

## Nieuwsbrief voor de maand juni



Spreuk van de maand:

**Het verstand waarschuwt ons wat we moeten vermijden.**

**Het hart zeg ons wat we moeten doen.**

**Joseph Joubert**

\*\*\*\*\*

*Lieve lezers, veel plezier bij het lezen van deze nieuwsbrief*

\*\*\*\*\*

Lezingen [www.verontrustemoeders.nl](http://www.verontrustemoeders.nl):

Voor een algemene avond over vaccinaties.

Vanaf baby tot ... 70+ (denk hierbij aan de griep prik e.d.).

Wij zijn begonnen met informatie over het HPV-vaccin, maar de avonden zijn nu algemeen qua inhoud.

Wij spreken ook voor diverse verenigingen, denk bijvoorbeeld aan vrouwenverenigingen.

Wij zijn op zoek naar mensen die een ruimte beschikbaar stellen, een zaaltje willen huren of een andere mogelijkheid zien om in een ruimte een groep mensen te ontvangen.

Wie een zaaltje huurt ondersteunt zo éénmalig onze drive!!! Een eigen praktijkruimte, in een café, alles kan, als wij ons verhaal maar kunnen doen.

2 juni Lievelede.

4 juni Nieuwegein.

5 juni (middag) Purmerend.

7 juni Almere.

De agenda mag verder opgevuld worden.

Afgelopen weekend te Zeewolde blijkt maar weer tijdens een paar gesprekken met diverse bezoekers dat het helemaal geen overbodige luxe is om dit te blijven uitvoeren.

Wil je ons een keertje helpen? Bezoek onze web-site en kijk bij de agenda wat de bedoeling is.... Of mail ons. Samen bereiken we meer!

Tot zover,

Hartelijke groet,

Anneke Bleeker

\*\*\*\*\*

Vanaf 2 juni start er een korte cursus van 4 avonden in juni.

## **Cursus Mindfulness**

### **Oorsprong van de mindfulness cursus**

De mindfulness cursus is eind jaren '70 in de Verenigde Staten ontwikkeld door wetenschapper, schrijver en meditatieleraar Dr. Jon Kabat-Zinn onder de naam Mindfulness Based Stress Reduction. (MBSR). Hij heeft eeuwenoude meditatietechnieken verbonden met de moderne westerse psychologie. De afgelopen decennia hebben duizenden mensen de mindfulness training gevolgd. Inmiddels is er veel wetenschappelijk onderzoek gedaan naar de mindfulness cursus.

### **Voor wie is de mindfulness cursus geschikt?**

De mindfulness cursus is geschikt voor iedereen die de kwaliteit van zijn leven wil verbeteren, en in het bijzonder voor mensen die beter willen leren omgaan met moeilijke emoties (spanning, angst), minder met gedachten bezig willen zijn (piekeren), willen leren hun lichaam en hun klachten (pijn) te accepteren/hanteren, die kampen met somberheid en terugkerende depressies, zich in een druk leven staande willen houden met minder stress, meer momenten willen vinden van genieten, rust en inkeer, bewuster ieder moment willen beleven.

### **Resultaten wetenschappelijk onderzoek mindfulness cursus**

Positieve resultaten van mindfulness beoefening zijn gevonden bij mensen met chronische pijn, angststoornissen, eetstoornissen, slaapstoornissen, stressgerelateerde somatische en psychische klachten, en depressies. Beoefenen van mindfulness heeft een positieve invloed op de hersenfuncties, hart- en longfuncties en het immuunsysteem.

### **Cursusprogramma mindfulness bij Innergiek**

De cursus is bedoeld voor iedereen die wil kennismaken met verschillende mindfulness meditaties. Het programma van de mindfulness training bestaat uit een breed scala aan oefeningen. De bodyscan, yoga, ademmeditatie, loopmeditatie en zitmeditatie. Daarnaast leer je oefeningen die gericht zijn op toepassingen in het dagelijkse leven. De oefeningen worden uitgebreid en groepsgewijs besproken. Tussen de oefeningen door is er ook uitleg over mindfulness en ruimte voor het uitwisselen van ervaringen.

**Wanneer:** Start woensdag 2 juni van 19.30 uur – 21.45 uur. 4 wekelijkse lessen **2, 9, 16 en 23 juni.**

**Waar:** Spiritueel centrum Innergiek, Koningdwarsstraat 146, 1781 LC, Den Helder

**Kosten:** € 100 voor de gehele cursus incl. cd

**Opgave:** [workshop@innergie.nl](mailto:workshop@innergie.nl) of tel. 06-42909061 of zie [www.innergie.nl](http://www.innergie.nl)

\*\*\*\*\*

Nu algemeen, zelfs via de mainstream media, bekend is gemaakt dat de druk op de Europese economie afstevent op een ongekend en onbeheersbaar niveau, ontstaan wereldwijd initiatieven die oplossingen bieden.

Namens **Otto van Nieuwenhuijze** [www.scienceoflife.nl](http://www.scienceoflife.nl), en de organisatie [www.delezing.nl](http://www.delezing.nl) willen wij jullie uitnodigen voor het bijwonen van de opening en presentatie van de 'Lotusbank' op zaterdag **5 juni in Heemstede**.

Het is een ongekende soort bank.

Daar is alles gebaseerd op eigenwaarde en respect.

Degenen die meedoen zijn eigenaar van de bank, en maken hun eigen geld.

De Lotusbank is een verkenningstocht, een ontdekkingsproject.

Verschillende sprekers vertellen over hun ervaringen met andere vormen van geld.

In Nederland is al veel ervaring met eigen/locale uitruilsystemen.

In de Lotusbank komen al die gedachten samen, om onze beleving van (w)aarde te herstellen.

Neem je vragen en gedachten mee; en nodig vrienden en bekenden uit.

De problemen die we nu zien in het instorten van de waarde van geld hebben een oplossing.

Het probleem is dat dit geld wordt gemaakt door bankiers; van privé bedrijven, de banken.

Geld is een uitruilsysteem, gebaseerd op vertrouwen en inzet van andere mensen.

Als je dat principe doorziet, kan je je eigen geld maken, en je eigen bank zijn.

De LotusBank is opgezet als oefening om dat principe te verkennen.

Het is een samenwerk-webzaait, waarin je geldige afspraken kan maken.

Deze gemeenschap staat open voor soevereinen: met verantwoordelijkheid voor eigen leven.

Wat dat is en hoe dat werkt is onderwerp van deze bijeenkomst.

Zaterdag 5 juni: van 11.00 uur tot 17/18.00 uur bij: De Lezing -Stormvogelweg 1

(v/h Havikweg 1), 2106 AR Heemstede

Parkeermogelijkheid aanwezig

Openbaar vervoer: vanaf NS station Heemstede-Aerdenhout richting Zandvoort lopen, de 1e straat rechts = Stormvogelweg 1 (2 min.)

Entree € 15,-per persoon.

Lunch zelf mee te nemen; koffie, thee, water en koek zijn aanwezig.

Graag van te voren dit melden op inschrijfformulier [www.delezing.nl/agenda](http://www.delezing.nl/agenda)

Welkom!

Hartelijke groet: Ans Reurekas

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

\*\*\*\*\*

WDRO studio presenteert: JOHAN OLDENKAMP met "HET HELE VERHAAL"

Het Hele Verhaal gaat over zaken die wij heel gewoon vinden, maar eigenlijk helemaal niet echt begrijpen, zoals leven, bewustzijn en tijd.

Natuurlijk omvat het Hele Verhaal ook de totale geschiedenis (van begin tot eind, dus ook inclusief het heden en de nabije toekomst). En uiteraard heeft het ook alles met onszelf te maken (zelfkennis, zuiverheid en gezondheid). Johan vertelt in het Hele Verhaal hoe alles precies met alles samenhangt, inclusief de zogenaamde Oerknal, God, Duivel, Annunaki, Atlantis en de Illuminati.

Hij doet dat als wetenschapper, dat wil zeggen feitelijk, logisch en waarheidsgetrouw. Hij vraagt met klem geen woord van zijn verhaal te geloven en alles daaruit zelf te verifiëren!

datum zondag 6 juni

aanvang deur open 13:00, begin lezing 13:30

locatie Kauwgomballenfabriek, Daniel Goedkoopstraat 10-28

entree toegang gratis

reserveren meer informatie stuur uw reserveringen naar [reserveren@wdro.tv](mailto:reserveren@wdro.tv)

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

\*\*\*\*\*

De nieuwsbrief "De Hoogste Tijd" is toegevoegd als bijlage. De inhoudsopgave tref je hieronder. Wil je geïnformeerd blijven, abonneer je op de nieuwsbrief [www.dehoogstetijd.info/dht](http://www.dehoogstetijd.info/dht)

#### Inhoudsopgave De Hoogste Tijd

Pag 1 Voorwoord van de voorzitter  
Pag 2 Update Juridische Procedures SAN  
Pag 3 De harde waarheid  
Pag 4 Aforismen  
Pag 5 Vitamine A, een sprookje in de Himalaya?  
Pag 6 "Waarom staat hier gras?" (reacties + vervolg)  
Pag 10 De Bilderberg-conferenties  
Pag 11 De Zelfvoorzienende Leefhectare  
Pag 12 Harde cijfers  
Pag 13 Kuddedieren  
Pag 15 Europa wil traditionele Oosterse geneeswijzen verbannen  
Pag 15 De Lotusbank  
Pag 16 Monsanto, het Zwarte Schaaap  
Pag 17 Beleid griep-pandemie ruikt verdacht  
Pag 18 Belfort-group—Citizens in action  
Pag 19 Vroeger was alles beter!  
Pag 20 Nog meer Monsanto  
Pag 21 Het onderbelichte aspect van draadloze DECT huistelefoons  
Pag 22 Kleinschalig puur... of grootschalig gemanipuleerd?  
Pag 25 Vaccin op vaccin!  
Pag 26 Smart-pill: digitale revolutie in de gezondheidszorg  
Pag 27 Citaten  
Pag 28 Colofon

\*\*\*\*\*

Open tuin bij VSM.

VSM, het bedrijf met homeopathische middelen is gevestigd in Alkmaar, heeft een prachtige kruidentuin en wil deze graag laten zien.

Het programma:

- Ontvangst met koffie of thee.
- Korte uitleg en film.
- Rondleiding door de tuin van ongeveer anderhalf uur.

Deelname is gratis. Voor meer informatie zie [www.vsm.nl](http://www.vsm.nl)

#### **De bezoekdagen en tijden 2010**

##### **Juni**

Dinsdag 1 juni 9.30 - 12.15 uur  
Donderdag 3 juni 13.30 - 16.15 uur\*  
Maandag 7 juni 13.30 - 16.15 uur\*  
Woensdag 9 juni 9.30 - 12.15 uur  
maandag 14 juni 9.30 - 12.15 uur  
Woensdag 23 juni 9.30 - 12.15 uur  
Woensdag 23 juni 13.30 - 16.15 uur\*  
Donderdag 24 juni 9.30 - 12.15 uur  
Dinsdag 29 juni 13.30 - 16.15 uur

##### **Juli**

Donderdag 1 juli 13.30 - 16.15 uur  
Maandag 5 juli 13.30 - 16.15 uur  
Donderdag 8 juli 9.30 - 12.15 uur  
Dinsdag 13 juli 9.30 - 12.15 uur  
Donderdag 15 juli 13.30 - 16.15 uur  
Maandag 19 juli 13.30 - 16.15  
Donderdag 22 juli 9.30 - 12.15 uur  
Dinsdag 27 juli 13.30 - 16.15 uur  
Vrijdag 30 juli 9.30 - 12.15 uur

## Augustus

Maandag 2 augustus 9.30 - 12.15 uur  
Donderdag 5 augustus 13.30 - 16.15 uur  
Dinsdag 10 augustus 9.30 - 12.15 uur  
Vrijdag 13 augustus 9.30 - 12.15 uur  
Maandag 16 augustus 13.30 - 16.15 uur  
Woensdag 18 augustus 13.30 - 16.15 uur  
Dinsdag 24 augustus 9.30 - 12.15 uur  
Woensdag 25 augustus 13.30 - 16.15 uur  
Maandag 30 augustus 9.30 - 12.15 uur

\* Dagen met een \* zijn helaas al vol.

## September

Donderdag 2 september 13.30 - 16.15 uur  
Dinsdag 7 september 9.30 - 12.15 uur  
Woensdag 8 september 13.30 - 16.15 uur  
Maandag 13 september 13.30 - 16.15 uur

\*\*\*\*\*



# Zondag 13 Juni Hatha/Acro Yoga & Thai-Massage



Een heerlijke Zondag met hatha- yoga, meditatie, pranayama,  
't levenskunstspel, verdieping, sharing, vegetarische lunch, stilte  
wandeling en smiddags Thaise-yoga massage.

Ieder niveau is welkom, vriend, vriendin, partner en of kind het beloofd een heerlijke dag  
te worden.



Soul Center

Achterom 19 1621KP Hoorn  
10.00-1700, deelname 50,-

Meer info check [www.ilma-massage.nl](http://www.ilma-massage.nl)



ilma-06-22050207

\*\*\*\*\*

## Verzamelde nieuwsberichten

\*\*\*\*\*

Willen jullie op tijd je stukje wat je in de nieuwsbrief geplaatst wilt zien aan ons doorgeven? Onze nieuwsbrief wordt in de eerste week van de maand verzonden en halverwege de maand verzenden we een update. Als het ons lukt willen we soms een uitzondering maken om de nieuwsbrief eerder te maken. Ga hier echter niet vanuit!

\*\*\*\*\*

### **Bewust omgaan met voeding?**

Kijk ook eens op de site: [www.leefbewust.com](http://www.leefbewust.com) en let op de lezing op vrijdagavond met Mike Donkers.

Vrijdag 18 juni is de laatste bijeenkomst voor de zomer met Mike in Nieuwegein

\*\*\*\*\*

Jonathan Hogervorst heeft een applicatie gemaakt voor de iPhone met het boekje "WAT ZIT ER IN UW ETEN"?

<http://www.bouillonmagazine.nl/iphone-app/>

\*\*\*\*\*

### **Asperge tegen kanker.**

De Asperge is een uitermate gezonde groente, dát is geen geheim. Je kunt de Asperge bijna een kruid noemen, zóveel mensvriendelijke eigenschappen heeft deze plant. En als het niet zo lekker was dat hij als groente werd gegeten...

Het onderstaande artikel is gebaseerd op een Engels artikel over deze krachtige werking van asperges. De bijzondere krachtige eigenschappen van deze groente, staan hieronder in het artikel. Maar wist je dat van de 12 meest opgediende bruidsmaaltijden in China, asperges te vinden zijn in 10 ervan..?

Uit de hele lijst met indrukwekkende eigenschappen, is in het onderstaande artikel, de kankerwerende werking die óók aan asperges wordt toegeschreven de voorgrond gehaald.



De verantwoordelijke stof die aan deze eigenschap ten grondslag zou liggen, is het met name het enzym 'Glutathione' een uiterst krachtige anti-oxidant, die voor het immuunsysteem van de mens van wezenlijke ondersteuning is.

Natuurlijk zou het zo zijn, dat wanneer asperges een bewezen anti-kankermiddel zou zijn, het door iedere patient 2x daags genuttigd zou worden. Iets kan alleen 'bewezen' zijn als het onderzocht is natuurlijk!

Er is dus aan de andere kant ook de mogelijkheid, dat een eenvoudige groente als asperge nooit GOED IS ONDERZOCHT op deze uitermate belangrijke eigenschap. Wij vinden het in ieder geval belangrijk hier de plaatsing van het artikel NIET tegen te houden...! Baat het niet, dan schaadt het niet natuurlijk.

Waarom is deze belangrijke aanwijzing nog niet onderzocht? Begint wetenschap immers niet bij 'nieuwsgierigheid', het uitvinden van 'waarom', bij juist die zaken die een sterk vermoeden doen rijzen? Voorlopig staat dit artikel daarom hier op de site.

\* \* \*

Asperge tegen kanker  
(verscheen ook in Frontier magazine sept/okt 2009)

*Auteur: Simon Holmes Vertaling: Roger Oomkens*

XX

*'Mijn moeder heeft 4 maanden lang asperges uit een pot gegeten, die zij pureerde en waarvan ze 4 eetlepels 's ochtends en 's avonds nam. Zij is aan de chemokuur voor longkanker in het derde stadium, met pleurale aandoening en haar kankercel telling zakte deze week van 386 naar 125. Haar oncoloog vertelde haar, dat zij pas na drie maanden weer voor controle moest terugkomen'.*

Een paar jaar geleden kwam ik een man tegen, op zoek naar asperges voor een vriend, die aan kanker leed. Hij gaf mij fotokopie van een artikel met de titel: "Asperge tegen Kanker"; gepubliceerd in het Cancer News Journal, datum onbekend. Ik wil deze info met jou delen, zoals het ook mij is aangereikt : ik ben biochemicus van beroep en heb mij al meer dan 50 jaar gespecialiseerd in dieetvormen m.b.t. de gezondheid.

Een paar jaar geleden las ik over de ontdekking van dr. Richard R. Vensal (link [HIER](#)) in relatie tot het gegeven dat de asperge in staat zou zijn kanker te genezen. Vanaf die tijd heb ik met hem aan dit project gewerkt. Wij hebben hierover een aantal bijzondere kankergevallen verzameld.

Een paar voorbeelden .

- Geval nummer 1: Een man met een vrijwel hopeloos geval van de ziekte van Hodgkin (lymfklierkanker), die qua gezondheid volledig uitgeschakeld was. Een jaar nadat hij begonnen was met de aspergetherapie, bleken zijn artsen niet meer in staat enige vorm van kanker vast te stellen en was hij inmiddels weer bezig met een schema van zware lichaams oefeningen.

· Geval nummer 2: Een succesvolle zakenman van 68, die al sinds 16 jaar leed aan blaaskanker. Na jaren van medische behandeling, inclusief bestraling zonder resultaat, begon hij aan de aspergetherapie. Binnen drie maanden (!) gaven onderzoeken aan, dat zijn blaastumor verdwenen was en dat zijn nieren weer normaal functioneerden.

· Geval nummer 3: Een man met longkanker. Op 5 maart kwam hij op de operatietafel terecht, waar de chirurgen constateerden dat zijn longkanker zover uitgezaaid was, dat hij niet geopereerd kon worden. De chirurg maakte de operatiewond dicht en verklaarde dat dit een hopeloos geval was. Op 5 april kwam de patiënt in aanraking met de aspergetherapie en begon deze onmiddellijk toe te passen. Ergens in augustus vertoonden röntgenfoto's, dat ieder symptoom van kanker was verdwenen! Hij is nu weer volop aan het werk.

· Geval nummer 4: Een vrouw, die al jaren leed aan huidkanker. Uiteindelijk ontwikkelden zich verschillende soorten huidkanker, die door een oncoloog als een ernstige vorm werden aangeduid. Drie maanden nadat zij aan de asperges begonnen was, vertelde haar huidspecialist dat haar huid er gezond uitzag en alle huidbeschadigingen verdwenen waren. Deze vrouw rapporteerde dat de aspergetherapie tevens haar nierziekte had genezen, dat zich in 1949 had geopenbaard.

Zij had al 10 operaties voor nierstenen achter de rug en ontving een uitkering van de overheid i.v.m. haar niet te opereren, terminale nierziekte. Zij schreef haar totale genezing van haar nieren toe aan de aspergetherapie.

Ik was niet verbaasd door deze resultaten, aangezien 'De Elementen van de Materia Medica', in 1854 samengesteld door een professor aan de universiteit van Pennsylvania, aangaf, dat asperges als een gewilde therapie werd toegepast tegen nierstenen. Hij refereerde zelfs aan experimenten in 1739, betreffende de krachtige genezende werking van asperges bij het oplossen van nierstenen.

Wij hebben nog andere medische gevallen ter voorbeeld, maar het medische establishment heeft dwars gezeten bij het verkrijgen van bepaalde rapporten. Ik doe hierbij een beroep op eventuele lezers om dit goede nieuws te verspreiden en ons te assisteren om een groot aantal gevallen te verzamelen, die in staat zullen zijn de septische, medische wereld te overtuigen van deze ongelooflijk eenvoudige en natuurlijke geneeswijze.

Hoe te gebruiken?

Voor de beste resultaten dienen de asperges gekookt te worden en daarom voldoen asperges in blik of glas even goed als vers gekookt. Ik heb met twee belangrijke Amerikaanse producenten van asperges in blik gecorrespondeerd, Giant en Stokely, en ik ben gerust gesteld dat deze merken geen pesticiden of conserveermiddelen bevatten. Stop de asperges in een blender om ze te pureren en bewaar het vervolgens in de koelkast.

Geef de patiënt 4 volle eetlepels per dag, 2 eetlepels 's ochtends en 's avonds. Patiënten vertonen meestal binnen 2-4 weken een verbetering van hun conditie. Het kan met water worden verdund en als een koude of hete drank worden genuttigd. De aanbevolen dosering is gebaseerd op de huidige resultaten, maar een grotere dosering kan zeker geen kwaad en kan zelfs noodzakelijk zijn in sommige gevallen.



Asperges die met een enorme vitaliteit de grond uitkomen, geladen met uiterst menslievende stoffen.

Als biochemicus heb ik een uitgebreide studie van alle kankeraspecten gedaan en van allerlei naar voren gebrachte therapieën.

Met als resultaat, dat ik het aspergeverhaal het meest vind overeenkomen met de laatste theorieën omtrent kankerbestrijding.

Asperge bevat namelijk een flinke hoeveelheid eiwit-histonen, die verbonden zijn met de regulering van de celgroei.

Om die reden, geloof ik dat asperge een substantie bevat, dat ik een 'celgroei-regulator' noem. Deze functie zou verantwoordelijk zijn voor de uitwerking op kanker en dient tevens als een algemene lichaamstonicum.

In ieder geval is asperge, los van theorieën daarover, een volstrekt onschuldig middel. De Food and Drug Administration (FDA) in Amerika kan de toepassing ervan niet verbieden en het kan gewoon een uitstekend middel voor de gezondheid zijn.

De US National Cancer Institute heeft aangegeven, dat asperge de hoogste hoeveelheid glutationen van alle voedingsmiddelen bevat, welke als een van de meest effectieve lichaamsstoffen wordt beschouwd i.v.m. anti-carcinogene- en antioxydant werkingen!

Verspreid dit belangrijke nieuws! Als blijk van onbaatzuchtigheid kan men iedere vorm van ontvangen behulpzaamheid aan anderen doorgeven. ...

De geneeskrachtige werking van Asperges:

- Heeft een sterk waterafdrijvende werking.
- Werkt ontzurend · Stimuleert de nierwerking.
- Versterkt de ogen en goed tegen nachtblindheid.
- Versterkt de slijmvliezen.
- Heeft een gunstige invloed op het stressmechanisme.
- Goed tegen concentratieproblemen.
- Activeert de stofwisseling van eiwit, vet en koolhydraten.
- Verhoogt de kwaliteit van de huid, het haar en het bindweefsel.
- Goed bij slaapproblemen · Werkt celverjongend.
- Stimuleert de bloedvorming en zuurstofverzorging.
- Versterkt de immuniteit en heeft een antiseptische werking.
- Goed tegen darmverstopping en trage darmwerking.

Door zijn sterk onzurende en waterafdrijvende werking helpt asperge bij zwaarlijvigheid, oedeemvorming, hartproblemen, blaas- en nierklachten. Als u asperges eet, geniet dan niet alleen van deze prachtige groente maar besef ook zijn opvallende genezende werking.

Bronnen:

o.a. [www.wanttoknow.nl/overige/asperge-tegen-kanker](http://www.wanttoknow.nl/overige/asperge-tegen-kanker)

informatie over Glutathione: [Klik hier](#)

blog over asperges en kanker: [Klik hier](#)

Tags: [Gezondheid](#), [Inspiratie](#)

\*\*\*\*\*

*Niet mijn wil, maar Uw wil geschiede*

Ho'oponopono is een sjamanistische methode uit Hawaï die ervoor zorgt dat ons ego op één lijn komt met ons Ware Zelf.

Je spreekt het uit als Ho o pono pono.

Velen van ons zijn gevangen van ons onderbewustzijn. Het zijn de programma's van het onderbewuste die het merendeel van ons handelen en onze gedachten beïnvloeden. En die er de oorzaak van zijn dat we de (niet altijd gewenste) werkelijkheid ervaren zoals die is.

De oplossing? Vrijkomen van de ketenen van het onderbewuste. Door een paar simpele zinnestjes te zeggen maak je contact met het bovenbewuste en worden de programma's die het onderbewuste domineren definitief weggebrand. Deze zinnestjes zijn.

Ik hou van je (I love you)

Bedankt (Thank you)

Het spijt me (I am sorry)

Vergeef me alsjeblieft (Please forgive me)

Zeg deze zinnestjes altijd en vooral als er zich problemen voordoen. Je zult zien dat op het moment dat je zegt ik hou van je tegen jezelf of het universum dat angst en ergernis verdwijnen. Pure liefde en harmonie komen er voor in de plaats. Als je Ho'oponopono beoefent voel je je meteen beter. Het is alsof je een andere wereld binnengaat.

De vier zinnestjes zijn sleutels die ervoor zorgen dat de energie van het bovenbewuste kan binnenstromen in het bewustzijn. Vervolgens ruimt die energie allerlei oude programma's die zich in het onderbewuste bevinden op. Dat zijn programma's die te maken hebben met bijv. angst, zelfbeklag, pijn, teleurstelling, opgelegde normen enz. Het gaat dus niet om affirmaties, maar om sleutels die de energie van het onderbewuste vrijmaken en je helpen om schoon te worden van oude programma's.

Beoefenaren van Ho'oponopono hebben het over cleanen, schoonmaken, vrijworden van oude pijn.

*Je zegt niet vergeef me als je blijft tegen het universum, omdat het universum het nodig heeft om het van jou te horen.*

*Je zegt het omdat jij het nodig hebt om het te horen.*

*Dr. Hew Len*

Je bent totaal verantwoordelijk voor je wereld

Ho'oponopono gaat er vanuit dat de wereld om ons heen een uitdrukking is van onszelf.

Géén uitzonderingen!

Er kan alleen iets in je wereld bestaan als je zelf een vergelijkbare vibratie in je energieveld bezit. Zie je op het journaal iemand die een ander pijn doet? Dan is er een vergelijkbare vibratie in je energieveld. Anders zou iets dergelijks niet in je leven kunnen voorkomen. Je zou dan onmogelijk een dergelijk signaal kunnen opvangen.

Zie het als een radio. Daarmee kun je sommige dingen ontvangen en anderen niet. Datgene wat je kunt ontvangen is alleen mogelijk omdat de radio zo gemaakt is dat hij die frequenties kan laten binnenkomen. Jij bent te vergelijken met een radio die alle frequenties waarmee jij in vibratie hebt kunt ontvangen: de goede, de slechte, de mooie, de lelijke.

*Het is niet je schuld, maar het is je verantwoordelijkheid*

*Joe Vitale*

\*\*\*\*\*

## **Nog even als herhaling, dit is te belangrijk! Vaccinatieschade terugdringen, en wat kun jezelf doen?**

### **Over ontgiften en ontstoren**

Steeds meer mensen worden zich bewust van de schadelijke gevolgen van vaccinaties. Mensen informeren zich zelf en komen er achter dat vaccins schadelijke ingrediënten bevatten. Dit was ook het geval met de vaccins tegen de Mexicaanse griep. Vaccins bevatten schadelijke toevoegingen zoals: formaldehyde (een kankerver-wekkende stof), squaleen (veroorzaker van het Golfoorlogsyndroom), aluminium (dat je hersenen aantast), polysorbaat-80 (dat onvruchtbaarheid kan veroorzaken) en niet in de laatste plaats thiomersal: een giftige kwikverbinding dat voor neurologische en toxische schade zorgt en het immuunsysteem aantast.

Deze vaccins met ongewenste toevoegingen doen de lichamelijke, geestelijke en emotionele gezondheid ernstig geweld aan.

Voor velen was dit een reden zich beslist niet te laten inenten tegen de Mexicaanse griep.

Sommige mensen die dit later lezen, kunnen spijt krijgen van de vaccinatie.

Voor hen, maar ook voor hen die zich willen ontgiften van eerdere vaccinaties, kan dit artikel een aanreiking zijn om de verantwoordelijkheid voor het verbeteren van de gezondheid weer in eigen hand te nemen. Dat kan wanneer mensen zich bewust worden van de mogelijkheden die hier onder andere liggen om het eigen lichaam te ontgiften en/of te ontstoren.

## Ontgiften

Een gezond lichaam heeft een herstellend vermogen. Door belasting van het lichaam met giftige en schadelijke stoffen (die onder andere in de voeding kunnen voorkomen, in de verontreinigde lucht zitten, maar ook aan vaccins toegevoegd worden) kan er in het lichaam een verstoring optreden en zo het natuurlijke evenwicht uit balans komen.

Hierdoor raakt het zelfherstellend vermogen min of meer geblokkeerd en wordt het lichaam dus ziek. Door te ontgiften stimuleren we het lichaam de opgehoopte afvalstoffen alsnog zo goed mogelijk uit te scheiden.

## Ontgiften in 7 stappen

Op de site van menssana worden zeven stappen beschreven om het lichaam te ontgiften. Deze zijn heel eenvoudig en meteen toe te passen:

1. eet gezond en biologisch voedsel,
2. drink zuiver water,
3. gebruik voedingssupplementen zoals multivitaminepreparaten en nuttig anti-oxydanten (waaronder vitamine C, welke beschermt tegen zware metalen),
4. gebruik drainagemiddelen (Salidago, Chelidonium, Saccharum),
5. volg een ontslakkingskuur,
6. neem een sauna en zweet afvalstoffen uit en
7. drink leemwater.

**Groene leem** heeft namelijk een krachtige ontgiftende werking: het zuigt gifstoffen waaronder kwik en lood uit je lichaam. Je kunt de keuze laten vallen op een Vertargil leemkuur of bijvoorbeeld op het bij de drogist verkrijgbare Depuralina.

**Depuralina** verwijdert opgehoopte afvalstoffen uit het lichaam.

Om de darmen en de lever te ondersteunen in het proces van ontgiften, biedt Depuralina een geschikte oplossing. Het bevat enkel plantaardige componenten die helpen bij de ontgiftiging van het lichaam.

Aan **berkensap** worden eveneens ontgiftende eigenschappen toegekend. Zijn zuiverende werking is toe te schrijven aan zijn gunstige invloed op blaas en nieren. Als je iedere dag een glaasje berkensap of berkenbladthee drinkt, stimuleer je de nierwerking en verhoog je de uitscheiding van gifstoffen.

## Ontgiftende mineralen

In het januarinumnummer van Spiegelbeeld werd in het artikel "Alternatief voor vaccinaties" al over zink en selenium geschreven dat het een gunstige bijdrage levert aan het bevorderen van de weerstand. Zink en selenium blijken bovendien een ontgiftende werking te hebben.

**Zink** beschermt heel goed tegen de giftige werking van vaccins en biedt een bescherming tegen vergiftiging met zware metalen zoals kwik en aluminium.

**Selenium** heeft niet alleen een weerstandverhogende en anti-oxydante werking, maar is volgens dr. Blaylock heel belangrijk bij het bestrijden van infecties veroorzaakt door virussen. Selenium is in het kader van de vaccinatie tegen de Mexicaanse griep extra belangrijk, omdat het helpt bij de afvoer van giftige metalen uit het lichaam.

Ditzelfde geldt voor Tribomechanisch geactiveerde **Zeoliet**. Tribomechanisch geactiveerde Zeoliet (TMAZ) wordt als supermineraal beschouwd en ontstaat als lava in contact komt met water. TMAZ heeft opmerkelijk positieve eigenschappen.

Enkele gunstige effecten van TMAZ zijn: ontgiftiging van onder andere zware metalen, vrije radi-calen, pesticiden en bovendien een ontstekingsremmende werking zelfs tegen virussen.

Het product **Skalaris Detox Basic** ondersteunt het zelfherstellende vermogen van het lichaam. Skalaris Ultra Detox is een zeven maal tribomechanisch geactiveerde vorm van Zeoliet en heeft een nog intensievere werking omdat de deeltjes ook vele malen kleiner zijn.

## **Chlorella en DMSA**

Zo is van chlorofyl (het groene pigment in planten) in Chlorella, een alg, aangetoond dat het zware metalen en pesticiden kan binden, waardoor de afvoer van deze stoffen uit het lichaam wordt bevorderd. Chlorella kan worden ingezet ter ondersteuning van het ontgiften van onder andere zware metalen. Niet alleen bindt en verwijdert de chlorofyl van deze alg cadmium, lood en kwik, maar tevens bevat hij glutathion, een essentieel enzym bij de ontgiftiging van de lever. Ook de alg Spirulina kan helpen zware metalen te verwijderen.

Een veilige en doeltreffende manier om kwik, lood, arsenicum en cadmium uit het lichaam te verwijderen is onder andere door gebruik van DMSA: DiMercaptoSuccinic Acid.

DMSA is een specifieke zwavelhoudende verbinding die zich hecht aan metaalelementen en die sinds 1950 wordt gebruikt als tegengif voor kwik. DMSA is een natuurlijk, niet giftig product, dat uitstekend oplosbaar is en daarmee makkelijk oraal in te nemen is.

De werking en de veiligheid van dit product is in recente klinische studies aangetoond.

DMSA heeft de bijzondere eigenschap zich niet alleen te binden aan kwik in het bloed, de lever en de nieren; de stof overschrijdt ook de bloed-hersenbarrière en elimineert eventuele gifvoorraden uit de hersenen.

## **Geactiveerde houtskoolpoeder**

Houtskoolpoeder heeft een ongekend ontgiftingsvermogen. Houtskoolpoeder is gemaakt van zachte houtsoorten zoals populier, spar, den, linde enzovoort. Het is een algemeen bekend middel om kortstondige maag- en darmproblemen te verhelpen. Het werkkerrein van houtskoolpoeder is echter veel uitgebreider. Het is een bijna universeel te noemen medium om tal van andere problemen, die te maken hebben met de ophoping van ongewenste lichaamsvreemde stoffen, uit het lichaam te krijgen.

Houtskoolpoeder kan de volgende stoffen aan zich binden en op een comfortabele manier via de ontlasting het lichaam verlaten: zware metalen, kwik, lood, landbouwvergiften, kleur-, smaak- en conserveermiddelen, oplosmiddelen, medicijnen, hormonen, radioactiviteit, salmonella, stafylokokken, wespen- en bijensteek en bij vergiftigingen.

De via de verontreinigde lucht ingeademde schadelijke stoffen kunnen eveneens met houtskoolpoeder uit het lichaam verwijderd worden. Aldus is het mogelijk dat bepaalde allergieën, veroorzaakt door opname en opslag van schadelijke stoffen, opgeheven worden. Houtskoolpoeder reinigt bloed en lymfestelsel. Het reguleert de darmfunctie. Eveneens te gebruiken bij een verslavingsontwenningsskuur, omdat het die stoffen uit het lichaam haalt die de motor zijn van een verslaving.

Een algemene ontgiftingskuur van drie weken doet men zo: los één eetlepel houtskoolpoeder op in een glas water, roeren en op drinken.

Doe dit drie keer daags. Hierbij moet nadrukkelijk vermeld worden dat in geen geval houtskoolpoeder je ontslaat van de verplichting medische hulp in te roepen bij levensbedreigende situaties. Houtskoolpoeder niet gebruiken bij verplicht medicijngebruik en bij de anticonceptiepil: die zouden hun werkzaamheid tot nul reduceren. Bij eventueel toekomstig verplichte vaccinatie werkt houtskoolpoeder als grieprikbestrijder. Voor en na de vaccinatie houtskoolpoeder innemen gecombineerd met een kompres van houtskoolpoeder of een kleikompres (van groene leem bijvoorbeeld) op de huid waar geïnjecteerd is en dat om de twee uur verversen.

## **Bioresonantie**

Bioresonantie is een geneesmethode die toegepast wordt bij uiteenlopende klachten zoals hooikoorts, eczeem, onbegrepen pijnen, astma, klachten na vaccinatie en bij het ontgiften van het lichaam. Het is niet alleen werkzaam gebleken bij vele allergievormen, ook kunnen verstoringen door littekenweefsel, vaccinaties en verontreinigingen van het bindweefsel hiermee opgeheven worden. Resonantie heeft met trillingen te maken en treedt op wanneer een voorwerp gaat meetrillen met een ander voorwerp. De bioresonantie maakt gebruik van deze wetenschap: dat alles wat bestaat energie en trilling kent. Dit geldt eveneens voor ons lichaam en organen.

Veel ziekteprocessen, veroorzaakt door gifstoffen in het lichaam, beginnen met verkeerde disharmonische trillingen die vervolgens chemische processen (kunnen) ontregelen. Het bioresonantie-apparaat, de BICOM, registreert via elektrodes de reactie en de trillingen van het lichaam en kan daarop anticiperen door de disharmonische trilling uit te filteren en geïnverteerd (de trilling in omgekeerde vorm) terug te geven aan het lichaam. Hierdoor doven de disharmonische trillingen uit. Op deze manier kunnen klachten afnemen en de gezondheid verbeterd worden. Bioresonantie wordt ook toegepast om alle metalen uit amalgaamvullingen in het gebit te ontgiften, of om restanten van bestrijdingsmiddelen, vaccins of oude infecties uit het lichaam te verwijderen.

De schade ten gevolge van vaccinaties blijkt veel groter dan de meeste mensen vermoeden. Het gaat dan niet alleen om de nadelige effecten die binnen drie dagen na vaccinatie ontstaan, (de termijn die de meeste gezondheidszorginstanties hanteren) maar juist eerder om de klachten die pas na weken of zelfs na enkele maanden na vaccinatie zich manifesteren. Voor deze groep van klachten die na vaccinatie ontstaan, bestaat de diagnose Post-Vaccinaal Syndroom (PVS). Bij die (ernstige) klachten is het belangrijk om deze niet te maskeren door symptoomonderdrukkende medicijnen (paracetamol bij koorts, hormoonzalven bij eczeem, inhalators bij benauwdheid, antibiotica bij ontstekingen etcetera), maar om de verstoring door de vaccins aan te pakken.

In de homeopathie wordt gewerkt met gevoelige instrumenten en uitstekende methoden om uitsluitel te geven of klachten die na een vaccinatie ontstaan zijn daadwerkelijk door het vaccin veroorzaakt worden of dat er een heel andere oorzaak in het spel is. Zo blijken veel klachten of problemen te (kunnen) verdwijnen als vaccins ontstoord worden.

Wereldwijd passen veel homeopaten isotherapie toe om nadelige effecten van vaccins weer ongedaan te maken door gebruik te maken van homeopathisch verdunde en gepotentieerde vaccins.

De gepotentieerde vaccins die gebruikt worden hebben 4 verschillende potenties die in een vaste volgorde toegepast worden: eerst de 30K, dan de 200K, de MK (1000K) en tot slot de XMK (10.000K). Deze methode geeft fantastische resultaten. Door toediening van dit verdunde vaccin in de vorm van kleine korreltjes kan de vitaliteit weer hersteld worden.

Het middel biedt een tegenkracht die precies overeenkomt met de oorspronkelijke versturende kracht van het vaccin. Op deze manier kan het vaccin ontstoord worden. Dit ontstoren kan kort na de vaccinatie plaatsvinden, maar óók nog als de vaccinatie al lang(er) geleden gegeven is! En hierin schuilt de kracht van de homeopathie: het behandelt niet zo zeer de klacht op zich, maar de oorzaak van het probleem.

Een homeopathisch geneesmiddel behandelt de diepere energetische verstoring in het lichaam.

Binnen de homeopathische praktijk kan naast de genoemde ontstoring een heel specifieke gerichte ontgiftiging toegepast worden. Door het homeopathische middel Mercurius in gepotentieerde vorm toe te dienen, wordt het lichaam gestimuleerd het schadelijke kwik uit te scheiden. Een reputatie op het gebied van de vaccinatieproblematiek is de homeopathisch specialist Tinus Smits.

Tinus Smits heeft zich al jaren geleden toegelegd op de vaccinatieschade in het bijzonder op autisme en het autistisch spectrum (PPD-NOS, syndroom van Asperger).

Dit heeft geleid tot een speciale methode die hij de **CEASE-therapie** heeft genoemd. CEASE staat voor: Com-plete Eradiction of Autistic Spectrum Expression; een zeer effectieve methode om autistische kinderen te behandelen.

Stap voor stap worden alle oorzakelijke factoren (vaccins, reguliere medicatie, intoxicaties en ziektes) ontstoort met de homeopathisch verdunde en gepotentieerde stoffen die het autisme veroorzaakt hebben.

Tot slot

Dit artikel hangt in nauw verband samen met het artikel in het januarinummer van Spiegelbeeld met de titel:

"Alternatief voor vaccinaties—zelf actief werken aan je weerstand." Immers als we zelf de verantwoordelijkheid nemen om onze eigen gezondheid te verbeteren, dan is het niet alleen belangrijk om gezondheidbevorderende factoren c.q. weerstandsverhogende factoren aan ons lichaam toe te voegen, maar is het eveneens van belang om tegelijkertijd de gezondheidsondermijnende factoren uit ons lichaam te verwijderen.

Op die manier breng je je lichaam weer lichamelijk, geestelijk en emotioneel in balans. En dat kan door het lichaam te ontstoren en of te ontgiften.

Ontgiften kan op verschillende manieren. Het is verstandig om je goed te verdiepen in een bepaalde methode van ontgiften of om dit te doen onder behandeling of begeleiding van een deskundige, juist omdat er vaak bij verschillende vormen van ontgiften beginreacties kunnen optreden. Gezondheid!

Met dank aan Philip Forrer.

Auteur: Nico Appelman

Met dank aan de Nieuwsbrief van "De Hoogste Tijd"

Je kunt je gratis aanmelden voor meer boeiende onderwerpen [www.dehoogstetijd.info](http://www.dehoogstetijd.info)

Het is de hoogste tijd dat we elkaar informeren over wat er allemaal gaande is in deze tijd van veranderingen en snelle acties van de overheid om onze vrijheden te beperken.

**"De Hoogste Tijd"** is een maandelijkse nieuwsbrief met onderwerpen die worden aangedragen door burgers en burgerinitiatieven over kwesties die u in de reguliere media meestal niet zult lezen en horen.

\*\*\*\*\*

Als bijlage zijn toegevoegd:

- De nieuwsbrief "De Hoogste Tijd". Wil je geïnformeerd blijven, abonneer je op de nieuwsbrief [dehoogstetijd.info/dht](http://dehoogstetijd.info/dht)
- Inzicht over vaccinatie, door Anneke Bleeker van [www.verontrustemoeders.nl](http://www.verontrustemoeders.nl)
- Informatie over een muzikale verdiepende reis

\*\*\*\*\*

**Niets heeft een betekenis behalve hetgeen je er zelf aan geeft**

\*\*\*\*\*