

IN DIT NUMMER

1. De Lenteworkshop
2. Het Buitengewone Seizoen
3. Drie vragen aan Liesbeth
4. Lente links, tips & weetjes
5. Voorjaars recept

HET BUITENGEWONE SEIZOEN

NIEUW LEVEN, NIEUWE ENERGIE, NIEUWE KANSEN..
JA, DAT IS DE LENTE!

Ken je dat gevoel? De buitengewone sensatie van de frisse lentegeuren, vogelgeluiden, kleur, groene knoppen en jonge scheuten, de eerste zonnestralen op je gezicht.. Levenskracht is volop zichtbaar. Alles wordt opnieuw geboren en stroomt langzaam weer vol met frisse energie.

De winter is de tijd van bezinning, rust en ontspanning. Dit geldt ook voor de natuur; alles is bedekt met een warme, beschermende en rustgevende deken.

In de lente wil alles dat zich in de winter onder de oppervlakte heeft klaargemaakt naar boven, naar buiten! Met een enorme kracht en overlevingsdrang schieten knopjes en scheuten naar boven en breken kuikentjes door hun beschermende eierschaal heen. Ondanks die sterke wil en energie is alles nog zo kwetsbaar en pril. De kans dat ze het overleven hangt af van de omstandigheden. Strenge vorst en roofdieren liggen nog altijd op de loer.



LENTE LINKS, TIPS & WEETJES

Groei kan alleen plaatsvinden vanuit verbondenheid met waar je vandaan komt. Als je vooruit wilt komen zonder gebruik te maken van je geschiedenis ben je als een snijbloem, zonder wortels.

Bij het Lente kunst festijn in Brouwerij de Pelgrim

draait het allemaal om kunst en eten! Je kunt er dan ook genoeg kunst bewonderen en kopen. Toch komen de meeste bezoekers voor de culinaire hoogstandjes op het evenement. En dat is logisch: de proeverijen van kaas, bier en wijn, zijn voortreffelijk. Het diner dat volgt is misschien nog lekkerder.. Op 1 april is het smullen bij De Pelgrim in Rotterdam.

Echte aanraders om te lezen!

Leven & werken in het ritme van de seizoenen (Jaap Voigt).
De Creatiespiraal – Marinus Knoope

LENTEWORKSHOP

Zaterdag 9 april 2011

Wat zou je doen als jij vrij was?

Ken je dat? Sinds kind of later pas, heb je die ene wens of droom. Die ene reis, dat huis, die eigen zaak opzetten, die droombaan, die belofte aan jezelf of de ander. Van die verlangens die op onverwachte momenten weer even naar de oppervlakte komen, maar die je snel weer wegstopt, soms uit angst, of onzekerheid. Het mag of het kan tóch niet! Bang om te falen, financieel niet haalbaar, bang voor het oordeel van anderen of van jezelf..

Stel, je zou je even helemaal vrij voelen. Vrij van gedachten en overtuigingen, alles kan en alles mag. Wat zou je dan doen? Wat zou je doen als je vrij was: wat is jouw 'droom', jouw verlangen? Waar gaat jouw bezieling in werkelijkheid naar uit?

Tijdens deze *buitengewone* workshop ga jij - zonder oordeel- kijken en aandacht besteden aan jouw potentiële zaden. Onderzoeken of het mag groeien en welke omstandigheden dan nodig zijn of ontdekken dat deze droom of wens een vertaling is voor iets anders.

Wederom op de *buitengewone* locatie: Kasteel Sterkenburg...

Dit alles voor de *buitengewone* prijs van € 75!

Nieuwsgierig? Meld je nu aan via

-of kijk voor meer info op -

www.buitengewooncoaching.nl



WAT EET JE IN HET VOORJAAR?

Aardappelen, andijvie, asperges, bietjes, bospeen, bosui, boterraap, brandnetels, koolrabi, kropsla, meiraap, peultjes, raapstelen, rabarber, radijs, rettich, spinazie, spitskool, tuinkers en waterkers.

Kijk voor lekkere seizoen receptengroenten op

www.voedselencyclopedie.nl/Recepten

*"Of je nu denkt dat je het kunt,
of denkt dat je het niet kunt.
Je hebt gelijk!"*

–Henry Ford

–Hesl Folk

DRIE VRAGEN AAN BUITENGEWOON COACH LIESBETH SCHIPPERS

Wat ooit begon als een zaadje...

Buitengewoon is natuurlijk voor mij hét voorbeeld van een zaadje dat is ontkiemd. En nu aan het groeien is.

Als ik kijk naar de cyclus van de seizoenen, zie ik heel duidelijk dat proces terugkomen in hoe Buitengewoon gegroeid is. Heel mooi! Maar dat geldt ook voor het feit dat ik nu op een boerderij woon. Dat was ook al mijn hele leven een droom van mij. Ik wist gewoon zeker dat dat zou gebeuren. Ik geloofde erin en zag het voor me en bleef het steeds zeggen tegen iedereen.

Dus alles wat je wenst komt uit?

Als je iets écht graag wilt, van binnenuit, dan ben ik er inmiddels van overtuigd -door mijn eigen ervaring- dat het je ook lukt. Soms lukt het in een korte periode, soms heeft iets een leven lang nodig, maar het komt naar je toe. Als de tijd daar is.

Jij alleen weet of je het ook daadwerkelijk verlangt of dat het een wens is over iets dat je *niet* meer wilt: ik wil die baan niet meer, die relatie niet meer, een ander huis etc. Bewezen is dat mensen die denken dat ze iets toch niet kunnen of krijgen, daar ook gelijk in krijgen. Andersom geldt dat dus ook!

Als je wenst wat je niet meer wilt, zal je daar waarschijnlijk lang in blijven hangen. En trouwens.. achter datgene wat je niet meer wenst, zit ook altijd een verlangen. Het is meer waard om uit te zoeken wat dat dan is en je daar op te gaan focussen. Of het te accepteren zoals het is..

Dan moet je wel lef hebben?

Nee. Je moet alleen echt in jouw wens of verlangen geloven; het voor je zien, het je kunnen verbeelden. Vervolgens ga je het uiten en dan zal je zien dat je reactie terug krijgt en dan gaat het eigenlijk gewoon vanzelf. Je moet alleen wel volharden, maar dat doe je eigenlijk vanzelf als je ergens echt in gelooft!

Buitengewoon binnenkort ook op LinkedIn & Facebook

www.buitengewooncoaching.nl, info@buitengewooncoaching.nl, 06-53602612, kvk 504363170000