
- visualisatieoefeningen
- massage (met kleren aan)
- energieoefeningen per 2 en in groep
- grondingsoefeningen
- haraversterkende oefeningen

De oefeningen worden aangepast aan de noden van de groep. En het is de bedoeling om via deze oefeningen je lichaam beter te voelen en je verstand even op nul te zetten. Het doel is om tot een gevoel van volledige ontspanning te komen.

Datum: 20april, 4mei, 18mei, 15juni

Tijd: 20u tot 22u

Prijs: 12euro per keer.

Voor de reeks van 4 avonden 40euro

Inbegrepen: Gratis drankje

Meebrengen : Massageolie, handdoek, makkelijke kledij.

Inschrijven is verplicht : zie voorwaarden op pg 10

Meditatie avonden

Met Ilse Houben

Tijdens deze avonden is het de bedoeling om dichterbij ons zelf te komen. Om ons bewuster te worden van al wat in ons leeft. En om te komen tot innerlijke rust zodat eventuele angsten en spanningen verdwijnen.

Meditatie kan leiden tot een diepe gemoedsrust en een natuurlijke harmonie. Mediteren is een goede manier om een evenwicht tussen geest, lichaam en ziel te vinden.

Ik nodig je uit deze reis mee te komen maken.

Iedereen is van harte welkom,
er is geen voorkennis vereist !

Datum : een reeks van 5 dinsdagavonden

12,19,26 april, 3,10mei

Tijd : 19u30 tot 21u

Prijs : 35euro

Indien je per keer betaalt 8euro

Meebrengen : makkelijke kledij

Inbegrepen: gratis drankje

Inschrijven is verplicht : zie voorwaarden op pg 10

Inleiding in de astrologie

Door Gabrielle Van Daele

Astologie is een zeer oude wetenschap die nog niets in actualiteit ingeboet heeft. Voor wie haar eens serieus wil benaderen houdt zij grote mogelijkheden in qua inzichten in de psyche en de constitutie van de mens.

Zowel kennis van onszelf als van ieder die op ons pad komt.

Gabrielle Van Daele is daar sinds 1967 mee bezig en komt ons vertellen over haar ervaringen met Astrologie. Men kan het helaas niet leren in 1 lezing, maar men kan wel komen genieten van de praktische en humoristische aanpak die zij aan deze « ingewikkelde » materie geeft.

Datum : 17mei

Tijd : 20u to 22u30

Prijs : 10euro

Meebrengen : eventueel pen en papier om notities te maken.

Inbegrepen : gratis drankje

Inschrijven is verplicht : zie voorwaarden op pg 10

Losse massageavonden voor beginners

Met Ilse Houben

Er worden eenvoudige massagetechnieken aangeleerd, en daarna op elkaar toegepast. Wil je jezelf eens lekker verwennen kom dan gerust af. Iedereen is welkom

Avond 1 : massage van de rug

Datum : Zaterdagavond 21mei van 20u tot 22u

Prijs per avond : 10euro

Inbegrepen : gratis drankje

Meebrengen : grote badhanddoek, massageolie en makkelijke kledij

Inschrijven is verplicht : zie voorwaarden op pg 10

Avond 2 : massage van het hoofd

Datum : Zaterdagavond 4juni van 20u tot 22u

Prijs per avond : 10euro

Inbegrepen : gratis drankje

Meebrengen : grote badhanddoek, massageolie en makkelijke kledij

Inschrijven is verplicht : zie voorwaarden op pg 10

Hij en Ik

Door Elvire Horemans

Zij komt vertellen over haar 34jaar bovennatuurlijke ervaringen. Zij is de schrijfster van het boek « Hij en Ik » waarin ze duidelijk haar bovennatuurlijke ervaringen beschrijft.

Men krijgt de mogelijkheid vragen te stellen.

Datum : 20 mei van 20u tot 23u

Prijs : 10euro

Inbegrepen : gratis drankje

Inschrijven is verplicht : zie voorwaarden op pg 10

Film over het leven van Gandhi

Met Ilse Houben

Deze film vertelt het leven van Gandhi ook mahatma (grote ziel) genoemd. Hij was een man die vocht voor de vrijheid van zijn land Indië; dat in zijn tijd nog een kolonie van de Britten was. Vechten betekende voor hem geweldloos verzet. Zo organiseerde hij talloze stakingen en akties die de bedoeling hadden het eigen bestuur van de natie te bekomen. Wat hem en de miljoenen inwoners van Indië uiteindelijk ook lukte.

Datum: 22 april van 20u tot 23u

Prijs: 10euro

Inbegrepen: gratis drankje

Inschrijven is verplicht: zie voorwaarden op pg 10

Lezing over het boek: De Waarheid

Door Werner Voets

Ik ben een 33 jarige Vlaming uit Antwerpen en heb in het jaar 2000 een enorme liefdevolle ervaring mogen beleven waardoor mijn leventje volledig ondersteboven werd gegooid.

Vandaar dat ik besliste een boek te schrijven. Ik wou – bij wijze van dankbaarheid – een aantal dingen met mensen delen die ik heb mogen ervaren.

Wat ik vooral wil bereiken is dat mensen eens nadenken over wat ik heb neergeschreven. Ze hoeven het zeker niet zomaar als ‘De Waarheid’ te aanvaarden, vandaar ook het regeltje op de eerste pagina: “Aanvaard niet zomaar wat een ander je vertelt maar sta open voor wat er gezegd wordt en onderzoek het.”

Het is zo belangrijk dat we terug leren naar onszelf luisteren. Dat we in onszelf durven te kijken om te zien wat er zich daar echt afspeelt. “Ben ik iemand die zomaar de massa volgt of durf ik naar mijn eigen hartje luisteren?” “Gooi ik de deur dicht vanaf het moment dat iemand iets zegt dat volledig indruist tegen alles wat ik tot hiertoe als ‘waarheid’ heb aanvaard of durf ik me open te zetten?” “Ben ik echt wie ik ben of ben ik slechts de schim van wie ik werkelijk zou kunnen zijn?”

Er is één ding dat ik met zekerheid kan zeggen sinds mijn ervaringen begonnen zijn; er is Liefde in overvloed en Ze is er zowel voor jou als voor mij. We zijn allemaal gelijk en we verdienen het om gelukkig te zijn, op onze eigen unieke manier. ‘Vraag en gij zult krijgen!’

Durf vooral te leven, durf jezelf te zijn, durf over jouw ideeën te praten. De enige manier waarop je ooit te weten komt of je hartje het eens is met je gedachten, is door iets met je gedachten te doen en ondertussen naar je hartje te luisteren om te zien hoe het op je gedachten reageert. Leef, ervaar, sta open en luister... maar beleef je eigen ervaringen, je eigen bewijs, je eigen unieke leven!

Waar gaat het boek over?

"Het verhaal gaat over een grootvader – P p  – die zijn wijsheid doorgeeft aan zijn kleinzoon – Eedoo. P p  insinueert namelijk dat hij een gave heeft die men het 'automatisch schrift' noemt. Hij beweert in het verleden boodschappen te hebben ontvangen over een geheim dat van levensbelang is voor de gehele mensheid. Die boodschappen heeft hij echter moeten verbergen omdat zijn 'beste vriend' hem een loer wou draaien en er zelf veel geld aan wou verdienen. Daarom vraagt hij - na vele jaren - aan Eedoo om de teksten voor hem opnieuw te verzamelen.

In het begin staat Eedoo er echter enorm argwanend tegenover. Maar hoe meer teksten hij leest en hoe meer hij met P p  en diens vrienden (waarbij sommige teksten verborgen liggen) praat, hoe meer hij er door in de ban raakt. De meeste vrienden van P p  hebben allemaal een 'speciale' gave en vertellen allerlei spannende verhalen over klopgeesten, helderzienden, enz. Tijdens het ophalen van de teksten merkt Eedoo echter dat iemand hem achtervolgt en blijkbaar gaat de gezondheid van P p  zienderogen achteruit."

In België is het in alle Standaard Boekhandels te koop (<http://www.standaardboek.com/Winkels.shtml>).

In Nederland is het ofwel rechtstreeks bij de schrijver (<http://groups.msn.com/WernerVoetsDeWaarheid/hetboekbestellen.msnw>), ofwel op de online nieuwtijdswinkel "[The Eternal Light](#)" te verkrijgen.

PS: Wie wil kan de eerste vier pagina's van het boek krijgen door even een mailtje te sturen naar werner.voets@telenet.be of werner.voets@scarlet.be

Datum: 3juni van 20u tot 22u30

Prijs: 10euro

Inbegrepen: gratis drankje

Inschrijven is verplicht: zie voorwaarden op pg 10

Inschrijvingen

* Geef schriftelijk of telefonisch je naam, adres en telefoonnr op aan “het nu moment” Hanendreef 97, 2930 Brasschaat. Tel 03.653.55.87 of e-mailen naar info@hetnumoment.be

* Stort het cursusbedrag zo spoedig mogelijk en op rekeningnr 979-6225329-68 van het nu moment, hanendreef 97, 2930 Brasschaat. Cash betalen kan ook maar moet steeds gebeurd zijn alvorens de cursus start.

* **BETAAL TIJDIG! Boeking van de inschrijving gebeurt volgens volgorde van betalingen. Je inschrijving is pas definitief als ik je betaling ontvangen heb.**

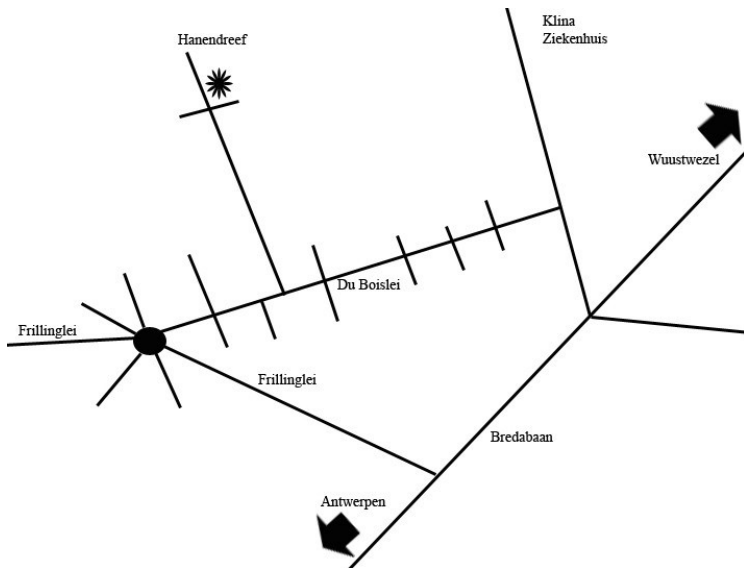
* Als je inschrijving en betaling in orde zijn, word je verwacht op de vermelde startdatum.

Annuleringsvoorwaarden

Wie later dan een week voor het begin van de cursus zijn/haar inschrijving annuleert krijgt 50% van het inschrijvingsgeld terugbetaald. Bij eerdere annulatie krijg je je inschrijvingsgeld volledig terugbetaald.

Afspraak:

Wie een cursus of workshop volgt of massage neemt doet dit volledig op eigen verantwoordelijkheid. Aan personen in psychiatrische behandeling of ernstig zieken en mindervaliden vragen ik eerst contact op te nemen met mij om eventuele praktische problemen op te lossen en te kijken of de cursus geschikt is voor jou.



Ilse Houben
Hanendreef 97
2930 Brasschaat
Tel : 03/653.55.87
Gsm :0485/28.92.82
info@hetnumoment.be
www.hetnumoment.be

verantwoordelijk uitgever : Ilse Houben, Hanendreef 99, 2930 Brasschaat