



## *Lelievita Nieuwsbrief februari 2008*

### **Elektro-acupunctuur**

Ik schrijf deze nieuwsbrief terwijl ik ben aangesloten op de Hua Han, een nog maar kort op de Europese markt verkrijgbaar apparaat voor ooraacupunctuur. Ik heb hem ontdekt op de Gezondheidsbeurs, eind januari. Wat een uitvinding! Je stopt 2 naar de binnenkant van je oren gevormde sensoren in je oren en die sluit je aan op een elektrisch apparaatje. Wanneer een bepaald orgaan, weefsel of gewricht een verstoring vertoont, zal deze verstoring te meten zijn in het oor. De elektrische weerstand is dan lager en op die plek wordt een kleine elektrische stimulus toegediend. Iedere dag 20 minuten doen (terwijl je achter je pc werkt, wandelt of een boek leest) en je werkt ongemerkt aan je gezondheid. Over de effecten kan ik je nog niet veel uit eigen ervaring vertellen, maar als je overtuigd bent van de werking van acupunctuur, vind je dit vast ook interessant. Meer weten? Kijk op [www.solvo.tv](http://www.solvo.tv)

### ***Langs de regenboog gaat landelijk***

Voor de publiciteit van mijn boek kreeg ik een aantal waardevolle tips. Dit heeft ertoe geleid dat er nu ook landelijk publiciteit gaat komen. Eind januari was ik te gast bij Jorrit Timmermans van The Project Network ([www.theprojectnetwork.nl](http://www.theprojectnetwork.nl)), die me op video heeft opgenomen en een selectie van dit interview op zijn site zal zetten, wellicht met een lezing in het vooruitzicht. Bij de NVPA (Beroepsvereniging Geestelijke Gezondheidszorg) zal ik op 12 april een workshop verzorgen op de jaarlijkse ledendag. Bij Opzij mocht ik op de website en mijn vriendin Sylvia van Unnik heeft een verslag van de presentatie in de Dekkershoeve aangeleverd voor het tijdschrift Van Hart tot Hart. Met dank voor jullie meedenken!

### **Weekenden huize Loreto**

Het weekend *Contact maken met Gidsen*, dat ik begin april samen met Désirée Heringa zal geven, zit nu al zo goed als vol. Mocht je nog graag mee willen doen, geef je dan snel op en doe je betaling tegelijk met je opgave, want anders zullen we je helaas op de wachtlijst moeten plaatsen. Gezien de grote belangstelling voor dit weekend zullen Désirée en ik bekijken of we binnenkort nog ergens een andere activiteit over dit thema kunnen organiseren.

Het weekend van 20-22 juni, samen met Marjorie Paol (Holistische Massagetherapeute uit Den Haag) krijgt als thema: *met Aandacht naar het Ja van je Hart*. In de hectiek van alledag is het heerlijk om met aandacht tijd voor jezelf te nemen. Ondersteund door oefeningen vanuit intuïtieve ontwikkeling, meditatie, contact, muziek, beweging en stilte, ontdek je hoe het voelt om vanuit je hart werkelijk 'ja' te zeggen tegen datgene wat je ontmoet in jezelf en in je leven. We streven naar een inspirerende combinatie van plezier, speelsheid, warmte en diepgang. Zoals altijd zal een deel van het programma buiten plaatsvinden, voor zover het weer het toelaat. Er is ook vrije tijd ingepland, om in rust van de prachtige tuinen of binnenplaats van Loreto te genieten, wat te wandelen of lezen, of je anderszins terug te trekken. De kosten voor dit weekend bedragen €90,- voor de begeleiding, plus €76,50 voor 2 dagen en nachten vol pension in Huize Loreto (Lievelede).

## Meditatie

In verband met mijn werkzaamheden op het Montaignelyceum worden de wekelijkse meditatiebijeenkomsten verplaatst van de maandagochtend naar de dinsdagochtend. Op 19 februari is er een gratis kennismakingsles en vanaf dinsdagochtend 4 maart is er weer wekelijks een meditatiebijeenkomst van 9.30 tot 10.30 uur.

## Agenda

ma 4 febr. 20.00 uur **Lichtcirkel** (en tevens alle hierop volgende eerste maandagen van de maand). *Je kunt je aanmelden om in de groep mee te doen eventueel ook iemand aanmelden die je het gunt om dagelijks door deze groep in het licht gezet te worden.*

di 19 feb 9.30 – 10.30 uur **gratis proefles meditatie**

di 4 maart start **meditatiebijeenkomsten**, verder iedere dinsdagochtend van 9.30 tot 10.30 uur. *Bel even als je mee wilt gaan doen of geef je op via het aanmeldingsstrookje op de site.*

woe 2 april 20.00 uur start van de **cursus Intuïtieve Ontwikkeling** (10 woensdagavonden, kosten €195,-)

4-6 april **Weekend Contact maken met Gidsen** in Huize Loreto, i.s.m. Désirée Heringa, kosten €90,- voor de begeleiding en €76,50 voor 2 dagen/nachten vol pension in Loreto; *folder en inschrijfformulier staan op [www.lievita.nl](http://www.lievita.nl)*

15 mei 20.00 uur **lezing bij Stichting Solvitae** (Voorburg) over mijn boek *Langs de regenboog; van angst naar vertrouwen*, zie voor meer informatie [www.stichtingsolvitae.nl](http://www.stichtingsolvitae.nl)

20-22 juni **Weekend met Aandacht naar het Ja van je Hart** in Huize Loreto, i.s.m. Marjorie Paol, folder en inschrijfformulier komen binnenkort op de site.

Met warme groet,  
Harriet

*Lievita*

Harriet Marseille

Kooiland 36

2264 MP Leidschendam

070-3276697

[www.lievita.nl](http://www.lievita.nl)

Weet je meer mensen die wat aan deze nieuwsbrief zouden kunnen hebben, stuur hem dan door (en ontvang je deze nieuwsbrief niet van mij maar via bekenden, meld je dan bij [harriet@lievita.nl](mailto:harriet@lievita.nl) aan als je hem maandelijks wilt ontvangen). Je kunt je hier ook aanmelden voor de verzendlijst van mijn maandelijke artikeltjes. Wil je geen nieuwsbrief meer ontvangen, stuur me dan een mailtje zodat ik je van de verzendlijst af kan halen.