



BEURS VOOR BEWUSTWORDING SPIRITUALITEIT & GEZONDHEID

Nieuwskrant voor de maand mei 2012

Spreuk van de maand:

If you're looking for a happy ending and can't find one... find a new beginning instead.

Eigen gedachte

En:

Het begrijpen van jouw eigen denken, is ook vaak het einde van al jouw smart.

Krishnamurti

Lieve lezers, veel plezier bij het lezen van deze nieuwskrant

Er is veel informatie over bewust worden. Om jou als beginner niet te overladen maar ook voor jou als lezer, meer op de hoogte van allerlei theorieën, willen we beide van informatie kunnen voorzien. [Dit deel wat je apart kunt aanklikken](#) is een extra deel in de nieuwskrant en kun je op **eigen verantwoording** lezen. Wij geven informatie door en het is aan jou om hier je eigen gedachte over te laten gaan en je **eigen keuze** te maken.

Haal uit de nieuwskrant wat goed is en past bij jou.

In deze nieuwskrant kun je de volgende artikelen lezen:

Verzamelde nieuwsberichten:

[een link](#) - *Waarom zou je je bezighouden met bewustworden en Hoe begin je?*

Op zoek naar en in mijzelf

[een link](#) - *Uit balans, je tijdelijke raadgever*

[een link](#) - *Gelezen op Earth Matters: **Dementie-tsunami op komst!***

[een link](#) - *Hoe betrouwbaar is bio-kleding??*

Voeding Sup-lement:

[een link](#) - *Wanneer eet jij fruit??*

[een link](#) - *BIOLOGISCHE RECEPTEN aangevuld met onkruiden*

En verder:

[een link](#) - *Wat zegt de Tzolkin over 28 april t/m 10 mei, 11 t/m 23 mei*

[een link](#) - *Interessante websites, collega nieuwsbrieven en weetjes en mooie extraatjes;*

[een link](#) - *"Het mooiste wat je kunt worden is jezelf" door Marian Palsgraaf*

Wil je met je **activiteit** in de nieuwskrant, geef dit dan *duidelijk* aan in je mail. Omschrijf de activiteit, meld de **datum plaats** en **bijdragen**. Zorg dat de tekst goed samengevat wordt aangeleverd zodat deze **één op één** kan worden overgenomen in de nieuwskrant.

**Op 6 mei start de eerste workshop over kruiden,
met heks en natuurmens Ellen Spee**

Wat houdt het in?

-Wat zit er in kruiden?

-Wat kan ik er mee doen?

-Het maken van cremes olie etc.

- Inclusief documentatie van recepten en beschrijvingen van kruiden die behandeld worden tijdens de workshop.

De workshop duurt van 10.00 tot 16.00 uur, een jaar lang iedere maand één zondag. In de ochtend wordt het theorie gedeelte behandeld, in de middag brengen we deze in praktijk. Kosten 50 euro, lunch en ingrediënten zijn inbegrepen.

Voor verdere inlichtingen: elanspee@hotmail.com of 0627066223

Ellen Spee

Dagdromen in Slot Schagen

Op zondag 6 mei zal Truus van Wel haar dromen met u delen in de Ridderzaal van het Slot in Schagen.

Bijgestaan door een paar zussen en vriendinnen zal zij u in anderhalf uur meenemen in haar wereld van gedichten, zang, muziek en schilderijen.

In deze voorstellingen lopen wij dromend langs de zee, maken een uitstapje naar Wieringen en wandelen in de bergen.

Truus zingt bij haar instrumenten de tanpura en srutibox en wordt begeleid door zus Tine op de djembe. Greetje van Roon begeleidt haar met Spaanse liederen op de gitaar.

Als u de schilderijen van Truus wat beter wilt bekijken dan kan dat tussen 13 uur tot 15 uur. De onderwerpen van deze schilderijen zijn vaak vrouwen of engelen.

Wanneer: zondag 6 mei

Hoe laat: de voorstelling begint 's morgens om 11 uur, de herhaling is 'smiddags om 15 uur.

Entree: Een vrije bijdrage in de onkosten.

Info 0223 532882

Truus @opwellingen.nl

7 en 14 mei ma. Tarotcursus € 90 incl. kaarten en syllabus

Tijd: 19.00 tot 22.00 uur

De Tarotkaarten zijn een prachtig hulpmiddel om beter in contact te komen met je intuïtie. De workshop is geschikt voor iedereen die zich wil verdiepen in de Tarot en hier mee wil leren werken. Voorkennis of helderziendheid is daarvoor niet nodig, we hebben immers allemaal een intuïtie. Er wordt gewerkt met de Rider-Waitetarot. In de workshop wordt uitleg gegeven over de betekenis van de kaarten en komen verschillende legsystemen aan de orde. Je leert de kaarten intuïtief duiden voor jezelf of voor een ander.

19 mei zat. Workshop Werken met Karma € 40 incl. syllabus

Tijd: 13.00 tot 17.00 uur

Het woord 'karma' komt uit het Sanskriet en betekent letterlijk: 'doen' of 'handeling'. In de praktijk betekent het gewoon dat iemands karma zijn of haar eigen handelen is en de gevolgen die daaruit voortvloeien. Karma zorgt niet alleen voor rampspoed, maar zorgt er ook voor dat je op een bepaald moment de vruchten kunt plukken van goede daden in het verleden.

We hebben veel meer invloed op karma dan we geneigd zijn te denken. Je kunt het idee van karma heel praktisch in je leven toepassen door je af te vragen wat je ervaringen je te leren hebben. In plaats van je zorgen te maken om eventueel slecht karma dat op je pad zal komen, kun je nu ophouden met negatief karma te veroorzaken. Je kunt nadenken over de gevolgen van wat je doet en bewuster gaan leven.

Voor aanmelding/info: workshop@innergie.nl of 06-42909061 www.innergie.nl

Zelf parfum maken (met etherische olie)

Wanneer: Woensdag 9 mei 2012 19.30-21.30 uur

Locatie: Elements Cosmetics in Waarland

Info: www.elementsaromatherapy.nl

Klankhealing!

Een extra klankhealing avond in het kerkje in Slootdorp, mijn favoriete locatie. Maximaal 15 deelnemers met 4 tot 6 (klank)healers! Het team breidt namelijk gestaag uit! Wil jij ook genieten van de klankschalen, didgeridoo, trom, fluit, etc.? Daarbij helende handen, kristallen en een prachtige akoestiek? Stuur mij dan een berichtje terug. Vermeld met hoeveel personen je wilt komen.

Wanneer: donderdagavond 24 mei

Bijdrage: 25 euro per deelnemer per avond

Tijd: 20:00 tot 22:00 uur

Locatie: Slootdorp, Cultureel Centrum, Brink 55

Liefdevolle groet,
Danielle

Praktijk Danielle Forrer, liefdevol energiewerk
Neptunusstraat 77, 1771 BT WIERINGERWERF
06 29 26 04 00
d.forrer@quicknet.nl
www.danielleforrer.nl
Kvk: 52309088

Workshop pendelen

Deze workshop is bedoeld voor diegenen die op zoek zijn naar een simpele methode om zelf te weten te komen wat je kunt doen als je onverklaarbaar moe bent, pijn hebt, niet lekker in je vel zit of anderszins uit balans bent.

Wat deze workshop je brengt:

- vier avonden voor en met jezelf
- heel veel heling die jij jezelf leert geven
- een methode om jezelf te ondersteunen in je ontwikkeling
- in het NU te leven

In deze eendaagse workshop leer je:

- Met de pendel omgaan
- Gerichte vragen te stellen en uit te testen;
- De uitgeteste blokkades op te lossen of te helen;
- Hoe je jezelf kunt geven wat je nodig hebt;
- Contact te maken met je eigen genezende vermogen;
- Om te gaan met de vrijgekomen energie;

Wat neem je mee naar huis:

Een uniek protocol en veel kennis om thuis mee te werken.

Heb je zelf al een pendel, neem die dan mee naar de workshop. Natuurlijk mag je ook de andere aanwezige pendels proberen. Het aantal deelnemers is beperkt, zodat er veel ruimte is voor individuele aandacht en begeleiding.

Wanneer: Dinsdagavond 15 en 22 mei en 5 en 12 juni 2012 van 19:30 tot 22:00 uur te Wieringerwerf

Bijdrage: € 125,- p.p. incl. consumpties

Voor informatie en/of aanmelding belt of mailt u naar Danielle: 06 29 26 04 00 of d.forrer@quicknet.nl.

LEZING: Het Multidimensionale Hart

Spreekster: Laetitia Kingsford

Één van de grootste misverstanden op deze aardse planeet is dat de fysieke mens een zelfstandig opererend wezen zou zijn zónder verbinding met 'De Bron', oftewel 'Het Goddelijke'. Een wezen met handen en voeten die louter aangestuurd worden door de hersenen. Zich voortbewegend uitsluitend naar de wens van haar behoeften, begeerten en verstand...

Ruim 5000 jaar geleden werden we afgeschermd van de heldere werkelijkheid, van onze verbinding met onze EIGEN oerbron. Laetitia zal tijdens deze boeiende bijeenkomst uitleggen hoe dit zo gekomen is.

In deze huidige periode, begonnen in de 80'er jaren van de vorige eeuw, bevinden we ons in de grote ontknoping. Onze 'blindheid' en richtingloosheid komt tot een einde, want de sluiers rond onszelf en onze planeet worden in hoog tempo opgelost. Onze harten (onze modems) krijgen weer verbinding met de server: ons Goddelijk Zelf. We kunnen weer surfen op de kosmische licht-kleur-en geluidsfrequenties van intelligentie en onvoorwaardelijke liefde. We kunnen onze hogere zelden weer benaderen in de verschillende dimensionale velden. We kunnen ons weer ÉÉN gaan voelen met onze Oerbron. En met de nieuw gedownload informatie en golflengtes zullen we al onze wetenschappen, onze gezondheid en ons bewustzijn een enorme boost kunnen geven.

Cruciaal in deze her-verbinding is ons Hart, met haar vele functies in vele dimensies. Laetitia is daar zelf achtergekomen toen ze een paar jaar lang nauwelijks in staat was om te lopen. Ze heeft sindsdien een hechte relatie met haar Hart opgebouwd. Haar hart heeft haar veel verteld en gedemonstreerd over z'n verschillende functies. Zoals die van verbinder, zender en ontvanger, radar, nulpunt, oneindigheidspunt, non dualiteit, creatiepunt, en zo meer...

Tijdens deze bijzondere bijeenkomst zal Laetitia deze hartfuncties verder toelichten. Ook zal ze over haar ontdekkingstocht in het hart vertellen. En tevens zal zij een paar nuttige praktische oefeningen demonstreren.

Laetitia Kingsford raakte in gesprek met de wijsheid van haar hart in een 3 jarige periode dat ze geen stap kon zetten. Deze gesprekken met haar hart ervoer zij als dermate interessant en liefdevol, dat zij er sindsdien nooit meer mee is opgehouden.

Ze merkte dat ze met de dag vrolijker en zorgelozer werd.

Iedere tweestrijd werd door haar hart op ongeëvenaarde wijze beslecht, in het voordeel van alle partijen. De afgelopen 10-15 jaar heeft ze onafgebroken haar hartfuncties onderzocht en dagelijks de beschikbare informatie van haar bron gedownload. Zij doet niets liever dan anderen vertellen hoe zij hun hart kunnen beluisteren, en hoe we de vele kwaliteiten van het hart kunnen gaan inzetten.

Inmiddels is Laetitia bezocht door engelen en meesters en is zij verzocht een samenwerking aan te gaan met de Vader van alle Harten. Op Zijn verzoek geeft zij consulten waarin deze bron van wijsheid en liefde door haar heen jouw vragen beantwoordt. Tijdens deze lezing zal er ook een interactief gedeelte zijn waar zij op vragen uit het publiek in zal gaan.

Laetitia is opgeleid in energie en auralezen & spiritueel bewustzijn. Tevens is zij opgeleid in metafysica, planetaire shift en kosmische wetten bij o.a. Drunvalo Melchizedek en Essassani. Daarnaast is zij opgeleid door haar hogere zelf, aartsengel Ariël en de Vader van alle Harten. Laetitia is van oorsprong televisiemaker en voorlichter voor internationale werk en studiemogelijkheden van jongeren. Zij is één van de oprichters van de Be Foundation.

NB. 19 mei is de dag vóór de Zonsverduistering van 20 mei 2012. Ditmaal een conjunctie van onze lokale Centrale Zon 'Alcyone' in de Pleiaden – met onze Zon, Maan en Aarde. Dit zou het einde van een 25.920 jaar cyclus kunnen zijn.

Dit moment zal volgens velen een totale opschoning teweegbrengen van lichaam, planeet, zonnestelsel en universum. En dus de start van een nieuwe cyclus van Liefde en Eenheid.

Wanneer: Op zaterdagmiddag 19 mei 2012

Locatie: 'De Nieuwe Beuk', Dorpsstraat 20, Bergen N.H.

Tijdstip: 14 uur tot 17 uur (zaal open om 13.30 uur)

Vergoeding: 15 euro

Dit bedrag kan worden overgemaakt op rekeningnr. 32.77.05.353, H.M. Borst onder vermelding van: "Lezing Laetitia"

Aanmelden?

Stuur svp een email naar: ilonaborst@hotmail.com

Met HARTelijke groet,
Ilona Borst

www.dehartcirkel.nl

'Ontmoetingen die het hart verwarmen.'

4e editie van In Balans op de Floratuin

Een beurs voor gezondheid, verzorging, voeding en spiritualiteit.

Er zijn verschillende stands, onder andere is er een voetreflextherapeute, natuurgeneeskundig therapeut en een care for women - therapeut aanwezig.

Verder zijn er mensen die een consult verzorgen, door handlezing, kaartlegging e.a. We hebben ook een voedingsdeskundige en iemand die alles van Mylene-produkten en kunstnagels weet. En dit allemaal temidden van de bloemen die op dat moment bloeien in de Floratuin.

op: zondag 27 mei 2012 1e pinksterdag

van: 11.00 tot 16.00 uur

waar: de Floratuin is te vinden op de Rijksweg 85, 1787 PK in Julianadorp.

Voor informatie kunt u bellen naar Yvonne Riemens-Rol, telefoon 0223 - 646279 of kijk op de website www.natuurgeneeskundeinbalans.nl

27 mei Wandeling over het strand met aanwezigheid van een life coach

Wandelen is bij uitstek een manier om in beweging te komen.
Niet alleen lichamelijk maar ook geestelijk kom je tijdens een wandeling in beweging.

Vele thema's in het leven komen telkens terug totdat we ze 'geleerd' hebben.
Hoe gaan we met deze lessen om? Hoe kunnen we ze integreren in ons dagelijkse leven?
Iedere wandeling behandelen we een ander thema.

Wil je in de buitenlucht genieten van de natuur:

Je ervaringen of twijfels bespreken
Je hart luchten
Discussiëren, of filosoferen

Dit kan, **zondag 27 mei** heeft onze wandeling een Thema: **Loslaten**

Inzicht kan je op 3 niveaus uiteten: lichamelijk, geestelijk en spiritueel. Ben jij sinds kort bezig met dit thema of zoek je gezelschap tijdens je ontwikkeling? Je hoeft niet alleen te zoeken, er is veel ervaring en door deze uit te wisselen kunnen we elkaar verder helpen.

De bijdrage: €5,- per persoon inclusief koffie, thee of warme chocolademelk.

Voor opgave of meer informatie kunt u terecht bij
Joke Oosterbeek 06-44993248
Marcel Oosterbeek 06-44993240
of mail naar wandeling@marceloosterbeek

Gezond Verstand Avonden

voor een volledige agenda en meer informatie: www.gezondverstandavonden.nl/pagina13.html

1 mei	NIEUWLAND	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
1 mei	VALKENSWAARD	Diëten helpt niet, maar wat dan wel? Suzan Waltmans
3 mei	ZUURDIJK	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
7 mei	HEERLEN-ZUID	De relatie tussen voeding en gezondheid Mike Donkers
8 mei	KERK-AVEZAATH	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
8 mei	NIJKERKERVEEN	Wat Amalgaam vullingen en voeding met ons doen! Syne Fonk

9 mei	DEN HAAG	Gezond verstand heeft de toekomst! Anneke Bleeker
9 mei	BURDAARD	De spiegel van de kinderen; wat een kind je probeert te vertellen... Annemarie Hondema
10 mei	ROTTERDAM	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
11 mei	ALKMAAR	Rouw en Verlies: hoe ga je daarmee om? Ineke Smit
12 mei ZATERDA GMIDDAG	NEDERWEERT	WORKSHOP: Vitalisering van bodem en plant Piet en Frodo Dekker
16 mei	NEDERWEERT	WORKSHOP (10.00 tot 16.00 uur) Nooit geweten dat je dit ook kan eten Petra Wilmsen en Anneke Bleeker
16 mei	AMERSFOORT	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
20 mei	EXMORRA (Fr.)	WORKSHOP: Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Linda Kreike, Gila Edler en Anneke Bleeker
20 mei	DEN HAAG	Onderwijs is meer dan taal en rekenen Hanneke van der Goot
21 mei	MILSBEEK	Stoppen met piekeren Ria Bettgens
22 mei	ROTTERDAM Julie Tordoir	Gezond verstand heeft de toekomst! Anneke Bleeker
23 mei	WINSUM	Hersendood, een dodelijke tunnelvisie! Ger Lodewick
24 mei	KATLIJK	Ziekte van Lyme en desinformatie Dr. Frits van der Blom
24 mei	ASTEN	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
24 mei	STEENWIJK	Kiezen voor vrije keuze. Wie is de baas over ons leven? Wim Roskam en Marianne Agterdenbos
29 mei	NEDERWEERT	Genezen van kanker op eigen kracht Lara Masanowa Tatje (mental coach en therapeute)

29 mei	ASSEN	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker
31 mei	HURWENEN	Houdt tandheelkunde op bij de huid? Bert Heintzberger
31 mei	WERKENDAM	Nooit geweten, dat je dit ook kunt eten... <i>Eetbare bloemen en planten uit je eigen omgeving</i> Anneke Bleeker

Tip voor in de kalender:

<http://www.agaphe.nl/agenda.php>

Wil je je activiteit geplaatst hebben?

*Geef dit dan duidelijk aan in je mail. Omschrijf de activiteit, meld de datum, plaats en bijdragen. Stuur deze naar: spirituelestichtingagaphe@gmail.com
Uitgebreide teksten (affiches) die door ons samengevat moeten worden, worden niet geplaatst.*

Zorg dat de tekst goed samengevat wordt aangeleverd zodat deze één op één kan worden overgenomen in de nieuwskrant.

En heel belangrijk: zorg dat de informatie voor de nieuwskrant is aangeleverd voor de 25-ste van de maand. Daarna zal de activiteit alleen in de agenda geplaatst worden.

Promotie van lezers van de nieuwsbrief

Danielle's heldere kijk op..... Jou

De ontslagen vliegen je tegenwoordig om je oren. Iedereen kent wel iemand die zijn baan kwijt is geraakt, in een outplacement traject zit of gedwongen wordt om "om te scholen". Hele beroepsgroepen worden wegbezuinigd. Nederland is in een recessie. En dat merken we. Je zou er bijna onzeker van worden....

De kunst is niet stil te blijven staan en jezelf door te blijven ontwikkelen in deze roerige tijden. Kijk wat eventuele veranderingen je te brengen hebben! Waarom overkomt dit jou. Wat kun je er voor jezelf uit halen, hoe kun je erop inspringen. Soms is het immers niet voor niets.... Maar dat is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Zeker als je er midden in staat.

Inzicht in jezelf

Wil je een objectieve en professionele kijk op jouw talenten, mogelijkheden, angsten en beperkingen? Meer inzicht in jezelf, zodat je gestimuleerd wordt om optimale keuzes te maken? Dan kan een aurareading wellicht uitkomst bieden. Want in je aura (het energieveld om je heen) is veel waar te nemen! Waar jij op dit moment in jouw leven staat en in hoeverre jij jezelf hebt ontwikkeld. Wat jouw talenten zijn, in hoeverre je die benut en waar je nog mogelijkheden laat liggen. Hoe jouw omgeving op jou reageert. En hoe jij weer op jouw omgeving reageert. Wat jouw angsten zijn, hoe die zijn ontstaan en hoe die jou (nog) beperken.

Heldere taal

Tijdens een aurareading "leest" een aurareader jou en vertaalt dit in praktische informatie, verwoord in heldere taal. Zodat jij begrijpt waar het over gaat. Er wordt gekeken naar actuele aspecten in jouw leven. Hoe je daarmee omgaat en waarom je dat zo doet. Want we hebben allemaal zo onze gewoonten opgebouwd. Dikwijls liggen daar dingen uit het verleden aan ten grondslag die ons – *vaak onbewust* - hebben gevormd. Die zijn echter niet onomkeerbaar! Door ze helder te krijgen, kun je in het verleden genomen besluiten in het hier en nu herzien. En dat kan tot diepe veranderingen leiden!

Helend

Een aurareading ontvangen werkt heel helend. Doordat je gezien en erkend wordt. Pijnstukken worden vanuit mededogen geschouwd. Wat hebben zij nog voor effect op het huidige leven. In hoeverre zijn ze al geheeld en waarin beperken ze je in het hier-en-nu nog? Het gaat om bewustwording van waar je staat. Vaak heeft een reading je meer te zeggen dan je in een keer kunt bevatten. Door het naderhand nogmaals te beluisteren valt er dikwijls nog meer op zijn plaats.

Met respect voor jou

Een aurareader kijkt niet dwars door je heen. Met jouw toestemming ziet een aurareader ***alleen wat hij van jou mag zien***. Aan de structuur en stroming van je energie is wel te zien of er stukken zijn die jij je (nog) niet bewust bent. Of die je nog niet aan wilt of kunt gaan. Een professionele reader kan jou wel vertellen wat dit voor invloed op jou heeft. Met respect voor jou, zonder jouw grenzen over te gaan.

Beroepsorganisatie

Er is een beroepsorganisatie voor aurareaders, de BvA. Door middel van jaarlijks verplichte studiedagen en herregistratie houdt de beroepsorganisatie het niveau van de aangesloten readers nauwlettend in de gaten. Een reading van een bij de BvA aangesloten aurareader is een waarborg voor kwaliteit.

Kosten

In 2008 heb ik een vierjarige gedegen beroepsopleiding tot aurareader afgerond. Ik ben aangesloten bij bovengenoemde beroepsorganisatie en mag mij erkend auralezer noemen. Een aurareading neemt circa anderhalf uur in beslag en kost € 85,00 inclusief btw. Na afloop krijg je een geluidsopname op cd mee naar huis.

Liefdevolle groet, Daniëlle

Wilt u uw pijnstukken verwerken en loslaten? Zodat u uw kwaliteiten meer kunt benutten, in uw kracht kunt staan en de liefde in uw hart kunt laten stromen? Of is er strijd en wilt u de harmonie terug vinden? Daniëlle Forrer heeft een holistische praktijk in energetisch lichtwerk te Wieringerwerf.

Kijk voor haar website: www.danielleforrer.nl of belt u naar 06 29260400

Verzamelde nieuwsberichten

Waarom zou je je bezighouden met bewustworden en Hoe begin je?

Persoonlijk: Het bewustworden van je eigen doen en handelen kan zeer confronterend zijn. Daarbij zul je steeds meer facetten van jezelf ontdekken. Durf je eerlijk naar jezelf te kijken en te luisteren naar de stem van je ziel?

De wereld om je heen: Welke informatie neem je tot je? Brengt het je angst of wil je het weten? Zodra je meer kanten van een verhaal kent, kun je kiezen en je eigen pad hierin gaan.

Eigen verantwoording nemen zorgt dat je niet afhankelijk bent en actie verdrijft angst.

Nu word je je meer bewust van je eigen *zijn* binnen dit proces.

Je kunt je niet meer verschuilen achter: Dat heb ik niet geweten. Je zult dan niet meer onbewust een meeloper zijn maar kies je bewust om mee te lopen, en dat is prima, zolang het maar jouw keuze is.

Neem dat tot je waar je je goed bij voelt zodat je bewust kunt kiezen.

Als je over jezelf zegt dat bewust bent, klinkt het alsof het proces af is, je weet alles al. Ik ben dan ook bezig met het meer bewust worden.

Met nieuwe inzichten/informatie is het bewustworden een nooit stoppend, groeiend proces.

De stukjes die ik schrijf over bewustworden zijn persoonlijke gebeurtenissen, inzichten verweven met vragen die ik jou stel om vanuit dat standpunt naar het onderwerp te kijken. Ik ben benieuwd naar jouw inzichten.

Op zoek naar- en in mijzelf

Na een boeiende workshop: het geheim van genialiteit van Tijn Touber en na de beurs afgerond is in Zuid-Scharwoude, heb ik vele inzichten gekregen en hiermee ben ik mezelf aan het kwijtraken. Want wie ben ik? Ik wil gaan ervaren waar ik in geloof. Ik ben net als ieder ander maar een manifestatie van energie, en tegelijkertijd voel ik constant de zwaarte. Hoe kan ik de bewustwording waar ik voor sta uitdragen terwijl ik de antwoorden niet heb?

Er is zoveel waar we ons druk om kunnen maken en waar we ons zelf hard voor kunnen maken, er zijn goede voorbeelden van hen die dat daadwerkelijk doen. Neem Anneke Bleeker met het verspreiden van informatie over de vaccinaties. Bleef deze informatie binnenskamers zou er niets veranderen en iedereen het verhaal geloven wat de overheid ons steeds voorhoudt, namelijk dat de vaccinaties er zijn voor onze gezondheid. Het feit dat er aandacht aan de andere kant van het verhaal wordt gegeven, maakt dat we zelf kunnen kiezen. We ervaren vrijheid als we zelf kunnen kiezen en hierachter staan. Vrijheid zit in je hoofd en deze vrijheid voelt beperkt als we alleen uit twee kwaden kunnen kiezen.

Dit geldt voor voeding, gezondheid en scholing.

De politiek heeft er belang bij om allerlei schijnwaarheden in stand te houden. Het is nu zoals het is en we leven in een schijnvrijheid, we krijgen beperkte keuzes, maar kunnen wel kiezen... Er wordt steeds meer beknipt op de gezondheid, en steeds meer regels komen ervoor in de plaats. Willen we ons met de alternatieve geneeswijze bezighouden, lijkt het alsof er niet voldoende aan ons wordt verdiend... Deze geneeswijze wordt op allerlei manieren ontmoedigd. We accepteren dit en houden dit met elkaar in stand, tot de meerderheid van de bevolking dit niet meer slikt. Het voelt alsof dit punt nu bereikt is. Kan de politieke crisis van dit moment en de hieruit voortvloeiende verkiezingen dit voorkomen, of is dit juist het doel geweest om een opstand van het volk te voorkomen?

Dat is het in het groot, ook innerlijk in het klein is er die worsteling. Het is goed om te weten wat goed is voor mij, tegelijkertijd vraag ik me af hoe zuiver deze wereld is. En wat is zuiver dan? Wil je gezond gaan leven, ontdek je dat je ook in de natuurwinkel bedonderd wordt. Zo voelt de beweging die zich bezig houdt met de gezonde voeding dubbel, er zijn nog teveel dubbele agenda's waar teveel geld mee is gemoeid.

Ook al geloof ik in de gezonde voeding van vroeger en wordt deze nog steeds gepromoot, zo gezond is die nu niet meer. Er zijn processen veranderd en we gaan hier ongemerkt in mee, we zullen het moeten doen met dat wat er nu is.

Voeding is een deel van het leven, maar gaat het niet om de voeding maar om de energie van de voeding? Zodra we zelf deze energie verteerbaar kunnen maken voor ons lichaam, maakt het dan nog uit wat de energie van de voeding is? En is het zo dat de energie die we niet kunnen verteren ons ziek maakt? Dit is een theorie waar ik in geloof.

Zo blijven we hangen in de energieën, de energie van de dag (volgens de Maya's), zo boven zo beneden we krijgen de energie dat wat we aantrekken weerspiegeld, maar ook kunnen we een familie karma inlossen als dat een rol speelt in ons leven. Ik merk dat ik nu in thema's terecht kom waar ik als kind ook mee te maken heb gehad. Is mijn taak deze te transformeren en een plek te geven? Zo lijkt "ik" steeds meer op de achtergrond te verdwijnen en is het mijn ego wat zich niet gezien voelt. Is het niet juist de tijd om het ego te beteugelen om te zijn in liefde? En is de liefde wat wegglijpt, liefde voor mezelf, alles voelt ontgoocheld voor nu. Ook al is het helend vanuit de derde persoon naar het geheel te kijken, het is nu even mistig. Was de wereld maar de warme deken die ik op dit moment even hard nodig heb.

Uit balans, je tijdelijke raadgever

Ben je er klaar voor de uitslag van de arts aan te horen, besef je dat een bepaalde medische diagnose een behoorlijke impact op je leven kan hebben.

Om je vervolgens te realiseren wat je zelf wilt en kunt doen na het ontvangen van een heftige uitslag.

Wil je het medische circuit in of wil je vanuit rust naar de mogelijk vervolg stappen kijken.

Gun jij jezelf de tijd om na te denken over het te volgen traject en minstens zo belangrijk, wordt het jou gegund?

Vele wegen die naar Rome leiden

Er is weer lucht. De deken is er altijd, al voelde dat even niet zo (als vervolg op **Waarom zou je je bezighouden met bewustworden en Hoe begin je?**). Er zijn samengevat 4 punten die mij hebben geholpen om het te laten opklaren.

1. We zijn mensen met emoties, deze emoties geven je het gevoel dat je leeft. Door emoties weet je weer waar het om draait, wat maakt dat je weet dat iets goed voor je is of juist niet. Wat we niet beseffen is doordat alles uit energie bestaat, dat we onbewust energieën (emoties) van andere mensen opslaan als blokkade. Maar ook dat we zelf blokkades opslaan en dat we aan al deze blokkades kapstokken hangen waar zich nieuwe blokkades aan kunnen ophangen. Zodra we de oorsprong weten kunnen we de blokkades laten verdwijnen en valt de kapstok in elkaar.

Het opslaan van de energie die een blokkade vormt, kan uit één van de vorig levens ontstaan zijn en is het in zicht brengen voldoende. Ook blokkades die ontstaan zijn in de baarmoeder tot nu aan toe, kunnen eigen emoties of die van andere zijn waarvan je hinder ondervindt die je meeneemt in je huidige leven.

O.a met spiertesten kun je vragen of het een eigen emotie is en wanneer deze is ontstaan. Wij hebben dit geleerd met pendelen, bij een pendelcursus van Daniëlle Forer **Workshop pendelen**.

Wanneer: Dinsdagavond 15 en 22 mei en 5 en 12 juni 2012 van 19:30 tot 22:00 uur te Wieringerwerf

Bijdrage: € 125,- p.p. incl. consumpties

Voor informatie en/of aanmelding belt of mailt u naar Danielle: 06 29 26 04 00 of d.forrer@quicknet.nl. *Zeker een aanrader!*

Beide principes zijn hetzelfde.

Er ontstaat een innerlijk gesprek waarbij je soms de situatie glashelder voor ogen hebt en soms zegt het je niets. Bij navragen vraag je of je voldoende weet en kun je door een affirmatie uit te spreken deze emotie loslaten. Soms kan het zijn dat je iets extra's nodig hebt, bijv. dat je met andere ogen naar de situatie kunt kijken, een extra voedingstof, een kleur in je aura,... vul maar aan, dit rijtje is oneindig lang. Zodra je met je innerlijke ziel in gesprek bent weet je precies wat je nodig hebt. Dan is de spiertest en pendel alleen een hulpmiddel die je antwoorden bevestigen en de blokkades inzichtelijk brengen. Als je goed geoefend bent, heb je deze hulpmiddelen niet meer nodig en weet je de antwoorden zelf te geven.

Ik ben er voor gaan zitten en ben mijn probleemvoeten gaan aanpakken. Mijn rechter voet is inmiddels blokkade vrij. Er is duidelijk verschil tussen rechts en links, hoe snel dit doorwerkt...

Om inzichtelijk te brengen wat emoties onbewust doen. Wij hebben sinds kort een jong konijntje, boef eerste klas. In één weekend kreeg het beestje een kale rug. Doordat de kaken niet goed op elkaar staan, zijn haar boventanden naar binnen gegroeid. Ze at nog wel, er was een disbalans en hieraan gekoppeld haar gezondheid aangetast en kwetsbaarder voor de omgeving. In dat weekend speelde een bepaalde druk mij parten. En dat uit zich altijd. Onze Rolf heeft dit opgepikt en binnen 2 dagen verloor zij haar donsacht en kreeg een kale rug. We hebben haar tanden laten knippen en kregen als oplossing een pipetje waarbij we haar

een halfuur niet mochten aanraken. Aangezien ik tegen vaccinatie ben, hebben we dit niet gedaan. Ik heb Rolf ingesmeerd met niet ontgeurde kokosvet en heb met haar in het zonnetje gezeten. Nu 2 weken later heeft ze een mooi diep gekleurde vacht, zie het als een toupetje, tussen het dons in...

2. We zijn allemaal het resultaat van het verleden. We hebben het verleden nodig om ons te herinneren en om van het geleerde te leren. Ook kunnen we van onze herinneringen genieten, in deze gevallen heeft het een goede functie.

Trauma en verlies zijn factoren die een belemmering kunnen zijn voor de toekomst. De toekomst is belangrijk om je te herinneren wie je bent en houdt je binnen een veilig stramien. Nu al je geld opmaken betekent dat je morgen geen boodschappen kunt doen... En het heden is om je te herinneren en te leven en aanvaarden wat het leven je nu brengt. Door je ogen open te houden, zie je meer.

Bij alle punten heb ik genoemd om je te herinneren en wel om de volgende redenen: Het verleden herinnert je wie je bent geworden, wie je op dit moment bent. We zijn meer dan een tastbaar lichaam, we worden geholpen door allerlei energieën om ons te herinneren wat onze taak op aarde is.

Het is niet allen het nu wat maakt wie je op dit moment bent. Het is ook de toekomst wat maakt wie je op dit moment bent.

Het lichaam reageert op een gedachte (emotie), en deze manifestatie vanuit onbalans kan een ziekte geven als gevolg. Als wij in het scenario blijven, ik ben ziek, is dit de bevestiging voor morgen en is het lichaam morgen ook ziek. Daarom is gedachtenkracht zo krachtig. Maak een beeld van jezelf zoals jij je wilt zien. Geslaagde sporters maken ook gebruik van deze techniek. Ze hebben in gedachten de wedstrijd al gespeeld.

Dit is niet de oplossing om van een ziekte te genezen. Het zou kunnen helpen, maar ook: Wat is je diepste eigen wil en ook wat is je karma en dan zijn er verschillende genezingsmethodes en hulpmiddelen als geneesmiddelen enz...

De één haalt meer uit zijn leven en de ander raakt mensen en zet ze aan tot actie zodat zij meer uit hun leven halen... en zo is het kringetje weer rond.

3. De gekleurde bril. Vanuit vorige voorbeelden kun je met een gekleurde bril naar de situatie kijken. En natuurlijk is dit voor jou de waarheid. Wanneer we vanuit een derde persoon naar de situatie kijken en alle gekleurde brillen zien met hun verhaal en beseffen dat de waarheid niet bestaat en kunnen we onze eigen bril afzetten. (Wist je dat via de ogen de meeste vitamine D wordt opgenomen? En dat deze door het dragen van een bril- dus ook de zonnebril- wordt afgeketst?)

Vanuit dit punt ben ik tot in het diepste punt van mijn pijnpunt gedaald, dit vergroot zodat de energie zich meer kan verspreiden en de heftige pijn verzacht en tenslotte opgelost. Hierbij is een lieve vertrouwde partner een cadeautje.

4. Nu meer openstaan en uit mijn cocon gekomen, merk ik dat de deken waar ik naar snakte altijd om me heen was. Ik lees een boek, en hoe frappant, mijn pijnpunt wordt benoemd. Het is tegelijkertijd de test dat ik dit verwerkt heb en kan ik achteraf zeggen blij ben met deze inzichten. Maar ook mooie spreuken, verhalen uit de omgeving, een uitzending op de televisie, ik word gedragen en ben niet alleen met één van de dilemma's die iedereen op de één of andere manier raakt: Angst voor de toekomst en niet begrepen lijken te worden. Me aarden en verbinden met de aarde en me één voelen in die verbinding geeft kracht en vertrouwen.

Joke Oosterbeek

Gelezen op Earth Matters: Dementie-tsunami op komst!

(Peter Vereecke) In de kranten werd recentelijk duidelijk gemaakt dat we ons moeten

voorbereiden op een enorme toename van dementiegevallen, vooral bij jonge mensen en ook kinderen. Medicamenten kunnen het niet genezen, soms de verergering wat vertragen. Men zoekt koortsachtig naar vaccins.

De laatste jaren wordt het lijstje van neurologische aandoeningen dat ofwel spectaculair toeneemt of nieuw opduikt voortdurend uitgebreid :

Parkinson

Alzheimer

Dementie

Fibromyalgie

Chronisch Vermoedheidssyndroom

Autisme

Multiple sclerose

Epilepsie

Gedrag- en leerstoornissen bij jongeren

Neurodegeneratieve kinderziekten : 6 nieuwe per jaar ! (bv. Vanishing White Matter)

Depressiviteit

Zelfmoordneigingen

Men doet van alles: gespecialiseerde klinieken, zelfhulpgroepen, meer begeleiding, meer geld...

Prima, maar deze vragen worden niet of nauwelijks gesteld:

Wat is er gaande? Wat is de oorzaak? Waarom zijn we nu ook mentaal zo snel zo ziek geworden?

Het kan niet langer enkel op rekening van de veroudering zelf geschoven worden want het treft meer en meer de jongere leeftijdscategorieën. Men zoekt de verklaring in de genen of nu in de obesitas, maar wat men bij ons weten voorlopig nog niet ernstig neemt hoewel het de grote boosdoener zou kunnen zijn is

Aluminium

Deze stof is de laatste jaren almaar meer in ons milieu terechtgekomen:

Het wordt in onze lucht gespreoid (chemtrails).

Het wordt in onze lichamen gespoten (vaccinaties).

Het zit in onze voedings- en verzorgingsproducten (ook de verpakking).

Dat aluminium een negatieve impact heeft op heel ons neurologisch systeem staat op zich wel vast en toch wordt het verband nog zo weinig gelegd Onze oproep is dan ook de ogen te openen en aandacht te geven aan wat zo overduidelijk zichtbaar is (we worden structureel vergiftigd!) en dan het probleem aan de wortel aanpakken.

Persoonlijke noot: Het is belangrijk dit aan te pakken. De vraag die we kunnen stellen is of dit de oorzaak is of een deel van de oorzaak is.

Er zijn meerdere factoren die mee kunnen spelen, o.a Vitamine D tekort, B12 tekort wat ook veroorzaakt kan worden door cholesterolverlagers, bloedverdunners, statines en hartmedicatie, maar ook door betablokkers deze vertragen de schildklierwerking, waardoor zijn spijsvertering vertraagt, hartslag vertraagt en lichaamstemperatuur daalt. Dit komt de algehele circulatie dan ook niet ten goede. Op dokters advies aan de bloedverdunners , geeft aan dat het bloed te dik en stroperig is en dit bevordert natuurlijk noch de kwaliteit van het bloed, noch de doorstroming. Dat duidt op versuikering, niet op verstopping door verzadigd vet en cholesterol. De twee grootste boosdoeners in het moderne voedingspatroon zijn een overdaad aan koolhydraten in de vorm van suiker en zetmeel (ook volkoren producten!) en plantaardige vetten, met name zonnebloemolie en maisolie.

Maar ook:

Ik lees, niet per ongeluk over stenen in de galblaas in de lever die vasculaire systeem verstoren, met als gevolg dat het bloed verandert en dik wordt waardoor de bloedvaten beschadigd kunnen raken en er bloedklonten kunnen ontstaan. Door ontwrichting van de leverfuncties zullen er meer afvalstoffen in het lichaam rondcirkelen en wanneer deze de hersencellen bereiken kan dat leiden tot Alzheimer en dementie. Ik heb net een boek in mijn handen: **De ongelooflijke lever & galblaaszuivering**, waar belangrijke informatie in staat

hoe en waarom je een lever en galblaaszuivering zou doen. Er staan symptomen in beschreven hoe je kunt herkennen als je lever niet optimaal functioneert! (ook te bestellen via <http://www.agaphe.nl/boeken.php>) De kuur hoe je je lever kunt zuiveren staat uitvoerig beschreven, en de stenen verlaten je lichaam tijdens de ontlasting.

Je kunt dus niet zeggen dat het ontstaan van dementie één oorzaak heeft, het kan een samenspel zijn van factoren en bekijk dit per persoon.

Hoe betrouwbaar is bio-kleding??

Wat is biologische kleding?

Ook al wordt er in het spraakgebruik wel eens "biologische kleding" gezegd, formeel klopt dat niet: kleding met het Eko-keurmerk heet officieel "duurzame textiel". Deze bevat biologische katoen. De knopen, ritsen e.d. zijn echter niet biologisch. Deze onderdelen moeten weliswaar ook aan milieunormen voldoen, maar dat zijn normen die niet internationaal overeengekomen zijn. Daarom mogen ze niet 'biologisch' genoemd worden.

Wat is biologische katoen?

Biologische katoen is katoen die aan de voorwaarden van de biologische landbouw voldoet; dat betekent vooral dat ze geteeld is zonder bestrijdingsmiddelen en kunstmest. Deze voorwaarden zijn internationaal vastgelegd (in de EU in wetgeving). In kledingstukken is biologische katoen herkenbaar aan het Eko-keurmerk.

Dat er ook biologisch katoen bestaat, weten veel mensen niet. De gangbare katoenteelt is zeer vervuild en funest voor het ecologisch evenwicht in grote gebieden in de wereld.

Is biologisch katoen veel duurder?

Biologisch katoen is vaak wat duurder dan 'gewoon' katoen. Maar maakt dat je kleding ook duurder? Nauwelijks. Een rekensommetje:

Slechts 0,03% van de wereldwijd verhandelde katoen is biologisch. Dat klinkt (en is) natuurlijk heel weinig. Er wordt wel meer biologisch katoen geproduceerd maar dit wordt niet afgenomen omdat het te duur zou zijn. Dit argument van de hogere prijs kan als marginaal worden beschouwd. De katoenkosten van kleding zijn ongeveer 4-5% van de totale waarde van het textieleindproduct (bij normale volumes), dus de extra kosten zijn niet echt veel hoger. Het komt uit op ongeveer 1 à 2% meerkosten. Concreet: een overhemd van Euro 20, kost met biologisch katoen Euro 20,40.

Zijn de verf, het garen, de knopen enz. in kleding met het Eko-keurmerk ook biologisch, of slaat het keurmerk alleen op biologische katoen?

Kleding met het Eko-keurmerk moet aan diverse voorwaarden voldoen, en de voorwaarde dat de katoen biologisch is, is niet de enige. Ook de verf, bleekstoffen en stoffen die voor 'veredeling' van het textiel (finishing) gebruikt worden, moeten milieuvriendelijk zijn. Hetzelfde geldt voor drukknopen, ritsen, spelden, riemen, gespen en schoudervullingen. Vreemd genoeg hoeft het gebruikte naaigaren niet van biologische katoen te zijn. Ook aan elastiek en klitteband worden geen eisen gesteld.

Bevat kleding met het Eko-keurmerk 100% biologische katoen of mag er ook niet-biologische katoen bijgemengd zijn?

Een klein deel (tot 10%) niet-biologische katoen mag bijgemengd worden. Dus als een kledingstuk het Eko-keurmerk draagt, is minimaal 90% van de gebruikte katoen biologisch.

Wie garandeert dat er niet gesjoemeld wordt met het Eko-keurmerk in kleding?

Antwoord: Een kledingbedrijf dat het keurmerk wil gebruiken voor kleding die in Nederland verkocht wordt, moet daarvoor toestemming krijgen van de Skal. Dat is de organisatie die in Nederland door de overheid aangewezen is om het keurmerk te verlenen en te controleren of bedrijven zich houden aan de betreffende normen. De Skal controleert daartoe steekproefsgewijs de hele productie van de kleding, waar ter wereld die ook plaatsvindt

(vanaf de katoenteelt). Overigens was Goede Waar & Co (toen nog de Alternatieve Konsumenten Bond) begin jaren tachtig één van de oprichters van de Skal. Alle producten van Obaby zijn vervaardigd van 'organic cotton' en is dus biologisch verantwoord geteeld. Hierdoor wordt er geen gebruik gemaakt van kunstmeststoffen of pesticiden. Dit is gezonder voor de boeren en beter voor het behoud van onze aarde! Bovendien draagt 'organic cotton' heerlijk zacht op de huid en verlaagd het risico op kanker of andere huidandoeningen.
www.obaby.nl

Voeding supplement

Waar staat deze rubriek **Voeding Supplement** voor?

Een **voedingssupplement** is een voedingsmiddel dat bedoeld is als aanvulling op de "normale" voeding. Het is, volgens de wet, een geconcentreerde bron van één of meerdere vitamines, mineralen of andere nutriënten met een voedingskundig of fysiologisch effect. Meestal worden voedingssupplementen met het doel van gezondheidsbevordering gebruikt, deze werking is echter niet altijd wetenschappelijk bewezen. Deze rubriek **Voeding Sup-lement** echter gaat het over persoonlijke ervaringen, jouw toevoeging of aanvulling, tijdens een zoektocht in de wereld van voeding.

Wanneer eet jij fruit??

Het is belangrijk om te weten hoe en wanneer je dit het beste kunt eten. Eet fruit op een lege maag. Dat betekent geen fruit NA DE MAALTIJD! Zo zal fruit een grote rol spelen om uw systeem te ontgiften en levert het een grote hoeveelheid energie.

Wat gebeurt er met het fruit na de maaltijd. Vruchten zijn licht verteerbaar en kunnen wanneer deze klaar zijn om door de maag de darmen in te gaan worden verhinderd door de aanwezige resten van de daarvoor genuttigde maaltijd. In de tussentijd begint de hele maaltijd te rotten en te gisten. De vrucht vermengt zich met het rottende ander voedsel en produceert een gas waardoor je je opgeblazen voelt! Dus eet liever fruit op een lege maag of voor de maaltijden!

En wanneer je koud water drinkt naast deze maaltijd, zal het water ervoor zorgen dat het vet stolt, wat je zojuist hebt verbruikt, dit zal de spijsvertering extra vertragen.

Het eten van een hele vrucht is beter dan het sap drinken van meerdere vruchten. Wanneer je sap drinkt, drink dit in kleine teugjes langzaam op, zodat het zich goed met het speeksel laat mengen. Drink voor de vitamine alleen verse fruitsappen, niet uit blik of een pak. Gekookte vruchten bevatten geen vitamines of voedingsstoffen, je proeft alleen de smaak. Het koken vernietigt alle vitamines.

Een 3-dagen fruitdieet reinigt het lichaam.

Verschillende vruchten met bijzondere eigenschappen
KIWI: Klein maar krachtig. Dit is een goede bron van kalium, magnesium, vitamine E en vezels. Het vitamine C gehalte is tweemaal dat van een sinaasappel.
APPEL: Een appel per dag houdt de dokter weg? Hoewel een appel een laag vitamine C-

gehalte heeft, het heeft anti-oxidanten en flavonoïden die bijdraagt tot het risico van darmkanker, hartaanvallen en beroertes te verlagen.

AARDBEI: Beschermend Fruit. Aardbeien hebben de hoogs totale antioxidanten onder grote vruchten en beschermen het lichaam tegen kankerverwekkende, bloedvatverstoppen vrije radicalen.

SINAASAPPELS: Lekkerste geneesmiddel. Het helpt te voorkomen/oplossen van nierstenen en vermindert het risico op darmkanker.

WATER MELOEN: Koelste dorstlesser. Samengesteld uit 92% water, het is ook verpakt met een gigantische dosis van glutathion, dat ons immuunsysteem helpt versterken.

Ze zijn ook een belangrijke bron van lycopene - de kanker vechtende oxidant.

Andere voedingsstoffen die gevonden wordt in watermeloen zijn vitamine C & Kalium.

GUAVE & PAPAYA: Hebben het hoogste vitamine C gehalte. Guava is ook rijk aan vezels, die helpt constipatie te voorkomen. Papaja is rijk aan caroteen, dit is goed voor je ogen.

BIOLOGISCHE RECEPTEN aangevuld met onkruiden

Uiensoep voor 4 personen

Uien, ongeveer 1 kilo

Kleefkruid, flinke hand

Brandnetels, de jonge scheuten, 5/6 stuks

Zevenblad, flinke hand

Keltisch zeezout, grove variant dan een kleine eetlepel.

Gebruik je de fijne versie dan beduidend minder.

Peper

Kokosvet

Geraspte kaas

Peterselie, paar plukjes

Smelt het kokosvet. Voeg het kleefkruid toe en roer dit, het slinkt snel.

Brandneteltoppen of jonge scheuten erbij en wederom roeren.

Keltisch zeezout en peper goed door het vet en het groen roeren, daarna

de uien gesneden erbij met water, net genoeg tot de uien net aan onder water staan.

Een minuut of vijf laten koken, af en toe even doorroeren, ondertussen het zevenblad snijden. Voeg, voordat de inhoud van de pan door de blender of keukenmachine gaat, het zevenblad toe.

Als de soep is opgediend geraspte kaas en peterselie toevoegen.

Thee van kleefkruid

Kleefkruid is immuun versterkend, goed voor de klieren en lymfen, bloedzuiverend en ter ondersteuning bij huidaandoeningen.

Preventief af en toe eens een thee van kleefkruid zetten kan een idee zijn.

Om er een smaakje aan te geven kun je citroen toevoegen of andere kruiden, eventueel gecombineerd met citroen.

Een flinke pluk in een theepot, kokend water erbij en een minuut of vijf laten trekken.

Daslook als garnering

Maak tomatensoep zoals je gewend bent.

Wij voegden in de soep ook paardenbloemblad en zevenblad fijn gesneden toe.

Daslookblad fijngesneden kan als laatste toegevoegd worden in de pan en doorroeren of op het bord bij de opgeschepde soep.

Daslookblad is vers of nauwelijks meegekookt het lekkerst, dan blijft de looksmaak behouden.

Smoothie met boskruiden

Daslookblad, bosje in de hand
Brandnetels, de jonge scheuten, 5/6 stuks
Zevenblad, flinke hand
Biologisch appelsap
Kokosvet, een flinke eetlepel
Yoghurt
Keltisch zeezout, grove versie kleine eetlepel
Citroen

Alle ingrediënten samen in een keukenmachine of blender.
Je kunt eerst een deel mixen en vervolgens de rest toevoegen omdat mogelijk alles in één keer te veel volume geeft. Hangt af van de inhoud van de kan.
Appelsap op gevoel toevoegen.

Wraps met boskruiden

De vulling van wraps maak je zoals je gewend bent.
Op het laatste moment roerden wij er fijngesneden zuringblad, zevenblad en daslookblad door. Op deze wijze eet je met grote regelmaat de goede gewassen van dit moment van het seizoen.
Alles wat nu jong boven de grond komt bevat zeer veel energie. Door de verscheidenheid aan mogelijkheden krijg je niet het gevoel dagelijks zevenblad of daslookblad te eten, toch benut je door de variatie van verwerken wel de gezondheidswaarde.

Veel culinair plezier en eet smakelijk!
Anneke Bleeker
overzicht van de nieuwsbrieven <http://www.gezondverstandavonden.nl/pagina4.html>

Wat zegt de Tzolk'in

Het thema van 28 april t/m 10 mei is uniekheid en het doel visie.

Deze golf zal je helpen te ontdekken wat er in jou besloten ligt. Kijk maar naar binnen en ga op zoek naar dat wat je grootste droom is. Je hebt niet voor niets bepaalde gaven meegekregen. Durf de dingen op jouw manier te doen. Ga het tot stand komen van je dromen ervaren. Maak gebruik van je talenten om jou bijdrage te leveren aan het grote geheel. Waar je vanuit je hart voor gaat, zal worden verwezenlijkt. Je hoeft daarvoor geen enkel offer te brengen. Je mag jezelf in liefde koesteren om dat wat in jou besloten ligt nu tot uiting te laten komen. Vraag hulp als je daar moeite mee hebt.

Het thema van 11 mei t/m 23 mei is innerlijke leiding en het doel harmonie.

Wanneer jij je grote angst helemaal kunt voelen, zal je passie zich aan je openbaren. Door te voelen transformeer je je angsten tot een innerlijke kracht. Vaak ben je juist voor dat wat je het beste kunt, het meest bevreesd. Neem je eigen plek in en straal. Als er harmonie binnen in je is, dan zul je ook harmonie buiten je ervaren. Voel daarom aan in hoeverre je eigen perceptie de werkelijkheid scheeftrekt. Laat je inspireren door de kunsten en ga aan het werk met je eigen kunstzinnigheid. Hierdoor zul je met je innerlijke schoonheid in aanraking komen.

Uit Tzolkin Dagboek, Leef met de dagenergie
Van Kees Visser en Barbara C. Roth

Interessante websites, collega nieuwsbrieven en weetjes en mooie extraatjes

Twee uitzendingen van Radar, over hoe de farmacie werkt:

[Uitzending over symptoomreclame](#)

[Uitzending over sales team farmacie](#)

Heel inspirerend. Laat je verwonderen.

Niet opgeven loont: http://www.youtube.com/watch_popup?v=W5mblDtkruM&feature=share

Zonder oordelen ervaren: http://www.youtube.com/watch?v=tYy_M4lrH54&feature=related

Love Language:

De glimlach ging maar niet van mijn gezicht, wat een ontroerende en liefdevolle film.....de taal van de liefde is universeel, uit de nieuwsbrief van Ellen Engelman

http://www.youtube.com/watch?v=QyB_U9vn6Wk

*Christendom wil naastenliefde
Jodendom rechtvaardigheid
Allah vraagt om overgave
Zen staat voor eeuwigheid
Sartre dwingt ons tot keuze
Taoïsme streeft naar rust
Hindoeïsme heeft de reinheid
Boedha leert ons: Leef bewust
Shintoïsme eert traditie
Humanisme zoekt de mens
Theosofen weten alles
Maar ik heb één hartewens:
Voeg die deugden eens tezamen
Zeg niet: dit of dat is raar
Alles heeft zijn eigen waarde
Mens zijn doe je met elkaar*

Arie Vuyk,
dit mag verspreid worden

Het Ik Durf Gebed

Ik durf LIEF te hebben in elk moment
Zelfs als ik bang ben om gekwetst te worden.

Ik durf te VERTROUWEN dat het goed komt
Zelfs als ik bang ben voor voorspellingen die het tegendeel zeggen.

Ik durf mijn SCHULDGEVOELEN los te laten,
Zelfs als deze schuld mij voorzien heeft van een veilige haven om mezelf te beperken.

Ik durf mijn SCHAAMTE los te laten, schaamte voor wat dan ook
Zelfs als ik voel dat anderen me ervan beschuldigen.

Ik durf me WAARDIG te voelen
Onder alle omstandigheden en voorwaarden.

Ik durf de WAARHEID te spreken op elk moment
Zelfs als het tijdelijke chaos kan veroorzaken.

Ik durf BRILJANT en MOOI te zijn
Zelfs als ik bang ben dat ik anderen jaloers zou kunnen maken.

Ik durf KRACHTIG te zijn
Zelfs als ik bang ben dat ik deze kracht zou kunnen misbruiken.

Ik durf SCHANDALIG te zijn, BRUTAAL en UITGESPROKEN
Zelfs als ik bang ben dat het anderen zal intimideren.

Ik durf mijn UNIEKE ZELF te worden
Zelfs als ik bang ben dat ik misschien niet wordt aanvaard.

Ik durf te RIJK zijn
Zelfs als ik bang ben dat ik alles weer kan verliezen
en/of anderen geloven dat het niet spiritueel is om rijk te zijn.

Ik durf een TROUWE DIENAAR te worden
Zelfs als ik bang ben dat niemand voor mij zal zorgen.

Ik durf de SPIRITS aan te roepen
Zelfs als anderen dreigen me te zullen stoppen.

Ik durf met VREUGDE uit te zien naar de volgende wereld
Zelfs als ik bang ben voor de grote leegte die voor me is.

En het belangrijkste... Ik durf mezelf terug te geven aan God
Zelfs als ik bang ben dat ik mezelf zou kunnen verliezen.
Omdat het verliezen van mezelf aan God alle andere dingen
die ik denk dat ik moet doen of zijn... onbelangrijk maakt.

Aluna Joy Yax'kin, vertaling Nicole E. Zonderhuis

Het mooiste wat je kunt worden is jezelf

"Tip 3 voor bouwen aan Zelfvertrouwen."

Kan jij geen **nee zeggen**? Doe jij veel dingen om anderen mensen te plezieren? Maak jij je druk wat anderen mensen van je denken?

Kijk eens naar de video:

<http://justbeyou.nl/tip-3-bouwen-aan-zelfvertrouwen/>

Warme groet, Marian Palsgraaf

W www.justbeyou.nl

F www.facebook.nl/marianpalsgraaf

Sinds kort zijn wij een partnership aangegaan met succes boeken.
Dit is een uitgever die alleen boeken uitgeeft voor zelfontwikkeling.
Voor een overzicht van alle boeken kun je gaan naar
<http://www.agaphe.nl/boeken.php>

Bestel je een boek, zonder extra kosten, via onze website, dan ontvangen wij als dank een kleine provisie.

Ons doel is om deze extra inkomsten aan te wenden voor het uitnodigen van interessante mensen met boeiende lezingen.

Bedankt voor je vertrouwen.

Sorry, dat ik in mijn enthousiasme jou overlaadt met informatie wat misschien nieuw voor je is.

Sorry, dat het daardoor lijkt alsof ik weet hoe het zit, integendeel, ik leer nog iedere dag.

Sorry, dat ik hierbij voorbij ga aan jou kennis en jou inzicht, omdat jezelf het beste weet wat goed voor jezelf is.

Mogelijk dat jou levensstijl een gewoonte is geworden waar geen ruimte is geweest voor informatie die je de andere kant laat zien.

Deze informatie kan mogelijk voor essentiële en radicale veranderingen zorgen. Misschien ben je hier nog niet klaar voor. Wanneer je deze informatie op een ander moment (en) in een andere context tegenkomt, zul je dit op een andere manier gaan beluisteren. En misschien is dat het juiste moment om hiermee aan de slag te gaan.

De reden dat ik het je vertel is om je bewust te maken van je keus. Door je in contact te brengen met deze voor jou onbekende informatie ga je je eigen mening mogelijk herzien.

Je kunt je eigen keus maken en herzien, doe dit, maar wel zo dat het jouw keuze is, een keuze die je bewust hebt gemaakt!

Als ik je dit niet vertel en je deze informatie onthoud, voelt het als een soort van verraad omdat je mogelijk met deze informatie andere keuzes had willen maken. Mogelijk ondervind je nu of nog steeds de gevolgen van jou eerder genomen beslissing, was je onwetend en kon je er niets aan doen. Met de kennis die je nu bekend is kun je nieuwe beslissingen nemen die mogelijk een positieve bijdragen leveren aan je gezondheid en welzijn.

Hoe ga jij om met het verspreiden van jouw kennis?

Hoever sluit jij je af van je omgeving door je bijvoorbeeld een eigen voedingsstijl aan te meten? En hoe geloofwaardig ben jij voor jezelf als je dit verkondigt en je je eigen "waarden" overtreedt?

Eenmaal meer bewust geworden, worden we door signalen geprikkeld alert te blijven, zodat we ook constant onze eigen waarden kunnen bijstellen.

Zitten we in een kring waarin een bepaald gegeven als waar beschouwd wordt, kan het zijn dat we geconfronteerd worden met een "geleerde" of ervaringsdeskundige die een andere invalshoek belicht, waardoor we onze waarheid nog eens onder de loep kunnen nemen.

Dus ook voor de bewuste mens is het belangrijk mee te blijven bewegen en open blijven staan voor andere meningen en de veranderingen in de wereld en niet in je eigen flow te blijven hangen.

Succes!

We sluiten de Nieuwskrant af met de volgende tekst:

- 1. Als je iets leuk vindt, geniet ervan.**
- 2. Als je iets niet leuk vindt, vermijdt het.**
- 3. Als je iets niet leuk vindt, maar het niet kan vermijden, verander het dan.**
- 4. Als je iets wat je niet leuk vindt, niet kan of wil vermijden of veranderen, aanvaardt het dan.**
- 5. Je kan pas iets aanvaarden door je perceptie erover te wijzigen.**

Nuttige links.

Reageren op de nieuwskrant: [klik hier](#)

Tip voor de nieuwskrant: [klik hier](#)

Wil je meer weten, sta je open voor andere/deze inzichten? [Lees dan verder](#) en tref je de sites waar deze informatie te vinden is.

We willen oprecht *zuivere* informatie uitwisselen. Op het moment van plaatsen van het artikel staan we hier achter, misschien kijk jij er anders tegen aan. Het kan ook zijn dat in de loop

van de tijd deze kennis bijgesteld moet worden. In alle oprechtheid en zonder winstbejag willen we, jouw link en/of persoonlijke informatie of informatie om te delen, plaatsen, waar mogelijk in overleg en met toestemming van de auteur. Mogelijk kan aangereikte informatie niet geverifieerd worden waardoor deze of gene zich benadeeld kan voelen.

Onze bedoeling is door informatieve artikelen te plaatsen jou als lezer van de nieuwskrant te prikkelen en op je op zoek zal gaan naar deze schrijver, site of dit onderwerp. Op deze manier wordt het web met bereikbare informatie door deze tips voor iedereen bereikbaar.

*Wij vermelden graag **activiteiten** en hebben een aparte rubriek met links naar interessante **collega nieuwsbrieven**.*

*Maak jij een **nieuwsbrief** die passend is bij ons concept, plaatsen wij graag jouw link.*

© Overname of vermenigvuldiging van informatie is uitsluitend toegestaan met vermelding van bron en handhaving van verwijzingen in deze informatie.

Voor ingezonden stukken is uitsluitend de auteur verantwoordelijk.



De wereld om je heen: Welke informatie neem je tot je? Brengt het je angst of wil je het weten? Zodra je meer kanten van een verhaal kent, kun je kiezen en je eigen pad hierin gaan.

Eigen verantwoordelijkheid nemen zorgt dat je niet afhankelijk bent en actie verdrijft angst. Nu word je je meer bewust van je eigen *zijn* binnen dit proces.

Je kunt je niet meer verschuilen achter: Dat heb ik niet geweten. Je zult dan niet meer onbewust een meeloper zijn maar als je meeloopt kies je bewust om een meeloper te zijn, en dat is prima. Zolang het maar jouw keuze is.

Inhoud extra informatie van de nieuwskrant

* Binnen het Zoroastrisme is **Ahriman** of **Angra Mainyu** de god van het duister en kwaad. Hij is de aartsvijand van Ahoera Mazda. Ahriman zond dood en ziekten naar de mensen om hen in ellende te storten en zo het aards paradijs dat Ahoera Mazda had geschapen te bederven.

* In de antroposofie van Rudolf Steiner is Ahriman een gevallen aartsengel. Zijn werkzaamheid is tegengesteld aan die van Lucifer. Tegenover de illusiescheppende Lucifer staat hij juist voor het naar beneden halen van het menselijke. Hij wordt ook wel als de inspirator van het materialisme beschouwd.

Antroposofische begrippen

* Wanneer we een huis bouwen, moet er eerst een idee zijn, een plan. Dan is er de architect die het idee uitwerkt. Er moet een locatie worden gezocht, waarna de grond bouwrijp moet worden gemaakt. Er moeten bouwmaterialen komen. Er moet volgens het plan stap voor stap gebouwd worden en bij elke fase zijn verschillende mensen betrokken, elk met zijn eigen specialiteit. Pas als het huis klaar is, zie je wat al die inspanning heeft opgeleverd. Op een vergelijkbare manier is de mens 'gebouwd' door geestwezens uit de geestwereld. Elk geestwezen heeft daarbij zijn eigen 'specialiteit' ingezet.

* Vanuit de christelijke literatuur weten we dat er een complete hiërarchie bestaat in de geestwereld. Een leerling van de apostel Paulus (Dionysius Areopagita) heeft deze wezens en hiërarchie voor het eerst systematisch beschreven. Omdat de mens ook een geestwezen is, maakt hij deel uit van deze hiërarchie.

De hiërarchie in de geestwereld

De Drie-Eenheid	Vanuit dit gebied ontstond het plan om de mens te maken
Serafijnen	Geesten van de liefde
Cherubijnen	Geesten van de harmonie
Tronen	Geesten van het willen
Kyriotetes	Geesten van de wijsheid
Dynameis	Geesten van de beweging
Excousiai	Geesten van de vorm (ook wel Elohim genoemd)
Archai	Geesten van de tijd
Aartsengelen	Geesten van de volken
Engelen	Geesten van het individu
Mens	Het enige wezen in de hiërarchieke lijn met een fysiek lichaam

* Alle geestwezen uit de geestwereld zijn betrokken bij de schepping en de ontwikkeling van de mens en hebben zich a.h.w. ten dienste gesteld van die mensheid. Dat betekent tevens dat ze hun eigen ontwikkeling daarvan afhankelijk hebben gemaakt. Dat zegt iets over de verantwoordelijkheid die wij mensen hebben t.o.v. die wezens, t.o.v. van onze medeschepselen, het dieren-, planten- en mineralenrijk en de wijze waarop wij ons persoonlijk en geestelijk ontwikkelen.

* De schepping van de aarde en mensheid is niet zomaar gegaan. Het is, net als bij het bouwen van een huis, in fasen gegaan, in planeetfasen.

Oude Saturnus

* In deze eerste fase werd aan de aanleg van ons fysieke lichaam gewerkt. De mens onderscheidde zich van zijn omgeving d.m.v. temperatuur verschillen, door warmte. Met ons huidige fysieke lichaam onderscheiden we ons van het niets. Het fysieke lichaam hebben we gemeen met de dieren, planten en mineralen.

Oude Zon

* In deze volgende ontwikkeling ontstond de aanleg van ons huidige ether- of levenslichaam. In deze ontwikkelingsfase werd het leven toegevoegd aan de warmte. Ons huidige, onstoffelijke ether- of levenslichaam bevat behalve het leven, onze onbewuste en ritmische processen, zoals de hartslag, ademhaling, spijsvertering, de voortplantingsprocessen, maar ook onze zelfgenezingskracht, het immuunsysteem, ons 'instinct', ons geheugen. Met ons ether- of levenslichaam onderscheiden we ons van de mineralen en hebben het gemeen met de dieren en de planten.

Oude Maan

* De daaropvolgende ontwikkeling werd er aan de aanleg van ons astraallichaam, onze ziel, gewerkt. In onze onstoffelijke ziel huist het bewustzijn, onze emoties, zoals sympathie, antipathie, onze driften en hartstochten, het ervaren van pijn, verdriet, angst. De ziel hebben we gemeen met de dieren en we onderscheiden ons daarmee van de mineralen en de planten.

Aarde

* In de huidige Aarde-ontwikkeling vond de geboorte van ons 'Ik', onze geest, plaats. In het onstoffelijke 'Ik' huist onze individualiteit, ons zelfbewustzijn (het ons bewustzijn dat we een bewustzijn hebben), onze objectiviteit, onze moraal of eigen verantwoordelijkheid, het waarom achter de dingen willen weten, het spirituele in ons. Met ons 'Ik', onze geest, onderscheiden we ons van de dieren.

* Er zullen na de huidige Aarde-ontwikkelingen **nog 3 planeetontwikkelingen** volgen, nl. de **Jupiter-**, de **Venus-** en de **Vulcanus-**ontwikkeling, waarin resp. het Geestzelf, de Levensgeest en de Geestmens door de mens zal worden ontwikkeld. In het totaal zijn er dus 7 planeetontwikkelingen.

De ontwikkeling van de mensheid op aarde kent ook 7 fasen. Een onderdeel hiervan vormen de 7 na-Atlantische cultuurperiodes.

Oud Indische van	7227-5067 v.Chr.
Oud Perzische van	5067-2907 v.Chr.
Egyptisch/Babylonische van	2907-747 v.Chr.
Grieks/Latijnse van	747 v.Chr. - 1423 n.Chr.
Germaanse van	1413-3573 n.Chr., de tijd waarin we nu leven
Russisch/Slavische van	3573-5733 n.Chr.
Amerikaanse van	5733-7893 n.Chr.

* In elke cultuurperiode (van ca. 2160 jaar) werd en wordt er zowel in de stof als in de geestwereld gewerkt aan de ontwikkeling van een specifiek wezensdeel van de mens. Ook in het aardse leven van de individuele mens onderscheiden we een 7-voudig ritme.

Ontwikkelingsfasen van het menselijk leven

0 - 7 jaar	de mens werkt aan de bouw van z'n <u>eigen</u> lichaam
7 -14 jaar	de mens werkt aan z'n <u>eigen</u> functioneren
14-21 jaar	het astraallichaam wordt geboren en verder ontwikkeld
21-28 jaar	de geboorte van het 'Ik' in de gewaarwordingsziel en de ontwikkeling van de gewaarwordingsziel
28-35 jaar	de geboorte van het 'Ik' in de verstands-gemoedsziel en de ontwikkeling van de verstands-gemoedsziel
35-42 jaar	de geboorte van het 'Ik' in de bewustzijnsziel en de ontwikkeling van de bewustzijnsziel
42-49 jaar	het voorbereidend werk voor de ontwikkeling van het Geestzelf
49-56 jaar	het voorbereidend werk voor de ontwikkeling van de Levensgeest
56-63 jaar	het voorbereidend werk voor de ontwikkeling van de Geestmens

* Het woord 'eigen' is onderstreept, omdat in de eerste 2 levensfasen het kind werkt (o.a. d.m.v. het doormaken van kinderziekten) aan het loskomen van de erfelijke eigenschappen van zijn ouders.

Reïncarnatie, karma

* **Elk individueel mens is een eeuwiglevend, geestelijk wezen** (ons 'Ik' is onsterfelijk). **Dat betekent dat we na onze aardse, lichamelijke dood verder leven in een geestelijke wereld. Het betekent ook dat we in diezelfde wereld al leefden voordat we werden geboren.**

* **Bij het sterven verlaten het ether- of levenslichaam, de ziel en het 'Ik' het fysieke lichaam, dat achter blijft en vanaf dat moment onderworpen is aan de wetten in het mineralenrijk, het ontbindt. In de geestwereld verwerken we de ervaringen uit ons aardse leven en bereiden we ons volgende leven voor.**

* **Het doel van het reïncarneren is: ontwikkeling van onszelf, van de mensheid, van de planeten en van alle wezens in de geestwereld. Aan al deze zaken leveren wij als individu een bijdrage. In de stof zijn er noodzakelijke ervaringen op te doen die nergens in de geestwereld op te doen zijn. Die ervaringen zijn dermate veelomvattend en zo verschillend dat ze onmogelijk in één incarnatie op te doen zijn. Welke ervaringen opgedaan moeten worden, wordt bepaald door onszelf, door ons eigen 'Ik', in samenwerking met andere geestwezens, in de perioden tussen 2 incarnaties in.**

* Ons voornemen, dat we meenemen naar de aarde, wordt mede bepaald door de karmische gevolgen van onze daden uit ons vorige leven. Elke daad heeft gevolgen en die gevolgen komen, in welke vorm dan ook, bij ons terug. Het is daarbij niet van belang of we dingen wel of niet met de allerbeste bedoelingen hebben gedaan. **Het gaat puur om wat onze daden teweeg hebben gebracht in de ontwikkeling van mensen en van de aarde. Zolang we geen harmonie in onze daden weten te brengen, zal het reïncarneren doorgaan.** Het voornemen is bedoeld om juist die ervaringen op te doen die ons geschikt maken om de volgende stap in onze ontwikkeling te kunnen aangaan. Het voornemen komt tot uitdrukking in onze biografie. Na de geboorte op aarde zijn we ons niet meer bewust van ons voornemen, omdat dit voornemen vastgelegd is in onze organen, die alleen maar kunnen functioneren dankzij ons levenslichaam, waarin geen bewustzijn is zoals wij dat kennen.

Tegenkrachten

* Er zijn ook tegenkrachten die weliswaar niet tegen de ontwikkeling van de mensheid zijn, maar die dat willen volgens hun eigen doelstellingen. Twee van hen zijn:

Lucifer is de grote inspirator in de kunst, waardoor prachtige dingen zijn en nog zullen ontstaan. Maar hij is ook het wezen dat ons van onze aardse taken probeert af te houden: "Wat moet je toch op de aarde? Je hoort in de geestwereld thuis. Ga maar navelstaren in een hutje op de hei en onttrek je aan de jachtige maatschappij. Loop je idealen maar achterna. Deze tijd is niks, vroeger was alles beter, dus terug naar de natuur." Hij probeert de mens de luciferische geestwereld in te trekken, bv. d.m.v. drugs.

Ahriman is de grote inspirator in de huidige wetenschap, dat grootse zaken heeft voortgebracht en nog zal voortbrengen. Maar hij is ook het wezen dat ons afhoudt van de geestelijke wereld: "Hoezo geestwereld? Op de aarde hoor je thuis! De dingen die je doet, moeten nut hebben, geld opbrengen. De oorzaak van alles in de stof te vinden, dus de oplossing van alle problemen ook" (het pure materialistische denken). Steeds snellere computers, betere technologieën, vollere agenda's en vooral geen tijd hebben om over jezelf na te denken. De werken van Ahriman zijn het karmische gevolg van de werken van Lucifer.

* Je kunt niet zeggen dat je niets met Ahriman en Lucifer te maken wilt hebben, want ze spelen juist een wezenlijke en noodzakelijke rol in de ontwikkeling van de mensheid en dus ook in de ontwikkeling van elk van ons. Alles wat we om ons heen zien is Ahriman en Lucifer; ze zitten in ons. Hun strijd om onze 'ziel' speelt zich in ons af. Er tegen strijden of je ertegen verzetten, heeft geen enkele zin, want het zijn machtige wezens die een paar planeetontwikkelingen op ons voorlopen. Je verzetten tegen of afkeren van Ahriman, betekent bijna automatisch de wereld van Lucifer binnengaan en andersom. Het tegenovergestelde van het kwaad is dus niet het goede, maar een ander kwaad. Het zijn slechts kortdurende, spaarzame (en dus kostbare) momenten in ons leven dat we **in het midden** tussen Ahriman en Lucifer in kunnen staan: **de plaats van het Christuswezen**, want het volgende moment schieten we weer naar links of naar rechts. Het is onze taak om ons met deze wezens uiteen te zetten, om er wakkerheid, inzicht en bewustzijn aan te ontlenen. Om hun inspiraties te

doorzien en ze om te zetten in daden die ten goede komen aan een menselijke, 'doorchristelijke' ontwikkeling i.p.v. aan een ahrimanische of luciferische ontwikkeling. Op het moment dat we dat hebben bereikt, hebben we harmonie in onze daden gebracht en hebben we daarmee Ahriman en Lucifer van hun taak ontheven.

* **Elke mens is** volgens Rudolf Steiner, vanuit een bepaald gezichtspunt bezien, **een unieke constellatie van 3 categorieën wezens**. Hij noemt deze: luciferische, ahrimanische en christelijk geïnspireerde wezens. De onderlinge verhouding tussen deze krachten of wezens is bij geen enkel mens hetzelfde. En Steiner roept op om ons zo te scholen, dat wij steeds meer interesse krijgen voor ieder mens door deze te leren zien in zijn of haar unieke constellatie van deze wezens. Een implicatie van deze zienswijze is dat het eenzijdig etiketten plakken op individuele mensen, zoals ahrimanisch of luciferisch, in het geheel geen zin heeft omdat dit de werkelijkheid te kort doet. Deze al te eenvoudige duiding simplificeert te zeer een complexe werkelijkheid. Een andere implicatie is dat het geen zin heeft de luciferische en ahrimanische wezens te veroordelen en te bestrijden. Rudolf Steiner zegt daarover dat het streven erop gericht dient te zijn dat deze wezens die op zichzelf de ontwikkeling van de mens tegenwerken, **in de toekomst in balans moeten komen en zich in dienst moeten stellen van de centrale christelijke impuls**. Het gaat hierbij dan niet om een norm, maar om een toekomstperspectief, waaraan stap voor stap gewerkt kan worden. Voor de richting waarin gewerkt kan worden is echter het doorzien van de betreffende constellatie van geestelijke wezens heel belangrijk. Immers, de eenzijdigheden welke hierbij kunnen worden aangetroffen, zijn op zich genomen juist de symptomen van 'ziektebeelden' van het sociale leven. Hier geldt zeker: **een juiste diagnose is de eerste stap op weg naar een genezingsproces**. Deze zelfde zienswijze is ook van toepassing op een sociaal organisme, wat een organisatie uiteindelijk ook is. En dat hierbinnen ditzelfde krachtenveld van ahrimanische, luciferische en christelijk geïnspireerde wezens kan worden waargenomen; telkens in een voor elke organisatie unieke combinatie. En dat vanuit het waarnemen van dit krachtenveld aanwijzingen te vinden zijn voor het ontwikkelen van een visie op en methode voor een stap voor stap genezingsproces.

Polariteiten

* Een van de kenmerken van deze constellatie van wezens is de polariteit tussen de luciferische en de ahrimanische. De eenzijdige overheersing van een van deze beide categorieën van geestelijke wezens brengt voor het dagelijks leven in de organisatie en samenwerking een aantal fenomenen met zich mee, elk met zijn specifieke ongewenste effecten. Alle dilemma's die in een organisatie leven, kunnen vanuit deze polariteit worden onderzocht: bijvoorbeeld die tussen het gemeenschappelijke en het individuele belang, tussen bureaucratie en autonomie, tussen ideaal en werkelijkheid, tussen dictatuur en basisdemocratie. Een organisatie waar de luciferische wezens nadrukkelijk en eenzijdig de overhand hebben. Vervolgens een organisatie waar ahrimanische wezens de overhand hebben. **En ten slotte enkele kenmerken van een organisatie welke in toenemende mate een evenwicht tussen beiden laat zien, onder leiding van christelijk geïnspireerde wezens**. De werkelijkheid ligt genuanceerder dan uit de navolgende fenomenen zou kunnen worden afgeleid: de constellatie van wezens kan verschillen per afdeling, en ook periodiek er anders uitzien. Er zijn momenten dat het christelijke element in de organisatie voelbaar is; dit is echter nog nergens een permanente toestand. In de eenzijdigheid herken je de werkzaamheden.

Luciferische eenzijdigheid

* Lucifer wordt gekarakteriseerd als het hoge geestelijke wezen dat o.m. ons als mensen wil verleiden de aardse werkelijkheid te ontvluchten naar die regio in de geestelijke wereld waar dit wezen zijn rijk heeft. Hij is het wezen dat, vanuit de aarde gezien, illusies onder de mensen brengt en het koesteren van illusies bevordert. In een organisatie waar eenzijdig door Lucifer geïnspireerde geestelijke wezens de overhand hebben, kunnen o.m. de volgende fenomenen worden waargenomen.

* Vijandschap tegenover alles wat met vormgeving en structuur te maken heeft. Immers, structuur begrenst de menselijke vrijheid, en deze begrenzing is voor Lucifer buitengewoon antipathiek. In zijn rijk bestaan geen grenzen in de aardse betekenis van het woord. Dus een duidelijke organisatiestructuur met eenduidige functiebeschrijvingen en verantwoordelijkheden is hier uit den boze. Het is onduidelijk wie voor wat verantwoordelijk is, over welke bevoegdheden en middelen een medewerker precies beschikt. Informatie geschiedt bij voorkeur mondeling, omdat het dan ook weer snel kan verdampen.

Grenzenloosheid en het doen 'oplossen van het vaste' zijn hier 2 belangrijke kenmerken.

* Een voorkeur voor vaagheid, diffuusheid, onhelderheid. Lucifer is de vijand van transparantie en tracht waar maar mogelijk duidelijkheid weer mistig te maken. Dit geschiedt door o.m. zo abstract mogelijke begrippen te gebruiken, waaronder uiteindelijk ieder het zijne of hare kan verstaan. Vrijblijvendheid in afspraken, veel 'in het midden laten', bijvoorbeeld wie over wat beslist.

* Een hekel aan toetsbaarheid, aan harde criteria, aan meetbare resultaten, aan concreetheid op aards niveau. Een voorkeur voor meningen, oordelen en opvattingen, en het gebruik van globale aanduidingen.

* Een voorkeur voor het spreken over idealen, zonder deze te preciseren en concreet uit te werken. De hiermee verbonden illusies worden gekoesterd en beschermd. En als ondanks alles de idealen niet tot realisatie komen, wordt er naarstig naar zondebokken gezocht.

* De gemeenschap als ideaal heeft bij Lucifer kenmerken van het collectivisme. Iedereen moet het overal mee eens zijn en het individu heeft nauwelijks bestaansrecht. Het individu is ondergeschikt aan de groep. De groepsvorming komt op een niet-transparante wijze tot stand. Niet de formele verantwoordelijkheden, deskundigheden en posities zijn bepalend voor de groepsvorming, maar veeleer de individuele sociale dominantie en het vermogen om strategisch en veelal onderhuids de groepsmening te beïnvloeden en te sturen. De informele hiërarchie is vaak sterk ontwikkeld. Het afwijken van de mening van de informele leiders komt het individu duur te staan: sociale sancties, tegenwerking tot en met uitstoting uit de groep. De luciferische organisatie kent een sterke voorkeur voor opgewonden discussies; hoe emotioneler hoe beter. Dit demonstreert namelijk de betrokkenheid; niet de resultaten van ieders werk. Degenen die de kunst van het emotionele debat het beste beheersen dwingen op sociaal-darwinistische wijze de anderen hen te volgen. Sommigen worden steeds ter verantwoording geroepen, anderen nooit. Voor zover er spelregels zijn gelden deze voor sommigen, en voor anderen niet.

* Het klimaat in een dergelijke organisatie is warm tot broeierig van aard, waarbij de emotionaliteit de ratio domineert. De vriendelijkheid is vaak oppervlakkig en wanneer daar doorheen wordt geprikt, komt vaak een onverwachte hardheid tevoorschijn. Initiatieven, bevlogenheid, opwinding en enthousiasme worden erg op prijs gesteld. Doelmatigheid is 'niet netjes', en het nuttigheidsprincipe staat achteraan. Situationeel beleid is dan ook een geliefde term. Elke situatie is anders, en daarmee kan afgesproken beleid te allen tijde worden genegeerd ten gunste van de vrijheid van het individu om zelf te bepalen wat hij of zij doet. De afkeer van objectivering is groot, ten gunste van het subjectieve element, dat te allen tijde voorrang dient te hebben.

* Het werk heeft een sterk hobbykarakter: doen wat je leuk vindt. Niet-leuk werk wordt als het enigszins kan niet gedaan, zoals bv. heel banaal het opruimen van de kopjes. Plicht en discipline zijn niet populair, 'recht hebben op' is dat daarentegen zeer.

Onvermijdelijke teleurstellingen

In een organisatie waar de luciferische wezens eenzijdig overheersen is het verlangen naar de geestelijke aspecten van het werk groot, in combinatie met een afkeer van het aardse en zijn kenmerkende beslommingen en beperkingen. Er zijn op vele terreinen en in details openlijk en verborgen vormen van escapisme waarneembaar; pogingen om aan de rauwe alledaagse werkelijkheid te ontsnappen. De nuchterheid wordt gevreesd omdat deze een einde zou kunnen maken aan de vrijheid en illusies, en eenieder toetsbaar maakt op zijn of haar bijdrage en deskundigheid. De voorkeur is groot voor het werken en leven in enclaves, weg van de 'gewone wereld', welke bij voorbaat moreel verdacht is en bedreigend voor de eigen, in veiligheid en afzondering gekoesterde idealen. De toets van deze idealen aan de aardse werkelijkheid wordt bij voorkeur vermeden en de eigen morele positie wordt bewust of onbewust als verreweg superieur beoordeeld. Hierachter gaat de hoogmoed van Lucifer schuil, ook al is deze soms nog zo nederig verpakt. Lucifer inspireert echter ook tot het verlangen naar bv. kunst, schoonheid en filosofie; uiterst waardevolle elementen in elke cultuur en beschaving. Deze zijn echter in hun volmaakte vorm en inhoud slechts in de geestelijke wereld te vinden. De tragiek is er dan ook in gelegen dat het realiseren ervan temidden van de aardse beperkingen in het leven van alledag gebrekkig blijft, en nooit zo mooi kan zijn als in onze verbeelding. Maar de luciferische wezens nemen er geen genoegen mee dat deze idealen in een minder dan volmaakte vorm verschijnen, waarmee de afwijzing van het aardse een feit is, en de uiteindelijke diepste teleurstellingen onvermijdelijk. Het moreel, ethisch en esthetisch perfectionisme, het niet verdragen te leven met minder dan het volmaakte, is de grootste

belemmering van de ontwikkeling van een organisatie waarin de luciferische wezens eenzijdig dominant zijn. Immers, het begrip ontwikkeling impliceert dat we werken in de richting van het betere en volmaaktere, maar tevens dat daarvoor nog een lange weg moet worden afgelegd, waarbij het onvolmaakte en ontoereikende ons steeds zal vergezellen en als realiteit zal moeten worden geaccepteerd. Het vermogen om onvergankelijke idealen te laten weerspiegelen in vele kleine situaties van alledag, het kunnen genieten van momenten waarop de liefde en de schoonheid in het werk en in de samenwerking verschijnen, en van de zeldzame ogenblikken van een ware ontmoeting, vormen een essentieel genezend element voor een eenzijdige luciferische dominantie. Dit vraagt om het vermogen om het verdriet te accepteren dat gekoppeld is aan het inzicht dat, zolang wij op aarde verblijven, dit alles telkens weer voorbij zal gaan en in zijn absolute vorm ongrijpbaar blijft. Gelukkig komt de hierboven geschetste organisatie, waarin de luciferische wezens zo sterk de overhand hebben, in de praktijk niet voor. Een dergelijke organisatie zou ook geen lang leven beschoren zijn. We zullen verderop zien dat het luciferische altijd (ook al is dit soms niet direct zichtbaar) vergezeld gaat van het ahrimanische; het heeft deze compensatiefunctie dan ook hard nodig om te overleven.

Ahrimanische eenzijdigheid

Waar Lucifer inspirator is van de kunsten, is Ahriman dit van de wetenschap. Een volstrekt onpersoonlijke wetenschappelijke objectiviteit, met harde wetenschappelijke methoden en bewijzen, dat is het domein waar Ahriman zich thuis voelt. Elke opvatting die niet wetenschappelijk te bewijzen valt, wordt door hem minachtend ter zijde geschoven.

Ahrimanische wezens zijn het aardse element bij uitstek, doordat deze wezens het bestaan van een niet-zichtbare geestelijke wereld ontkennen. Deze is immers niet te bewijzen. Een organisatie waar eenzijdig de ahrimanische wezens de overhand hebben, kan gekenmerkt worden door de volgende fenomenen.

Ahriman spreekt cynisch over idealen en over moraliteit. Zijn reactie daarop is vaak in de sfeer van: waar zit het eigenbelang? Resultaten tellen, het proces is van geen belang. 'Het doel heiligt de middelen' is een ahrimanische uitspraak.

Alleen wat zichtbaar, tastbaar, bewijsbaar, aantoonbaar en meetbaar is, heeft waarde. Het werk kan altijd efficiënter, sneller, goedkoper; hier liggen de wortels van de 'verbeterneurose'. Affectiviteit bijvoorbeeld is niet nuttig. Op resultaten dient eenieder te worden afgerekend, en er wordt aan voorbij gegaan dat resultaten nooit zonder anderen worden bereikt: afhankelijkheid is namelijk onwenselijk.

De structuur en vormgeving zijn alleen zaligmakend. Tot in alle bureaucratische details is geregeld hoe de 'machine' van de organisatie functioneert. Een gigantisch regelwerk wordt geacht los van mensen het organisme te besturen door middel van uitgewerkte handboeken en een oerwoud van regels. Het idee hierachter is dat wanneer zo onpersoonlijk als mogelijk wordt gewerkt, elke mens op elk moment vervangbaar is. Het wantrouwen is voelbaar: wanneer het van de mens afhangt, gaat het zeker mis, dus laten we het zo mens-onafhankelijk maken als maar enigszins mogelijk. De voorliefde van Ahriman voor structuur en formele vormgeving maakt dat hij goed is in het aangeven en stellen van grenzen. De strak formele en rigide wijze waarop de grenzen worden gehanteerd (denk maar eens aan een stiptheidsactie), maakt zichtbaar dat dit vaak als machtsmiddel in plaats van een zinvolle afbakening wordt gehanteerd. In een sterk ahrimanisch geïnspireerde organisatie trekt eenieder zich op zijn functionele eiland terug, en ontstaan de problemen op het overgangsgebied van de ene individuele verantwoordelijkheid en die van de ander.

Het systeemdenken begrijpt niet waarom er ondanks alle regels nog problemen voorkomen. Dus wordt elk incident beantwoord met een nieuw of verbeterd systeem of regelwerk. Ook schema's en modellen zijn populair, en er is een bijna onbepaald geloof in protocollen, behandelingsplannen en rapportage-systematieken. En wat te automatiseren is, wordt geautomatiseerd. Het mensbeeld verraadt zich door een sterke voorkeur voor prestatiebeloning. De reorganisatie (het herontwerpen van de organisatiemachine en -processen) is een geliefkoosd middel tegen alle kwalen.

De communicatie verloopt droog, op het saaie af, en kent een sterke schriftelijke component; immers mondelinge informatie en communicatie wordt niet vertrouwd, omdat dit later niet meer aantoonbaar is. Feiten en cijfers domineren de gesprekken. Als er strijd is, gaat het om zogenaamde proceduregevechten omdat Ahriman weet dat wie de procedure bepaalt, uiteindelijk de macht en sturing in handen heeft. Macht uit zich minder in emoties dan wel in intelligentie. Degene met de grootste feiten- en dossierkennis troeft de anderen af.

Ook het beschikken over of beheren van geld is een belangrijke machtsfactor: 'wie de knip heeft beslist'. De machtigste heeft het grootste aantal m2 kantoorruimte ter beschikking: statussymbolen hebben de functie anderen te intimideren. Machtsposities worden ten eigen nutte nagestreefd.

De gemeenschap bestaat uit afzonderlijke individualiteiten. Het verbindende element is hoogstens dat de organisatie ieder in de gelegenheid stelt het eigenbelang maximaal te verzorgen. Het sociaal-darwinisme wordt ook hier omarmd, ook al zijn de strijdmiddelen anders dan bij Lucifer. De verschillen worden, eveneens anders dan bij Lucifer, niet weggepoetst en geloofend, maar juist geaccentueerd en verscherpt, en de onderlinge strijd direct of indirect aangemoedigd als strategie. Afvallers zijn 'losers'. De emotie haat is op de achtergrond waarneembaar bij conflicten, in tegenstelling tot woede bij de meer luciferische organisatie. Werk is plicht. Expansie is van groot belang, en de vraag of daarmee niet een terrein betreden wordt waarvoor de vermogens van de organisatie tekort schieten, wordt niet snel gesteld.

Angst

In een organisatie waar de ahrimanische wezens de overhand hebben, bestaat een groot verlangen zich met het aardse en het concreet tastbare te verbinden, en wel volledig. Hiermee is een belangrijke positieve factor verbonden: het streven naar concrete resultaten hier op aarde, en het goed kunnen omgaan met de aardse omstandigheden en met de nuchtere werkelijkheid. De objectiviteit kan verfrissend aandoen en de samenwerkingsrelaties, wanneer zij té subjectief zijn, verbeteren, zolang zij echter niet verwordt tot onpersoonlijkheid en in het verlengde daarvan onmenselijkheid. De hardheid in zijn eenzijdigheid voert ons echter weg van ons menszijn met al zijn (on)hebbelijkheden en onvolmaaktheden. Ook Ahriman heeft een hekel aan onvolmaaktheid, maar hij wil dit oplossen door het functioneren van de organisatie zo veel als mogelijk onafhankelijk te maken van de toch altijd onvoorspelbare menselijke factor. Ahriman neemt het liefst geen risico, wil alles calculeren. En de achterliggende drijfveren zijn angst en – in tegenstelling tot Lucifer – inferioriteitsgevoelens. Er bestaat een grote angst dat de zaken mislopen. Individuele initiatieven en persoonlijke creativiteit worden dan ook ontmoedigd en de persoonlijke motivatie is hier doorgaans gering, waardoor het zich functioneel en bureaucratisch opstellen kwade kansen krijgt.

Tussenbalans

Zoals de karakteristieken hier beschreven zijn, is dat gebeurd in een eenzijdigheid waardoor vele destructieve gevolgen zichtbaar worden voor de missie van de organisatie, voor de cliënten en voor de medewerkers. De organisatie komt niet of nauwelijks tot bloei op aarde als de luciferische invloed te groot is, en wordt gekenmerkt door een naar binnen gerichte emotionele strijdcultuur. Anderzijds is de organisatie niet meer verbonden met een geestelijke inspiratiebron en produceert alleen resultaten die voor het aardse van belang zijn wanneer de ahrimanische invloed te groot is. De menselijke factor moet zo veel mogelijk onschadelijk worden gemaakt. Ook hier komen de belangen van de organisatie, de cliënten en de medewerkers tekort. De fenomenen van eenzijdig luciferische en ahrimanische organisaties komen, zoals gezegd, in de praktijk niet zo extreem voor; de mens (evenals een sociaal organisme) is een constellatie van alle drie de categorieën wezens: luciferische, ahrimanische en christelijke. De zaak ligt echter nog iets gecompliceerder. De luciferisch en ahrimanische impulsen, deze elkaar schijnbaar uitsluitende wezens met elk hun eigen streven, bestrijden elkaar niet alleen, maar zijn op een dieper niveau wel degelijk ook met elkaar verbonden en van elkaar afhankelijk. Ze hebben namelijk een ding gemeen: het streven naar en maximaliseren van het eigenbelang; de een in de richting van de geestelijke wereld, de ander op het aardse vlak. Alleen de wijze waarop zij dit nastreven is tegengesteld. En ze vinden elkaar bijvoorbeeld in de reclame: Ahriman streeft naar steeds hogere verkoopcijfers van zijn producten, en wil meer winst maken. Maar Lucifer heeft hij nodig om de mensen te verleiden met behulp van illusies, om zijn producten ook daadwerkelijk te kopen. Maar ook is te zien hoe bij mensen en organisaties, waarbij Lucifer nadrukkelijk zichtbaar en aanwezig is, op een onderbewust niveau Ahriman werkzaam is. Duidelijk zichtbare superioriteitsgevoelens gaan in het onderbewustzijn vergezeld van minderwaardigheidsgevoelens en omgekeerd (de compensatorische functie van het onderbewustzijn). De dubbelganger van Lucifer is Ahriman, en die van Ahriman Lucifer. Ten slotte is een belangrijk aandachtspunt voor het diagnosticeren van deze fenomenen gelegen in de waarnemer zelf, in de eigen constellatie van de drie wezens. Immers, het eigen waarnemingsvermogen neemt tevens de kleur aan van de eigen eenzijdigheid.

En het is nu eenmaal karakteristiek dat wanneer het luciferische in een mens dominant is, het ahrimanische in de eigen persoon lastig of niet zichtbaar is, maar des te scherper in de buitenwereld, in de anderen wordt geobserveerd. En omgekeerd.

Christelijk helen

* Nu ben ik aangekomen bij **het derde element, dat van het midden, het christelijke in organisatie en samenwerking**. Waar is deze impuls in de organisatie te vinden? En hoe verhoudt deze zich tot de luciferische en ahrimanische wezens? Ook christelijk geïnspireerde wezens zijn werkzaam in de organisatie en binnen de samenwerking. Deze impuls is echter heel wat lastiger te karakteriseren, en niet alleen omdat de werking ervan op het eerste gezicht subtieler en minder spectaculair lijkt. De eenzijdige werkingen van Lucifer en Ahriman zijn in onze tijd nu eenmaal sterk dominant. Het navolgende mag dan ook niet als meer dan een voorzichtige poging worden opgevat om het christelijke in een organisatie aan te duiden en moet hier en daar als perspectief voor de toekomst worden gezien.

* **Het christelijke element overbrugt de polariteit tussen Lucifer en Ahriman, en brengt deze tot een synthese, tot een eenheid op een nieuw, hoger niveau**. Het kiest daarbij een fundamenteel ander uitgangspunt: niet het eigenbelang, hoe handig ook verborgen, maar het belang van de ander staat voorop. Het luciferische lijkt dit echter soms eveneens op de voorgrond te stellen; maar er is een subtiel maar uiterst belangrijk verschil.

* **Het christelijke element gebruikt de ander niet om zich zichtbaar op te offeren, maar weet dat wij mensen allen met elkaar verbonden zijn. En dat goed doen aan een ander mens gelijk staat met goed doen aan het geheel, aan de totaliteit van menselijk leven en daarmee ook aan zichzelf**. Zoals een oud joods spreekwoord zegt: 'Wie één mens heeft gered, heeft de hele mensheid gered.' Bij de luciferische variant van zichzelf wegcijferen, gaat het erom er uiteindelijk zelf beter van te worden, er zelf voordeel uit te halen voor de eigen ontwikkeling. Een voetbalcoach drukte het geheim van dit aspect van de samenwerking eens als volgt uit: **'Een excellente samenwerking ontstaat alleen wanneer elke speler erop uit is om in eerste instantie de ander in een goede positie te brengen.'** In een organisatie de ander in een goede positie brengen, geldt voor collega's, de leiding, de portier, de koffiejuffrouw en de receptioniste. In de mate waarin een organisatie dit principe tot leven heeft gewekt, wordt een rigide stelsel van regels en afspraken minder nodig. Dit stelsel heeft echter voordat het zover is, de functie om ons van de bestaande afhankelijkheden bewust te maken en de oriëntatie op de ander in de organisatie eerst bewust te organiseren. Verschillen tussen mensen worden niet weggepoetst of diffuus gemaakt (Lucifer) maar ook niet tot vertrekpunt voor machtsstrijd (Ahriman). De verschillen komen ongezoeten op tafel, worden niet uitgevochten, wel indringend onderzocht en uitgesproken. Op het einde daarvan komt de vraag: wat doen wij nu in het belang van onze missie en de vragen van de cliënten? De taken, verantwoordelijkheden en bevoegdheden zijn te allen tijde duidelijk, en vullen elkaar aan in het licht van het groter organisch geheel. **Eenheid in verscheidenheid; het streven is dat de verschillen in kennis, ervaring en karakter elkaar aanvullen en versterken**. Er bestaat een eenvoudige en transparante structuur, opgezet vanuit het belang van de klant, een structuur die voldoende ruimte biedt voor het individu om de eigen talenten te kunnen ontwikkelen in het licht van het geheel, echter primair ten bate van degene(n) voor wie de organisatie werkzaam is. **Iedereen draagt persoonlijke verantwoordelijkheid en is bereid verantwoording af te leggen, niet alleen over de eigen werkzaamheden maar ook over het eigen optreden in de samenwerking**. De stijl van leidinggeven bevindt zich tussen basisdemocratisch (Lucifer) en autoritair (Ahriman): de adviescultuur waarbij gebruik gemaakt wordt van de inzichten en ervaring van de collega's door hen te vragen advies uit te brengen, zonder de illusie dat iedereen over alles mag meebeslissen, maar ook zonder dictatuur. De communicatie is duidelijk wat de inhoud betreft. Bij het spreken wordt rekening gehouden met de luisteraar; bij de luisteraar is aandacht voor wat de spreker wil zeggen. De toon en het tempo van communicatie zijn van eminent belang omdat daarachter de houding, de verhouding tot de ander schuilgaat. Geweldloosheid en vergevingsgezindheid zijn hier kernbegrippen. **Er is vrijheid in verbondenheid**. Dit in tegenstelling tot anarchisme (Ahriman, eenzijdige benadrukking van vrijheid en onafhankelijkheid, je hebt niemand nodig) en collectiviteitsdwang (Lucifer, eenzijdige benadrukking van verbondenheid). Anders gezegd: **vrijheid en liefde horen onverbreeklijk bij elkaar als twee zijden van dezelfde munt**. Op eigen benen, vrijwillig de samenwerking tot een verbindend geheel maken, vanuit een buiten jezelf gelegen motief.

Tevreden zijn met het leveren van een eigen en unieke bijdrage, hoe klein ook, en anderen in de gelegenheid stellen dit eveneens te doen. **Bij het christelijke gaat het om het hart, waar het gevoelsleven ontspringt**, tussen de ahrimanische koele intelligentie en de luciferische, met emotie geladen wil. Deze laatste zijn echter zeker onmisbaar **om de impulsen welke voortkomen uit het hart, waar de uiteindelijke christelijke inspiratiebron te vinden is, werkzaam te maken.**

* Tot zover een eerste aanzet van het christelijke element in een organisatie en in de samenwerking te karakteriseren. Het is zeker niet volledig; we staan nog maar aan het begin, en slechts een gezamenlijke studie en verdieping kunnen ons met dit zo wezenlijke thema stap voor stap verder brengen. Wezenlijk omdat het welzijn van degenen die van ons en van de collega's afhankelijk zijn hiermee onlosmakelijk verbonden is.

Antroposofisch organiseren en samenwerken

* Het antwoord op de vraag of het mogelijk is om antroposofisch samen te werken of te organiseren is ten slotte – paradoxaal genoeg – met ja zowel als met nee te beantwoorden.

Zoals de antroposofische geneeskunde een uitbreiding en verruiming wil zijn van de reguliere geneeskunde, zo geldt dit ook voor antroposofisch organiseren en samenwerken. Dat wil zeggen: **zij steunt op de reguliere kennis en ervaring, maar voegt daar tegelijkertijd een nieuw element aan toe, waardoor bijvoorbeeld organisatorische ziektebeelden op een dieper niveau kunnen worden verstaan.** Het antroposofische mens- en wereldbeeld is hier de 'toegevoegde waarde' die een centrale rol speelt.

Antroposofisch organiseren en samenwerken bouwt voort op de kennis van regulier organiseren en samenwerken, op de ervaringen en wetmatigheden die daar zijn gevonden en worden toegepast. Deze reguliere basis ontkennen, en alleen een alternatieve vorm van organiseren en samenwerken praktiseren, heeft destructieve gevolgen. Dat is een dilettantisme dat vergelijkbaar is met veel van de geneeskunde uit de alternatieve hoek die vijandig staat tegenover de reguliere geneeskunde. Zo opgevat, is antroposofisch organiseren en samenwerken dezelfde onzin als antroposofisch pianostemmen of antroposofisch een auto repareren. En als ideologie zeker niet ongevaarlijk voor de organisatie en de cliënten.

* **De waarde van de antroposofie voor organiseren en samenwerken is dan ook gelegen in de concepten. Concepten die wortelen in de geest én op aarde, waarvan er in het voorafgaande één is uitgewerkt.** Ze maken een verdiepte diagnose van ziektebeelden in de organisatie en samenwerking mogelijk. Vanuit inzichten, met behulp van deze 'wezenlijke' diagnostiek gevonden, kunnen genezende interventies worden ontdekt, en helende ingrepen uitgevoerd. De effecten hiervan zullen vruchtbaarder kunnen zijn en duurzamere resultaten tot stand kunnen brengen. Deze concepten fungeren als een 'bril' waarmee symptomen van ziektebeelden in een samenhang van lichaam, ziel en geest kunnen worden onderkend, en passende 'geneesmiddelen' kunnen worden ontwikkeld. Hierin is de grote waarde van de antroposofie voor het organiseren en samenwerken te vinden.

Wij zijn allemaal getuigen van het einde van een beschaving, en staan aan het begin van een nieuwe, en als we dat willen zal het de schitterendste beschaving aller tijden worden. 2600 jaar geleden voorspelde Gautama Boeddha dat Maitreya zou komen om de mensheid te inspireren tot in zijn woorden Rechtschapenheid en Waarheid.

In alle grote religies bestaat het idee van verdere openbaring, Christenen hopen op de terugkeer van de Christus, de boeddhisten zien uit naar Maitreya Boeddha, de moslims naar de Iman Mahdi, de hindoes naar een reïncarnatie van Krishna en de joden naar de Messias. Studenten in de esoterische traditie weten dat dit allemaal namen zijn voor een en het zelfde individu: de heer Maitreya de Wereldleraar, het hoofd van de Geestelijke Hiërarchie van Meesters van Wijsheid.

Maitreya komt niet om een nieuwe religie te stichten, maar zegt dat iedereen zich binnen zijn eigen religie kan ontwikkelen of zich zonder religie kan ontwikkelen, slechts drie dingen zijn belangrijk, eerlijkheid in denken, oprechtheid van geest en onthechting. Dit kan iedereen met of zonder religie beoefenen. Maitreya komt ons daar bij helpen, om de kunst van Zelfverwerkelijking te onderrichten. Zijn sociale boodschap is: deel samen en redt de wereld. 2000 jaar geleden ging de ster de wijzen vooruit en bleef staan boven Bethlehem, nu omdat Maitreya er voor de hele mensheid is zijn er 4 grote sterren die al in de hele wereld inclusief

Nederland op de t.v in het journaal zijn vermeld als wonderbaarlijk verschijnsel. Wat de mensen niet weten is dat de "ster van Bethlehem" was gecreëerd in samenwerking met onze ruimtebroeders en dat de "sterren" grote ruimteschepen (of UFO 's) zijn. Alle mensen zijn met elkaar verbonden, maar ook planeten en alles in de kosmos werkt samen naar de grote dag toe dat Maitreya zijn ware identiteit onthult. Nu zijn 37 miljoen mensen op de hoogte van zijn missie en heeft hij voor miljoenen op de Amerikaanse Mexicaanse en Braziliaanse t.v gesproken incognito om de mensen in hun harten voor te bereiden, zonder dat zij nog weten dat hij Maitreya is, alles volgens de wet. Maitreya zal van land tot land gaan en in ieder land vloeiend de taal van het land spreken, dit alles zal leiden naar Verklaringsdag. Maitreya zal dan via satelliet verbindingen overal ter wereld op de t.v te zien zijn. Hij zal de hele mensheid gelijktijdig overschaduwen. Ieder ouder dan 14 jaar, zal Zijn woorden innerlijk op telepathische wijze horen. Er zullen duizenden wonderbaarlijke genezingen plaats vinden, en zo zal ieder weten dat hij degene is waar al zo lang op is gewacht. Samen met zijn Meesters van Wijsheid zullen zij de komende 2500 jaar ons adviseren inspireren en onderrichten en weer het besef geven en gevoel geven dat de Mensheid een is en Tot grootse daden in staat.

Marijke op ten Noort gedurende 30 jaar student in esoterie maakt deel uit van Share international die Wereldwijd de komst van Maitreya helpt voor te bereiden.
www.sharenl.org

10-04-2012 Gezondheidsradio

Henk Mutsaers in gesprek met Ron Fonteine:

- ~ met Anabolenkuur is linker voor je hart dan je denkt
- ~ Bijna kwart 40-plussers heeft COPD
- ~ Cognitief verval start al vanaf 45 jaar
- ~ Huiswerk is schadelijk
- ~ Kansarme kinderen drinken meeste cola
- ~ Knuffelhormoon mogelijk nieuwe Viagra
- ~ Ondervoeding > een stille epidemie onder Engelse
- ~ Röntgenfoto voor tanden gelinkt met hersentumor
- ~ Steeds eerder dementie door vroege vetzucht
- ~ Stof in aardbeien verlaagt kans Parkinson bij mannen
- ~ Vrouwen die de pil slikken, geven de voorkeur aan een ander soort man
- ~ Bierbuik komt niet door bier
- ~ Computermuis viezer dan toiletbril
- ~ Doemrapporten maken mensen murw
- ~ Hypnose helpt bij prikkelbare darm
- ~ Kinkhoest komt vaker voor bij kinderen die al gevaccineerd zijn

Mike Donkers met een vraag van Betty over verdovingsmiddelen bij de tandarts

- ~ Filosofie van de vrijheid
- ~ gezonde producten opgekocht door multinationals
- ~ Traumatic shock
- ~ Staat Vermont wil GMO labels
- ~ Organische landbouw 30 jaar testuitslag.

Deze uitzending is te beluisteren via: www.gezondheidsradio.tk

Meerdere interessante websites zijn:

- <http://www.argusoog.org>
- <http://www.earth-matters.nl>
- <http://www.pateo.nl>

Wij kiezen ervoor om de informatie achterwege te laten. Ben je hiernaar op zoek kun je de sites zelf bezoeken.

Ons doel is jou te verrijken met essentiële informatie. Deze informatie kan je op verschillende manieren verteld worden. Het is belangrijk wakker geschud te worden en het is niet leuk erachter te komen hoe de *andere* wereld in elkaar zit. Nadat de emotie die vrijgekomen is bij het lezen van de informatie gezakt is het belangrijk dat je een gevoel krijgt dat je blij bent met de informatie, dat je verder kunt en vooral dat jezelf meer keuzes vanuit een onbeperkte vrijheid kent!

Wat mij opvalt met het verspreiden van de impopulaire boodschap is dat vaak vanuit dezelfde energie het licht wordt verkondigd. Dat betekent dat als je eerst wordt opgelegd angst te krijgen voor het één wordt nu een angst gecreëerd voor het ander. De boodschap zal hoe rot dan ook wel bekend gemaakt moeten worden om jou tot mogelijk andere inzichten te brengen wat maakt dat je andere keuzes kunt gaan maken. De missing link is de transformatie, omzetting om de boodschap liefdevol te eindigen. Een boodschap die je een weg wijst met oplossingen met als kern vertrouwen in jezelf, ga af op je gevoel, jij hebt de oplossing zelf voor handen en jij bent de oplossing om het verschil te kunnen maken. Als er voldoende jij's zijn kunnen we met elkaar een transformatie proces in de wereld teweegbrengen.

Voor die tijd: zorg dat je klaar bent om de impopulaire boodschap te willen ontvangen. Bereid je voor. En wees je bewust van je gevoel dat je je niet laat meeslepen en gaat doomdenken. Je kunt ervoor kiezen om je bewust af te sluiten als je nog niet toe bent bepaalde informatie aan te horen. Je bent vanaf dat moment in ieder geval op de hoogte en is het juiste moment daar, als je er wel aan toe bent.

Je kunt vanuit een helicopterview een overzicht maken: oude kennis/nieuwe kennis. Weet dat je een eigen keus hebt, de boodschap negeren of oppakken. En dat deze keuze mede bepaalt welke emotie en gevoelens je hierbij zelf toelaat.

Sluit een pact met jezelf, zorg dat je met het ontvangen van de informatie deze liefdevol afsluit. Ga met je gedachten naar je hart en zorg dat je vanuit dat gevoel eigen oplossingen bedenkt, oplossingen die vanaf dat moment bij je passen. Zorg dat je iemand hebt bij wie jij je verhaal kwijt kunt. Breid je netwerk uit om met de vrij gekomen energie aan het werk te kunnen gaan.

Er zijn verschillende oefeningen op internet te vinden die je kunt doen om jezelf te beschermen. Houd dan rekening met...

Het Geheim van een Goede Afscherming

Geplaatst op 26 februari 2011 door Hagetessa

www.energiewerk.aanhet.net/nieuwsbrieven/het-geheim-van-een-goede-afscherming/

Ben je erg gevoelig voor sfeer? Ben je het zat om plekken te mijden omdat er zo'n nare energie hangt? Neem je emoties of andere zaken van anderen over? Heb je veel last van drukke plekken? Of ben je altijd degene bij wie mensen hun ellende uit komen storten zodat ze jou na afloop doodmoe achterlaten? Dan is het tijd om eens naar je grenzen te kijken.

Er zijn allerlei manieren om een grens neer te zetten, van jezelf in het licht zetten tot een piramide om je heen. Ik heb in mijn praktijk al veel mensen ontmoet die al verschillende methodes geprobeerd hadden, maar er steeds achterkwamen dat ze voor hen niet werkten. Als dat voor jou ook zo is, dan is wat volgt interessant.

Er zijn een paar geheimen die horen bij het afschermen van je aura:

-Ook dit werkt niet zonder te oefenen

Als je iets wilt gebruiken in een situatie waarin je het nodig hebt, moet je het trainen in gewone situaties, zodat je onderbewuste deze nieuwe manier van doen gaat vertrouwen. Anders schiet je gewoon weer in je oude, niet effectieve manier van doen.

-Je idee over afschermen moet bij je passen

Ik hoorde ooit iemand zijn afscherming omschrijven als een ijzeren gordijn. En wie wil daar nou achter zitten? Kies dus een symbool waarbij je je comfortabel voelt om dat de hele dag

om je heen te hebben.

-Een bescherming gaat niet alleen om dingen buiten je houden, maar ook om dingen doorlaten. Het ijzeren gordijn van hierboven beschermt tegen alles. Maar niemand wil alles buiten zich laten. Dingen als positieve verbindingen, de natuur, en goede sferen willen de meesten van ons natuurlijk wèl.

-Hoe beter je nee kunt zeggen, hoe beter je jezelf af kunt schermen

Als je de tips hierboven (al) toepast en het werkt toch niet, of niet goed genoeg, dan zit er een diepere oorzaak. Mag je jezelf wel afschermen? Of ben je misschien bang om informatie te missen omdat je zo gewend bent alles binnen te laten? Dan is het zaak om aan de diepere oorzaak te gaan werken.

