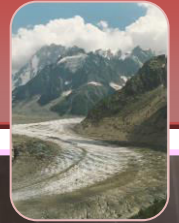




Heremietkrant



Herfst!

Goed scherpstellen en niet ademen ☺ onder moeder's paraplu met de oude camera. Dikke pret!



Dag trouwe lezer en lezeres,

De nieuwe editie van de Heremietkrant bevat 5 pagina's deze keer. We hebben steeds meer nieuwe contacten, die ook iets willen vertellen, nieuwe onderwerpen voor het voetlicht... kortom, nieuwe inspiratie. En het lijkt ook wel alsof er meer kan, meer lukt! Vrouwencirkels zijn er ineens (weer), er is allerlei waar vrouwen nu blij van worden .. als je kijkt. Deze krant is een béetje een vrouwenkrant: maar iedere echtgenoot weet, dat het beter is als zijn meisje gelukkig is..



Ik ben de kleine... augustus 1966. We kijken elkaar aan vol vertrouwen ☺ en ondanks alle avonturen – of juist daardoor – mis ik haar, de reizigster...

In deze editie:

- Vrouwencirkels
- Het yoni-ei: raar maar waar
- Nicole vertelt over Stroming
- Mooie paddenstoelen natuurlijk
- Een masseur stelt zich voor
- En nog veel meer leuks!



Nieuwe Vrouwencirkel!

Op 13 oktober is de eerste, om half 8 's avonds op de Begoniastraat. Voor alle vrouwen die wel eens samen met andere vrouwen willen ademen, delen, aanraken en aangeraakt worden, belangeloos, oordeelloos, verwachtingsloos. Een heel bijzondere ervaring.

Josette Pijnenborg 'leidt' de cirkel en ze is zelf iedere keer weer geraakt door hoeveel er gebeurt: je mag er gewoon zijn, met of zonder 'masker', met je emoties en alles wat bij je hoort. Je 'hoeft' niet iets, je moet niet iets. En door de acceptatie komen vrouwen in hun kracht te staan. Door zachtheid kom je bij je zelf en bij de ander, bij overgave, soms bij tranen. Het gaat vaak heel snel. Josette en ik praten binnen een half uur over de meest persoonlijke dingen, het vertrouwen is er en zelfs een soort weten dat het goed zit, dat je geen reserves hoeft te hebben, zo heb ik het ervaren om met haar te spreken.

vervolg pag. 2

Vervolg van p. 1 Vrouwencirkels.

Ik word me bewust van een verantwoordelijkheidsgevoel naar haar toe: ik moet dit stukje wel 'goed' schrijven. Het komt zoveel voor, dat we als kind in een noodzaak terecht kwamen. In mijn geval om eindelijk beschikbaar te zijn, want alleen dan mocht ik er zijn, tenminste, zo beleefde ik het. Ik deel dit met Josette, die antwoordt: 'whatever arises, love that'.... Kun je 'ik houd van jou' zeggen tegen jezelf, tegen dat meisje dat denkt dat ze zo haar best moet doen om liefde te verdienen?'

Tsja, zo was het voor mij en soms is het nog steeds zo. Je komt bij je innerlijk kind uit, het kan heel confronterend zijn. Maar ook eindelijk helend en prettig, als dat kind de ruimte weer krijgt om er te zijn. Het is net wat er bij jou speelt, wat er te voorschijn komt. Ook de vrijheid en blijheid en eenheid die je ooit voelde! **Whatever arises, love that.** Een uitdaging?

De vrouwencirkel is er elke 3-4 weken, op wisselende avonden zodat meer vrouwen een keertje kunnen komen. Prijs: €17,50 per avond en €60,- voor een 4-rittenkaart, dat is toch een goede deal of niet?

Bij al die zachtheid heb je ook stevigheid nodig, en daarom deze: **Obsidiaan** is een prachtig mineraal om te helpen je verleden los te laten. Er zijn veel verschillende soorten van, van zwart ondoorschijnend – die het hardst aan je trekt – tot bijna kleurloos blauw, groen of bruin transparant. Ze hebben allemaal een eigen functie en werking. Bruine 'apachetranen' hebben al eens in deze krant gestaan. Er is ook bruine Mahonie-obsidiaan, die 'zachter en vriendelijker is dan de zwarte'.

Alle Obsidianen helpen 'oude herinneringen en kennis naar boven halen en paranormale vermogens versterken'

www.lichtpuntjekristallen.nl

Hieronder kun je zien hoe lava tot zwarte obsidiaan stolt ☺



Sint Anna kapelletje, Gemert

NB volle maan conjunct uranus een beetje een wilde toestand, er wordt niet geadviseerd aan rechtzaken te beginnen! Zondag 16 oct om half 7 's morgens.

Spannend! maar toch, met veel zin keek ik uit om dit stukje te gaan schrijven. Mijn naam is Elly van Grinsven, 39 jaar oud, getrouwd met een lieve man en samen hebben we twee boefjes (ja en zeker ook schatten) van kinderen.

Masseren is een rode draad in mijn leven, vanaf mijn 18de ben ik er mee bezig, ik ben toen begonnen met voetreflex, en om dit verder uit te breiden heb ik een HBO opleiding gevolgd. Vervolgens is er een heel persoonlijk proces geweest, en heb ik in 2014 besloten om mijn hart en passie te laten spreken en ben ik de opleiding tot intuïtieve holistische massage gaan volgen. Ik kreeg de smaak te pakken en heb hier tevens de Deep Tissue (Thaise massage) en Kindermassage met kruidenstempels aan toegevoegd; ook heb ik een spiritual healing workshop gevolgd bij een lerares van het Arthur Findley College.

Massage dus! **Je lijf kan je zoveel vertellen**, over je pijn, je angsten, je blokkades, je lichamelijke, geestelijke en energetische gesteldheid. Ik werk op een holistische manier, wat wil zeggen dat ik naar jou kijk als een compleet mens, zowel fysiek, emotioneel als spiritueel. Je bewust zijn van je blokkades of klachten is erg belangrijk, dan kan je er ook wat aan doen. En dan is er nog de moed en motivatie, die je nodig hebt om deze dingen voor jezelf aan te pakken. Massage kan losstaand, maar ook in combinatie een hele fijne therapie voor je zijn, je leert jezelf in ieder aspect beter kennen.

Aanraken en geraakt worden! **Liefdevol maar met veel respect** naar de ander, dat is voor mij heel belangrijk. Je staat in contact met de ander, zowel lichamelijk, geestelijk als energetisch en het is altijd mooi om te zien wat er voor verandering mag plaatsvinden, soms onbewust maar vaak ook bewust. Iemand weer bij zijn eigen kern brengen, hun innerlijk lichtje laten zien, het is zo'n dankbaar werk.

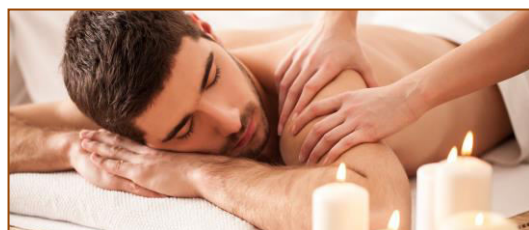
Stress hoort bijna bij de orde van de dag. Onze maatschappij is druk en gehaast, met weinig tijd voor jezelf en als je tijd maakt dan staat dat ergens in je planning. Vaak heb je niet in de gaten wat stress met je kan doen en als je het merkt heb je vaak al lichamelijke klachten. Je schouders en nek zitten vast of je hebt hoofdpijn. Vaak ga je toch door want er wordt veel van ons gevraagd. Gelukkig wordt er ook veel ingespeeld op ontspanning en is er veel keuze, kijk wat bij je past.

Een snelle en korte massage, die je zelfs op je werk kunt doen (bv op het toilet) is de **Do Inn massage**. Je klopt met je handpalm de delen van je lijf, schouders, armen, handen, borstkas, buik, rug, billen, benen en voeten, daarna voel je het doorstromen en tintelen het geeft je een heerlijk ontspannen gevoel. Probeer het eens, het zou je zomaar kunnen bevallen!

Lieve groet, Elly Donkers

Voor ideeën en aanvullingen mail naar info@heremiet.nl of elineeugenie@gmail.com. Altijd welkom!

<https://youtu.be/DHlh1GHQ1g> Solar
Om noise op de boxen van de computer!
Zonne-energie in de vorm van geluid.
Iets om te onthouden voor straks...



Elly Donkers heeft haar praktijk in Meerlo bij Venray.

<http://www.praktijknatuurkracht.nl/>

<https://www.facebook.com/Holistischemassagespraktijknatuurkracht/> is haar facebookpagina.



En dus, vanwege de zee , 8 uur lang walvisgeluiden

<https://www.youtube.com/watch?v=dhaBsuDVISU&feature=youtu.be>

Nieuw vriendje... ik ben erg blij met mijn **rozenkwart-ei**. Meestal zit ze in mijn broekzak maar nu heb ik haar weer ondergebracht waar ze het liefst is: ja, *daar onderin – in het vooronder!*

Op het net vind je talloze sites over **yoni-eieren**, ik had er nog nooit van gehoord. Opeens is het de juiste tijd ervoor. Ik ben zelf een beetje in de weer geweest met (kleinere) maansteen en robijn-in-fuchsiet eitjes om eraan te wennen. Al die stenen hebben een ander, en erg prettig, heilzaam effect. Mijn eigen conclusie nu is, we hebben daarbinnen een 'oog', dames... en er blijft zo makkelijk veel verdriet in Ogen hangen, toch? Ik heb het in ieder geval altijd geprobeerd uit te bannen, het voelde veel te kwetsbaar. Door onder andere onderzoek te doen naar de Zwarte Maan heb ik nieuwe vrede gevonden, en durf ik hier ook mee verder.

Rozenkwarts herenigt energetisch je seksuele gebied met je hartgebied en dat voelt zó eindeloos geweldig. Het is niet eens dat je er seksueel aktiever van wordt (hoeft niet, mag) het is een soort diepe, lichamelijke vrede. Ik ben dit jaar 50 geworden en met deze energie, deze warmte en dit gevoel van mezelf mogen zijn, wil ik heel graag nog 50 jaar doorgaan! De grijze maansteen was een goede om mee te beginnen, die heeft loslaten van oude spanning mogelijk gemaakt; de robijn in fuchsiet is een krachtgever, en voelt heel anders, positief en blij.

Een jaar geleden had ik nog niet gelóófd dat ik hier zo openhartig over zou schrijven☺. Taboes, weetjewel.... Op het Net is er veel over te vinden, ook in het Nederlands!



Koop je eitje wel op een goede, schone plek die goed aanvoelt – in Eindhoven bij Allstones.

Het hoort allemaal *geen zeer te doen*, dan is er stress. Kleiner beginnen werkt. Eventueel in een warm bad liggen, neem je ei mee in bad. Ze zijn er in verschillende maten – en mijn maat is verschillend in de loop van de maand... amethyst, bergkristal en rode jaspis helpen ook met reinigen en zacht maken. Rozenkwarts geeft de sterkste hartverbinding en is altijd mild.



Kun je zien wat het is? ☹ jaren geleden heb ik op mijn gezicht gelegen om deze foto te maken, nog met de oude spiegelreflex camera. Het is ... een vliegenzwam, van heel dichtbij. De foto's zijn nu door de scanner gegaan, et voilà!

<https://www.naturetoday.com/intl/nl/nature-reports/message/?msg=22195>

boletenseizoen in Nederland: verslag van 2015. Meer moois:

<http://waarnemingen.paddestoelenkartering.nl/> incl. wat zeldzaam is.

Met je stroming meegaan
 Voeten in het water
 Je lekker mee laten voeren met de stroom van het leven.

Soms heb je momenten dat alles stroomt, dat alles in een flow gaat. Het gaat bijna vanzelf. Je hoeft niet na te denken of er moeite voor te doen. Het dient zich gewoon aan en je gaat heel natuurlijk van het een naar het ander. Er zijn natuurlijk ook momenten dat het allemaal niet wil lukken. Dat je veel moeite en energie erin stopt en je komt nog niet één stap verder. Op dat moment blokkeert jouw stroom. Dan kan de energie niet vrij doorstromen.

Wat heb jij nodig om jouw stroom weer te laten stromen? Ben jij op dit moment verbonden met de aarde zodat alles goed door kan stromen, zodat er dingen kunnen ontstaan?
 Hoe voelt jouw lichaam? Mag jij voelen en stilstaan bij wat er is? Je kunt namelijk alleen creëren en alles laten stromen, als je ook aandacht hebt voor wat er is. Voor de signalen die je lichaam jou geeft. Als er iets niet mag zijn, dan kan er een blokkade ontstaan.

Zelf had ik ditmaal zoets van o, jee ik mag weer een stuk voor "De Heremietkrant" schrijven. Wat zat ik dit keer schrijven? Oke, laat het maar los.....
 Zittend in de zon met mijn voeten in een "ijskoud" stromend beekje, kom ik tot rust, dicht bij mijzelf en verbonden met de aarde. En..... gelijk inspiratie om te gaan schrijven.

*Dus waar heb jij nu echt behoefte aan? Wat zou jou nu goed doen? Kijk naar wat wel kan en niet naar eventuele "onmogelijkheden". Maak hier ruimte voor. Leef je leven en laat het stromen.
 Wat geeft je lichaam hierbij aan? Sta hierbij stil en laat het er zijn. Geef er ruimte aan. Zodat het weer kan stromen en jij kunt gaan oogsten wat jij gezaaid hebt.*

Geniet vanuit alle rust en ruimte wat er allemaal op je pad mag komen de komende weken.



Liefdevolle groet,
 Nicole

Carschenna, CH[♀]

