



AGAPHE VOOR BEWUSTWORDING SPIRITUALITEIT & GEZONDHEID

Nieuwskrant voor de maand april 2014

Spreuk van de maand:

Je bent niet alleen verantwoordelijk voor wat je zegt, maar ook voor wat je niet zegt.
— Maarten Luther

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:

Allerlei activiteiten:

'Kleurenblind denken' in 'Jaar van het Brein'
activiteiten kalender van Agaphe
Link Gezond Verstand Avonden

Verzamelde nieuwsberichten:

- [een link](#) - *Waarom zou je je bezighouden met bewustworden en Hoe begin je?
Laat jij je bang maken?*
- [een link](#) - *Uit balans, je tijdelijke raadgever
Tijd voor verandering, het kan!*
- [een link](#) - *Jeneverbes, schoon de lente in; door Karin Breugelmans*
- [een link](#) - *Antwoord op de vraag: Zou niet alle spirituele hulp gratis moeten zijn?
Een interessante vraag met een uitgebreid antwoord*

Voeding Sup-lement

- [een link](#) - *Kruid van de maand: maretak*
- [een link](#) - *Brandnetelchips*
- [een link](#) - *Longkruid geeft meer lucht*

En verder:

- [een link](#) - *Mooi inzicht*
- [een link](#) - *Hou jij van jezelf?; bron Marian Palsgraaf*
- [een link](#) - *De OPSTEKER*

'Kleurenblind denken' in 'Jaar van het Brein'

De Europese Raad van het Brein (EBC) heeft 2014 uitgeroepen tot het Europees Jaar van het Brein. Met dit project willen de Hersenstichting Nederland, Neurofederatie en het Nationaal Initiatief Hersenen en Cognitie de burger bewust maken van het functioneren van de hersenen.

In dit kader geeft *Evelyn Mulder* op 23 april van 19.30-21.30 uur in Hoorn in Steunpunt Zorg voor Welzijn de lezing 'Kleurenblind denken' over de werking van het denkproces.

Voor het verwerken van angsten en fobieën worden verschillende behandelmethoden toegepast, eventueel aangevuld met medicatie. Er wordt echter weinig aandacht besteed aan het informeren van de cliënt over het eigen denkproces. Terwijl juist het besef van het denkproces bijdraagt aan de geestelijke gezondheid van de mens.

Tijdens de lezing wordt inzicht gegeven over de inhoud, werking en waarde van het denken en het 'ik-beeld'.

Ook wordt uitleg gegeven over de manier waarop het brein de tijd ervaart en de grote invloed daarvan op het leven.

Aansluitend is er na de koffie/theepauze gelegenheid tot dialoog, waarbij de nieuwe psychologische inzichten over angsten en fobieën de leidraad zijn.

Toegangsprijs is Euro 5,-

Aanmelden kan via www.kleurenblinddenken.nl

Zie ook voor meer informatie www.jaarvanhetbrein.com

Je bent van harte welkom!

Evelyn

Deze krant wordt in de loop van de eerste week van elke nieuwe maand verzonden. Het kan zijn dat, voordat de nieuwskrant verstuurd wordt, een activiteit wat wel in de agenda van de website staat, al voorbij is op het moment dat de nieuwskrant wordt verstuurd.

De agendapunten in elke nieuwskrant zijn een extra herinnering. Houd daarom onze Agaphe kalender in de gaten.

Naar [de Agaphe kalender!](#)

***Klank & Kleur Workshop
door Rana Dieleman (klank) en Ans Obbens (kleur)***

Datum: **donderdagavond 10 april**

Aanvang: **vanaf 19.30**

Kosten: **€ 37.50**

Locatie: **Atelier Nuans Ambonstraat 23 , Den Helder**

www.nuans.nl

[Klik hier voor meer informatie](#)

**Workshop 'Bewust Zijn' Mindfulness
door Johannet van Hasz**

Datum: **zaterdag 12 april**
Aanvang: **10:00 uur – 16:30 uur**
Kosten: **€ 90 incl. lunch, syllabus, CD**
Locatie: **Spiritueel Centrum Innergiek, Den Helder**

[Klik hier voor meer informatie](#)

**Nieuwe unieke beweging in Den Helder bij Rik Niks
bij Rik Bodylanguage**

Datum: **zaterdag 19 april**
Aanvang: **11:00 uur – 13:00 uur**
Kosten: **gratis!**
Locatie: **Rik Bodylanguage, Willemsoord 29 B Den Helder**

[Klik hier voor meer informatie](#)

Zonder kosten worden je activiteit geplaatst.

Stuur een mail en geef dan duidelijk aan dat je van deze mogelijkheid gebruik wilt maken.

Omschrijf de activiteit, meld de datum, plaats en bijdragen.

Stuur deze mail 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 agenda.

En heel belangrijk: zorg dat de informatie voor de nieuwskrant is aangeleverd voor de 25-ste van de maand.

Overzicht Gezond Verstand Avonden

Voor een volledige agenda en meer informatie: www.gezondverstandavonden.nl

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.

Laat jij je bangmaken?

In gesprek met mijn zoon over wereldse zaken:

Hoe denk jij over de inlijving van de Krim?

Het is Oekraïne en de mensen die daar wonen blijven Oekraïners.

Zo simpel denk ik er niet over. Wij wonen in Nederland maar leven inmiddels onder het juk van Brussel.

De provincies Groningen, Friesland en Drenthe willen hun bedrijfsvoering onderbrengen in een Shared Service Center (SSC).

De drie Groene Hart-provincies (Noord- en Zuid-Holland en Utrecht) zijn samen verantwoordelijk voor het ontwikkelen van een landschappelijk mooi, ecologisch waardevol en economisch vitaal Groene Hart.

Allemaal op naar één Europa en hierin lijken we onszelf te verliezen.

De gevolgen van een fusering kan betekenen dat voor administratieve handelingen je deze niet meer in eigen woonplaats kan regelen. Deze ambtenaren staan steeds verder van de bewoners af. Ook het verkrijgen van bepaalde subsidies zal niet meer vanzelfsprekend zijn. De kleiner wordende inhoud van de subsidiepot zal over meer gemeentes verdeeld worden. Dat kan betekenen dat grotere projecten gesubsidieerd blijven en kleinere clubs en verenigingen ophouden te bestaan. Mede komt dit omdat de locatiehouders inkomsten nodig hebben, deze stijgen en kleine verenigingen zonder subsidies dit niet meer kunnen betalen.

Bewoners waren al nummers maar tellen steeds minder mee.

Daarom komen er nu mensen in opstand en willen in kleinere gemeenschappen gaan wonen en leven. Zelf het heft in eigen hand houden. We zullen er wel wat voor moeten doen!

Ondernemers kunnen elkaar ondersteunen. En soms zie je dat in reclamestunts terug. Koop een bank en u krijgt een fiets cadeau.

Dit is een simplistische vorm van het ontstaan van gmo (*genetically modified organisms of wel genetisch gemanipuleerde producten*). Wanneer een product goede eigenschappen heeft voegt men er nieuwe eigenschappen aan toe en men heeft een super product. Echter gaat het de producent om de licentie de alleenheerschappij om een product op de markt te zetten en de overige producten zullen verdwijnen. Het gaat niet om de kwaliteit van het nieuwe product of de voedingswaarde en al helemaal niet wat de gevolgen zijn voor de telers en boeren die hun land hebben verkocht als het ware hebben verkocht om het product te telen.

Monsanto is één van GMO zaadproducenten die boeren onder dwangcontracten zijn zaden laat kopen. Boeren kunnen veelal niet onder het contract uit en vele boeren plegen zelfmoord.

Omdat niet altijd duidelijk is of een product gemanipuleerd is eten we al vaak onbewust gemanipuleerd voedsel.

Wanneer we niet gemanipuleerde zaden niet legaliseren betekent het dat wanneer we nu gelegaliseerd zaden kopen deze gemanipuleerd zijn.

Vandana Shiva geeft in haar toespraak (link zie onder) een duidelijk helder beeld hoe de wereld in elkaar zit.

En feitelijk zegt zij dat wanneer kleine gemeenschappen zelf regulerend zijn er geen verspilling is. Verspilling ontstaat wanneer het product wordt geteeld wat geschikt is voor transport en wanneer er eisen worden gesteld aan de vorm maat en gewicht aan een natuurlijk product. Monocultuur maakt het systeem kapot. In plaats van dat we planten naast elkaar telen die elkaar versterken en ondersteunen, telen we één product. De natuur is zelfregulerend en maakt geen fouten, wij als mens hebben bedacht dat we op deze manier een hogere productie krijgen.

Wij putten de grond uit en bemesten deze met chemische stoffen die ontwikkeld zijn voor het oorlog voeren. De planten krijgen een boost en hiermee wordt de bodem lui gemaakt en verarmen we de grond. Alle chemische meststoffen en verschillende vormen van industrieën zijn uit op winst en monopoly. Wij kunnen, wanneer we dit bewust zijn, het tij keren.

<http://vimeo.com/90003852#email>

De gemeenteraadsverkiezingen zijn achter de rug.

En ik breng geen stem uit. Mijn idee: een partij of de raad kunnen niet zeggen dat zij er voor de burgers zijn. Wanneer twee meningen van burgers loodrecht tegenover elkaar staan, kan een partij er niet voor beiden zijn. Bovendien wanneer ik achter de regels van een partij sta, voert de raad deze niet uit als de partij een minderheid is. Omgekeerd wanneer ik op iemand stem waarvan ik vind dat hij gekozen moet worden, wil het niet zeggen dat hij dat ook wordt. Maar ook: wil je iemand kennen die jou belangen behartigt? Iemand persoonlijk kennen die gekozen is, kan zowel een voor- als nadeel zijn.

De besluiten worden uiteindelijk democratisch gemaakt wat betekent dat de meeste stemmen gelden en kan inhouden dat het een besluit is waar jij niet voor hebt gekozen.

De opmerking heb je niet gestemd, heb je geen recht van spreken gaat niet op. Wanneer iedereen gestemd heeft, heeft deze opmerking zin en dan nog zou een democratisch besluit een uiteindelijk verkeerd effect kunnen hebben. Het zou dan niet om de meeste stemmen moeten gaan maar om de zwaarte en de mogelijke oplossingen van het item.

Verkiezingen blijven een wassen neus zolang zij het oude principe aanhangen. De mooiste plannen worden ons voorgehouden, zodra de verkiezingen voorbij zijn, gaan we door in waan van alle dag, wat ook geldt voor de politiek.

Kunnen we niet kiezen vanuit het principe wat de gemeente politiek ons afgelopen jaren heeft gebracht? Zo blijft diegene die het meest voor de gemeenschap heeft betekend binnen de politiek actief. Maar ook zullen zij die hebben gefaald verantwoording moeten afleggen naar de burgers toe. Hiermee worden ego, zelfverrijking en handje klap achter de schermen afgestraft. Een partij zou een afspiegeling van de maatschappij moeten zijn en bestaan uit een even aantal mannen en vrouwen wat ook geldt voor oudgedienden en nieuwelingen.

Het stadsbestuur hoort te gaan voor de gemeenschap en te werken aan datgene zij beloven. Een optie dus... niet vooruit kiezen maar achteruit.

Maar ook; willen de burgers verandering, kunnen zij zich sterk maken door de krachten te bundelen. De verandering zal van onderaf moeten komen.

Uit balans, je tijdelijke raadgever

Ben je klaar om te luisteren wat bepaalde signalen je te zeggen hebben?

Signalen van je lichaam, je omgeving, situaties, kinderen of dieren?

Oefening baart kunst: van *onbewust onbekwaam* naar *bewust onbekwaam* naar *bewust bekwaam* naar *onbewust bekwaam*.

Tijd voor verandering, het kan!

Kun je in je eentje de wereld veranderen? Ik had een droom, een droom van een ideale wereld. En ineens besepte ik me, ik kan deze droom waarmaken.

Steeds meer mensen geloven in dezelfde droom.

En ik ging op weg. En dan wordt ik met beide benen op de grond gezet door mensen die geloven in de huidige maatschappij. En ik begon te twijfelen en heb de deur naar mijn droom dichtgedaan.

Dit was wat ik hoorde tijdens het festival van het 20-jarig bestaan van Spiegelbeeld. En ik besepte, dat klopt. Ik meende dat de flow er even niet meer was, maar die flow was ik.

Hierdoor werd het tijd om in mijzelf te keren om weer het vlammetje wat leek gedoofd weer op te porren.

Door deze inzichten kan ik alleen maar blij zijn om te merken wat mijn inbreng is en welke gevolgen dat heeft in het geheel.

Mijn advies wat ik kreeg: wil je doorgaan met moedertje spelen of doen waarvoor je hierop de aarde bent gekomen. En ik beseft dat met het nieuws oma te worden ik strijdvaardiger leek (je wilt immers een mooie wereld voor je kleinkinderen achterlaten?) en tegelijkertijd keerde ik terug naar de babytijd die er opnieuw aangaat komen. Lekker tuttebellen en genieten van twee nieuwe mensjes.

En ja, ik ga door, vanuit het zijn, en niet welke verwachtingen ik of anderen hebben of vanuit het moeten. De veranderingen kunnen in het klein plaatsvinden en ik denk dat daar op dit moment mijn kracht ligt. Wanneer we die met elkaar verbinden kunnen we meer met elkaar en voor elkaar gaan betekenen.

Ik bedacht een aantal ideeën wat uitvoerbaar is als we krachten bundelen.

Een aantal ideeën zal wel verder uitgewerkt moeten worden omdat ze zo onrealistisch lijken.

Zelf healing

Inzichten door bewust te leven en gebruik te maken van alternatieve geneeskunde kan een positieve invloed hebben op het ziekteproces. Door in te zien dat niet bepaalde factoren maar de gedachten over die factoren je uit balans hebben gebracht. Door deze gedachten aan te passen kan dit bijdragen aan de genezing van het ziekteproces.

Het lichaam heeft een sterk helend vermogen en gaat uit van balans. Is deze verstoord is het zinvol deze tijdig te herstellen om erger te voorkomen, de signalen zijn er niet voor niets. Wanneer het onszelf betreft is het soms lastig deze signalen te vertalen. De oplossing ligt vaak niet buiten, maar binnen onszelf.

Bij een groep gelijkgestemden kunnen ervaringen worden uitgewisseld. Deze vorm van zelfhulpgroepen kunnen bijdragen aan het welzijn van de mens.

Een nieuw zorgstelsel

Het lijkt mij realiseerbaar als een groep mensen een bedrag per maand opzij legt en deze aanspreken wanneer één van de leden dit nodig heeft. Wordt het niet gebruikt verdwijnt het bedrag in de pot en kan zo wanneer een groter bedrag nodig is dan het maandbedrag dit uit de pot worden aangevuld. Je kunt ook met elkaar afspreken dat wanneer het nodig is ieder een taak op zich neemt wanneer één van de leden zorg nodig heeft.

Zo wordt tegelijkertijd een stuk zorg en aandacht meegenomen wat een helende werking heeft.

Een eigen ruilmunt

Gebruiken van een eigen ruilmunt. Deze kan ingezet worden in de snelle kringloop. Dit houdt in dat hiermee geruild kan worden voor grondstoffen, voedsel, kleding, brandstof en de diensten die hierbij horen. Dus kan het zijn dat de munt binnen één dag de kring rond is.

De boer verkoopt meel, de bakker koopt meel en verkoopt brood, de klant koopt brood en verkoopt kleding, de boer koopt kleding en verkoopt meel.

Bij de snelle kringloop gaat het om het product of de dienst, het ruilmiddel blijft circuleren. De langzame kringloop zijn de producten waar voor gespaard wordt en heeft te maken met vastgoed, woning en duurdere producten. Hier is het bijna onmogelijk om deze te integreren in een systeem met een eigen ruilmunt.

Het voordeel van het toepassen van een ruilmunt binnen een snelle kringloop is dat de munt binnen de lokale economie blijft. De gemeenschap wordt meer verbonden en zijn afhankelijk van en voor elkaar.

Er kan meer rekening gehouden worden met de grote van de productie wat beter afgestemd wordt op de afname zodat overproductie beperkt wordt.

Nieuwe dienstverlening

Nieuwe dienstverlenende bedrijven kunnen oude dienstverlenende bedrijven, die er alleen zijn om werk te verschaffen, vervangen. De behoefte om bij een bedrijf te blijven werken wat draait om omzet zal verdwijnen wanneer in een soortgelijk bedrijf de menselijke factor voorop staat. Ook in werksituaties willen mensen meetellen en er zal een positievere sfeer zijn als een bedrijf iets toevoegt aan de samenleving. Hoe belangrijk is het dat deze bedrijven zich verdiepen in de behoefte van de mens en zich hierop afstemmen.

Dat betekent dat we kunnen stoppen met het accepteren van misleiding en afhankelijk te zijn van geld en macht. Maar ook zijn wij niet meer afhankelijk van een aanbieder wanneer wij, mensen die gebruik maken van deze diensten, in de meerderheid zijn en onze krachten bundelen door zelf de behoefte in te vullen.

En kunnen we massaal opstappen bij bijv. een telecom aanbieder omdat deze onacceptabele bedragen vraagt of pakketten aanbiedt. Het moet toch te doen zijn om zelf iets op te zetten gericht op de mens waarbij we voor elkaar zorgen en elkaar nodig hebben. Diegene die zijn/ haar nek uitsteekt voor ons zullen gedragen, gesteund en bijgestaan moeten worden door ons, de gebruikers.

Zo kunnen we een bedrijf wat een belangrijk bijdrage levert aan de gemeenschap, en dreigt failliet te gaan, met elkaar gezond houden door een bijdrage te storten waar achteraf producten of diensten voor worden gegeven. Zo kan het bedrijf door die bijdrage als investering te gebruiken zorgen dat de werkzaamheden door kunnen gaan en de klandizie blijft.

Organiseren van activiteiten moet kunnen zonder allerlei evenementen vergunningen of verzekeringen waar door derde partijen aan wordt verdiend. Op deze manier blijft het organiseren een gok. Wanneer achteraf de kosten worden verrekend is dat vele malen eerlijker.

Diegene die het werk op de vloer doet hoort meer te ontvangen dan alle bedrijven en organisaties die wel varen bij de organisatie van het evenement. Zij die achter een bureau zitten en verzekerd zijn van een salaris zorgen dat er aan vele regels moet worden voldaan en controleren deze. Zo worden er vele regels gemaakt wat werk oplevert en in de praktijk verdragend werkt.

De organisator is vaak afhankelijk van toestemming van de gemeente. Hier zou verandering in moeten komen.

De onzekere factor waarmee geschermd wordt, blijft: wanneer iets gebeurd wie is er dan verantwoordelijk en wie neemt dit op zich als het gevolgen heeft.

We worden enorm bang gemaakt wat maakt dat we ons verzekeren voor iets wat in de praktijk heel weinig voorkomt.

Zo kun je met een nieuwe opzet een beroep doen op de eigen verantwoordelijkheid van de bezoeker en organisator.

Je organiseert iets met en voor elkaar en iedereen hoort te krijgen wat hij/zij verdient.

Eten uit eigen omgeving

Iedereen kan Perma cultuur gaan toepassen op een eigen wijze in de tuin of omgeving.

Vrij downloadbare cursus Perma cultuur; <http://www.scribd.com/> wat eigenlijk inhoud tuinieren op een natuurlijke manier ofwel een agricultureel project dat zo wordt ontworpen dat het net als een ecosysteem zichzelf in stand houdt. Laten we het evenwicht zoveel mogelijk herstellen.

We kunnen hieraan allemaal een eigen steentje bijdragen op ieders eigen manier.

Wanneer we respect hebben voor onze omgeving, de natuur, dier en plant. Wanneer we de groentes en fruit telen om hun product zonder manipulatie. Wanneer we het zijn van de ander kunnen respecteren en accepteren, kunnen we onszelf liefhebben om wie we zelf zijn.

Wanneer we dit in het klein doen verspreidt zich dat naar buiten. De verandering zijn we zelf.

In september 2011 zag Geert Kimpfen in het Journaal een item over een Italiaans bergdorpje, Filettino. De burgemeester verzette zich tegen de bezuinigingsdrift van Italië en Europa. Hij zei "Basta", verklaarde zijn dorp onafhankelijk en riep zichzelf tot prins uit. Bovendien kreeg het bergdorp een eigen munt. Kimpfen wist: in dit kleine verhaal zit het grote verhaal van Europa en de economische crisis. Een nieuwe, inspirerende roman was geboren.

Dit is één van de vele voorbeelden van verandering die gaande is in de wereld. Het blijkt, het kan en het werkt.

Doe je mee? Sluit je aan waar kan!

<http://www.geertkimpfen.com/> Heb jij een grote wens? Voor jezelf, of misschien wel voor de wereld? Heb jij een idee waardoor me met zijn allen de crisis kunnen overwinnen? Of een inspirerend initiatief waarvoor je gelijkgestemden zoekt? Deel het in het Wensenboek en laat anderen rechtstreeks op je reageren.

Jeneverbes, schoon de lente in

De nagenoeg kleurloze olie wordt gewonnen van de bessen van de vrouwelijke groenblijvende struik of boom van de: [Juniperus Communis](#).

Oorspronkelijk kwam deze voor in het noorden van Azië en Amerika, maar is nu ook in veel Zuid Europese landen te vinden. In de bessen bevindt zich de meeste etherische olie.

Er zijn ook oliën die zijn gemaakt van de naalden en de twijgen, maar door de verwerkingsmethoden zijn deze oliën niet geschikt voor therapeutische doeleinden.

De naam komt van het Keltische woord juniprus dat: stekelig betekent.

In 1500 voor Chr. wordt Jeneverbes al vermeld in een medicinaal recept op een papyrusrol in Egypte. Ook werd het van oudsher -van Tibet tot Amerika- ingezet als goedkopere wierrookvariant voor het verdrijven van boze geesten en daaronder werd toen ook verstaan: ziekten en epidemieën.

Jeneverbes etherische olie wordt gebruikt om gin zijn smaak te geven, maar ook phytotherapeuten maken graag gebruik van Jeneverbes (of extract van).

Dit onder meer vanwege de urinezuur zuiverende, ontsteking werende, kram verminderende en vocht afdrijvende eigenschappen. Jeneverbes e.o. stimuleert de afscheiding van afvalstoffen.

Het wordt o.a. ingezet bij reumatische aandoeningen, hier zijn inmiddels ook wetenschappelijke studies naar gedaan met zeer positieve resultaten. Het is echter wel belangrijk om hier voorzichtig mee om te gaan vanwege de krachtige werking!

De aromatische geur van Jeneverbes e.o. heeft een kalmerende, rustgevende, reinigende en verfrissende werking.

Kan daarom uitstekend worden ingezet bij: stress, angst, vermoeidheid en overspannenheid. Zuivert de atmosfeer en ondersteunt concentratie en bij meditatie. En kan ook aan je schoonmaakopje worden toegevoegd.

Verdamp Jeneverbes e.o. op een aromalamp en laat de geur de gehele ruimte die je wilt zuiveren, vullen.

Een ontgiftende olie die helpt opgehoopte negatieve energie op te ruimen, vooral ook als die ontstaan zijn door contacten met mensen die slecht bij je passen, of om een ruimte te zuiveren na ruzie of onenigheid.

Helpt stagnatie te doorbreken en meer openheid te creëren.

Ondersteunt innerlijke kracht en vertrouwen, dus een goed middel op die dagen dat niets lijkt te lukken, en je het liefst het bijltje er bij neer zou gooien.

De plantboodschap van Jeneverbes is: 'Sterk en rustig kun je door het leven gaan'.

Jeneverbes is ideaal* bij een ritueel bad of douche, waarbij je intentie zowel de reinigende kracht van het water als die van de Jeneverbes bekrachtigt.

Het 'wegwassen' van negatieve energie, gevoelens, ervaringen van de dag helpen je weer sterker en rustiger door het leven te gaan.

Mensen hebben soms een gevoel van onreinheid door bepaalde daden die zij vroeger hebben begaan, en waar ze nu spijt van hebben. Jeneverbes kan hierbij ondersteunen en helpen deze gevoelens van onreinheid uit de subtielste lagen van de aura te verwijderen.

*Let op: niet gebruiken bij zwangerschap en/of nieraandoeningen, en altijd mengen met een vette plantaardige basisolie bij gebruik op de huid. Mail gerust voor uw recept:

info@elementsaromatherapy.nl.

Voor meer informatie, cursussen & cursusdata, recepten, aromabehoeften, aroma relatiegeschenken of een gratis e-book: <http://www.elementsaromatherapy.nl>

Aromatherapie voor iedereen!

Aromatherapie houdt in: het werken met etherische oliën.

De moderne aromatherapie combineert eeuwenlange ervaring met hedendaags onderzoek. Etherische oliën kunnen worden verdampt in een werk- of kantoorruimte, huidverzorgende producten of massage oliën kunnen ermee worden verrijkt bijvoorbeeld.

Aromatherapie is een holistische therapie omdat je op zowel lichaam als geest kunt werken. Het kent huis-tuin en keuken toepassingen, wordt in de zorg gebruikt, maar ook in een huidverzorgings-, massage- of spirituele praktijk.

Wij raden u echter aan om altijd een arts of aromatherapeut te raadplegen, of zelf de benodigde cursus te volgen, om verkeerd gebruik te voorkomen.

Karin Breugelmans – Elements Cosmetics / Elements Aromatherapy

WILDE GROENE KRACHT

Laurette van Slobbe

Wilde planten zijn bijzonder, maar waarom eigenlijk? Het zijn als het ware krachtige 'pakketjes' vol gezondheid. Ze komen op zonder directe inmenging van de mens, en groeien helemaal op eigen kracht, in hun eigen tempo, in nauwe samenwerking met de bodem waarin ze groeien. Allemaal spelen ze hun eigen rol in het in balans brengen van een bodem in een veranderende wereld. En allemaal nemen ze weer andere mineralen en bouwstoffen op, die ze beschikbaar stellen aan het bodemleven, andere planten, dieren en mensen. Zo is smeerwortel een leverancier van vitamine B12, een zeldzaamheid in het plantenrijk. Weegbree bevat een natuurlijk antibioticum, en brandnetel zit vol ijzer en vitamine C.

Wilde planten: een welkome vitamine- en mineralenbron!

De bodem ligt boordevol met zaden van wilde planten. Overal waar maar een beetje aarde onbedekt is verschijnen ze in overvloed, met een niet te stuiten kracht. Madeliefje in het gazon, klein hoefblad langs de wegen, of kleine veldkers tussen de stoeptegels. Hun wilde, groene kracht uit zich dan ook in hoge concentraties aan vitaminen, mineralen en sporenelementen, vaak veel hoger dan in hun gekweekte soortgenoten. Om die reden kunnen wilde planten een grote en welkome rol spelen in het aanvullen van de mineraalhuishouding in je lichaam. Temeer nu is gebleken dat Nederlandse vollegrondsgroenten steeds armer worden aan mineralen. Dit schijnt o.a het gevolg te zijn van het verplichte injecteren van de mest, waardoor teveel schadelijke stoffen in de grond komen, en het subtielere bodemleven ernstig verstoord wordt. De gemiddelde Nederlander heeft een gebrek aan zink, ijzer, selenium, koper, magnesium en vitamine A. In de hele wereld loopt het aantal mineralen en vitaminen in de voeding terug. Maar in Nederland schijnt dit sneller te gaan dan in andere landen. Deze vorm van ondervoeding (!) staat in direct verband met de toename van welvaartsziekten als kanker en diabetes.

Voorkomen en genezen met fytonutriënten

De wetenschap komt er steeds meer achter dat fytonutriënten (plantaardige voedingsstoffen) van veel groter belang zijn voor het voorkomen en genezen van ziekten dan men eerst dacht. Wilde planten, die in overvloed aanwezig zijn, kunnen daar een belangrijke bijdrage in leveren. Door met inspiratie en kennis van zaken gebruik te maken van hun geschenken wordt je bovendien de kans gegeven weer een onderdeel te zijn van één groter organisch geheel waarin alles elkaar voedt, samenwerkt en gezond houdt. Waar optimaal, dankbaar en duurzaam gebruik wordt gemaakt van de natuurlijke bronnen om je heen. Waar niks zo eenvoudig is als even naar buiten lopen om weegbree te plukken vanwege een aankomende verkoudheid, brandnetels voor in de smoothie, en kamille voor de diep ontspannende geur en ontstekingsremmende eigenschappen.

Met mijn boek, cursus en andere activiteiten breng ik een veelheid aan kennis en mogelijkheden op een praktische manier binnen handbereik. Zodat je er zelf daadwerkelijk mee aan de slag kunt.

Weet wat je plukt

Wees er wel zeker van dat je de juiste plant hebt! De schermbloemige familie -fluitenkruid, berenklaauw en zevenblad- bijvoorbeeld, kent verschillende echt giftige leden. Bij twijfel nooit eten! Raadpleeg meerdere goede flora's voor een gedetailleerde beschrijving van de planten, en voor goede foto's of tekeningen.

Van sommige planten zijn de bloemen wel eetbaar, maar de bladeren niet. Of worden de bladeren na een bepaalde tijd in het seizoen te giftig om te eten. Van anderen kun je beter niet grote hoeveelheden eten. Kruidenthee kun je ook het beste afwisselen, zodat je niet te lang achter elkaar veel van één kruid binnen krijgt. Weet daarom goed wat je doet! Ik help je graag op weg, zodat je in ieder geval weet met welke planten je veilig kunt beginnen!

Schoon en duurzaam oogsten

Let er verder ook op waar je de planten oogst. Is de bodem lang met rust gelaten (bijvoorbeeld in een bos) waardoor de bodem een bepaald evenwicht en mineralenrijkdom heeft bereikt, of is deze door intensieve landbouw uitgeput? Oogst niet van dijken en taluds, het kan zijn dat deze zijn opgehoogd met vervuilde grond. Oogst niet aan de randen van niet-biologische boomgaarden of van (mais)akkers, vanwege het gif dat gebruikt wordt. Zet ook je eigen tuin en balkon vol met wilde planten, vooral de zeldzamere. En geef 'onkruid' de ruimte, voor het welzijn van jou en al het overige (dieren)leven. Zoek tijdens je wandelingen naar schone plekken, en onthoud op welke plekken je mooie vogelmuur hebt gezien, op welke witte dovenetel etc. En ook belangrijk: pluk niet de hele plant, maar oogst van elke plant wat bladeren, waarbij je het groeipunt intact laat. Op deze manier kun je altijd terugkomen op die plek, wetende dat de planten er niet onder leiden. Tijdens mijn cursus of een wilde plantenwandeling geef ik je tips, en laat ik je zien waar je op kunt letten om volop te genieten van wilde planten om je heen!

bron: <http://www.eetbarewildeplanten.nl/category/eetbare-wilde-planten/>

Antwoord op de vraag: Zou niet alle spirituele hulp gratis moeten zijn?

Een interessante vraag met een uitgebreid antwoord

Ik kreeg een reactie van Daniel:

Zoals ik al zei: ik lees je blogs echt graag. Maar toen ik zag dat je ze verkoopt en er geld mee probeert te verdienen, kwamen er wel vragen bij me op over je geloofwaardigheid over dat je alleen maar mensen probeert te helpen. Je weet dat dit een van de grootste bezwaren is van anti-LOA (=Law of Attraction=Wet van de Aantrekkingskracht/Redactie) mensen. Serieus, waarom proberen jullie je dingen te verkopen? Je kunt toch eerlijk mensen proberen te helpen (als dat tenminste je bedoeling is) zonder financiële bijbedoelingen.

Beste Daniel,

Dank je wel voor het stellen van deze vraag, in het openbaar en met respect. Meestal als iemand dit onderwerp te berde brengt, gebeurt dat op zo'n manier dat ik het niet kan publiceren (dwz. soms is het echt hufterig). Er zijn veel lichtwerkers en genezers onder mijn lezers en ik ben er van overtuigd dat veel van hen worstelen met het idee geld te moeten vragen voor wat ze doen. Daarom ben ik meer dan blij dat ik wat kan zeggen over mijn kijk hierop.

In mijn blog heb ik het al eens gehad over het verkeerde geloof dat iets goeds doen voor anderen alleen waardevol is als het een offer vraagt van degene die geeft. Het idee, dat iets dat gegeven wordt alleen van waarde is als het voor de gever op een of ander manier moeite of opoffering betekent, is eerlijk gezegd belachelijk in mijn ogen.

Niet alleen kan geven op die manier heel wat schuldgevoel veroorzaken bij degene die ontvangt (wie wil iets krijgen met zo'n prijskaartje eraan), maar het beperkt ook heel erg hoeveel er gegeven kan worden (als ik elke keer als ik wat uitgeput ben, dan kan in niet lang blijven geven zonder dat ik zonder energie/geld/leven kom te zitten). Ik denk dat de argumenten die ik toen noemde hier perfect op aansluiten.

Als iemand me vraagt waarom ik geld vraag voor wat ik doe, heeft hij of zij vaak de overtuiging dat ik de mensheid beter zou dienen als ik mijn diensten gratis aanbod. Maar klopt die veronderstelling wel? Zullen we het eens een beetje proberen te ontleden?

Hoe zou het zijn als ik alles gratis weggaf?

Ten eerste moet ik in mijn onderhoud voorzien. Zolang we niet allemaal instemmen met een economie die gebaseerd is op grondstoffen, moet ik een bepaald inkomen hebben zodat ik mijn huur kan betalen. Zou ik geld kunnen verdienen met iets anders, iets minder spiritueels, iets waar ik minder plezier in zou hebben dan in wat ik nu doe? Natuurlijk zou dat kunnen. Ik zou terug kunnen naar het bedrijfsleven en daar heel goed kunnen verdienen. Dan zou ik alleen niet meer zoveel tijd kunnen besteden aan wat ik echt wil doen.

GRATIS

Ik zou maar een handjevol mensen kunnen coachen, misschien een of twee in plaats van de tientallen die ik momenteel kan helpen.

Ik zou maar een paar blogs per maand kunnen schrijven. Er zou geen bibliotheek aan honderden blogs, artikelen, audio's en video's meer gratis beschikbaar zijn op mijn website.

Ik zou niet meer vele uren kunnen besteden aan het versterken van mijn eigen vibratie en het bereiken van steeds hogere niveau's van begrijpen, die ik dan met jullie kan delen. Zelf-ontwikkeling kost tijd. De retraites waar ik heen ga zijn niet alleen voor het plezier. Het is mijn bron voor voortdurende vorming.

Ik zou niet meer authentiek zijn. Dit is wie ik ben. Dit is wat ik moet doen. Ik breng in praktijk wat ik predik. Als ik mezelf dwing werk te doen dat ik niet echt wil doen ga ik tegen die dingen in.



Ik zou meestal te moe zijn om me te verbinden. Ik kan alleen schrijven als ik geïnspireerd ben. Als ik coach, ben ik in een andere gemoedstoestand. Het kostte me niet alleen heel wat uren om te leren hoe ik dat moest doen, maar ik moet ook in een hogere vibratie zijn om het te kunnen doen. Ik heb tijd en ruimte nodig en de juiste omgeving om dat te kunnen laten gebeuren. Uitputting draagt daar niet aan bij.

Doordat ik mezelf fulltime aan dit werk wijd, ben ik in staat veel meer mensen gratis of op een andere manier te helpen, dan ik zou kunnen als ik een andere baan had. Ik zou ook niet op het niveau kunnen werken als ik nu doe, als ik een belangrijk deel van mijn

tijd afgeleid zou worden door werk dat niet aansluit bij Wie Ik Werkelijk Ben.

Zou alle spirituele hulp gratis moeten zijn?

Maar is het niet gewoon verkeerd om geld te vragen voor welke spirituele hulp dan ook? Zouden niet alle lichtwerkers en genezers en leraren voor niets moeten werken? Zouden we niet allemaal tevreden zijn als we in armoede moesten leven, levend van giften, tevreden met het idee dat onze opoffering het waard is om anderen te kunnen helpen?



Ik geloof dat niet, nee. Laat me je vertellen waarom niet:

Armoede draagt niet bij aan het helpen van anderen. Wie denk je dat er meer mensen kan helpen, een miljardair of een armoedzaaier? Deze vraag is makkelijk te beantwoorden, nietwaar? Hoe meer geld iemand verdient, hoe meer mensen hij kan helpen, punt. In armoede leven draagt niet bij aan het helpen van anderen. Het betekent simpelweg dat er een geloof is dat je geen goed mens kunt zijn en veel geld kunt hebben, en dat geloof deugt niet.

Waarom zou het Universum dat zo willen? Waarom zou het juist van de besten onder ons verlangd worden om het minste te hebben? Zou het niet precies andersom moeten zijn (dat is het ook, maar we maken er een rommeltje van door het andere te geloven).

Geld is spiritueel.

Natuurlijk is materialisme om het materialisme geen goed idee en veroorzaakt dat vaak een hoop narigheid. Maar dat betekent niet dat geld, op zich, slecht of niet spiritueel is. De energie van geld is eigenlijk diep spiritueel, en een onvermogen om het te ontvangen zal een grote onbalans veroorzaken. Bedenk eens: energie moet stromen. Als energie uitstroomt, moet het ook instromen. Anders ontstaat er uitputting. Als je geeft, maar niet in staat bent om te ontvangen, zul je een onbalans in je leven creëren. Je kunt de liefde van het universum op veel manieren krijgen. Geld is er gewoon een van, en ook wel een gemakkelijke. Waarom is die ene vorm van energie zo onacceptabel? Nou, dat is het niet. Behalve als je denkt dat het zo is.

Arm zijn maakt niet dat je meer verlicht bent. Er zijn wel veel religieuze organisaties die je willen doen geloven dat armoede een deugd is, terwijl ze in het geheim hun zakken vullen. Wat kunnen ze je schelen. Er zijn veel spirituele denkwijzen die oprecht geloven dat de geest zich kan verheffen door eenzaamheid en armoede. Daar ben ik het niet helemaal mee oneens. Ik denk wel dat als je in een klooster gaat leven en alle materiële bezittingen opgeeft, het je kan helpen om een grotere helderheid te bereiken. Maar ik geloof niet dat het onze opdracht is in het leven om in een donkere kamer te zitten en te mediteren. Ik geloof gewoon niet dat het Westen het helemaal bij het verkeerde eind heeft. Terwijl onze broeders in het Oosten zich hebben bekwaamd in het beheersen van het denken, en onze zusters richting zuiden (zoals Midden- en Zuid-Amerika) een diepere verbinding hebben met de natuur, hebben wij in de Westerse wereld een groot begrip van fysiek plezier en comfort (ja, ik weet dat ik generaliseer. Laat je niet te zeer meenemen door dit geografische plaatje). En inderdaad, we zijn er **veel** te ver in doorgesloten, maar onbalans is er bij alle denksystemen. Niemand van ons heeft het bij het rechte eind. Ik geloof dat de tijd is gekomen om al deze disciplines met elkaar te verbinden en een evenwicht te vinden tussen de uitersten.

We zijn hier om te genieten van het fysieke bestaan, **terwijl** we afgestemd zijn op de natuur **en** de kracht van ons denken bewust zijn. En als we dat doen, moeten we vrede kunnen hebben met materialisme en ermee leren werken op een evenwichtige manier, in plaats van het te demoniseren. Het is prima om geld te verdienen, maar het is niet OK om de aarde te verkrachten en hele culturen te vernietigen om zover te komen. En het is ook niet nodig om dat te doen.



Geld verdienen op een afgestemde manier kan een groot voorbeeld zijn.

Als we toe willen naar een wereld waarin alle mensen zich kunnen veroorloven het pad te kiezen dat op een lijn is met hun harten en hun passies, dan zullen we zulke voorbeelden moeten stellen. Veel mensen kiezen er voor dat pad niet te gaan omdat ze denken op die manier geen geld te kunnen verdienen. Ik zou ze graag hun ongelijk bewijzen. Ik denk dat hoe meer bedrijven we hebben die ons laten zien dat je geld kunt verdienen terwijl je gelukkig bent en anderen gelukkig maakt, hoe meer mensen zich zullen toestaan hetzelfde te doen. Dat zal van een mooi luchtkasteel worden tot wat werkelijk mogelijk is in wat mensen kunnen bedenken. We hoeven niet te kiezen tussen een prettig leven en vervulling. We kunnen het allebei hebben.



Een van de redenen waarom er zoveel onethische en destructieve ondernemingen zijn is vanwege het geloof dat je echt wel een huffer moet zijn om geld te kunnen verdienen. Ik ben persoonlijk van plan om de onjuistheid van dit beeld op grootse manier te bewijzen. En velen doen dit al. Steeds meer bedrijven laten zien dat je je personeel en je klanten kunt behandelen als sterren, een ijzersterke service kunt bieden EN veel geld kunt omzetten, en ondertussen fondsen oprichten om nog meer mensen gratis te helpen. Ik juich deze bedrijven toe en voorzie een wereld waarin mensen eindelijk het feit in de gaten krijgen dat afgestemd zijn lucratiever is dan een huffer zijn.

Mensen waarderen dingen meer als ze ervoor betalen.



Dit is een argument dat ik vaak heb gehoord en daarom haal ik het hier aan, hoewel ik het er maar ten dele mee eens ben. Ik denk dat veel mensen dingen waar ze voor betaald hebben meer waarderen. Het is zelfs zo dat ze bepaalde diensten meer schijnen te waarderen als ze er veel voor betaald hebben. Ik heb hier zeker bewijzen van gezien.

Mijn betalende cliënten nemen hun sessies en hun huiswerk over het algemeen veel serieuzer dan de mensen voor wie ik gratis beschikbaar ben. Ze hebben geld betaald en nu verwachten ze resultaat. Ze zijn bereid er meer voor te doen. Ze respecteren mijn tijd ook meer. Ik heb nooit een betalende cliënt gehad die niet op kwam dagen. Er zijn mensen geweest die ik gratis hielp die gewoon niet op een afspraak kwamen. Was wat ik te bieden had opeens minder waard omdat ik er geen geld voor vroeg? Zij dachten blijkbaar van wel.

Dit geldt natuurlijk niet voor iedereen. Sommige mensen betalen voor diensten en doen er niks voor, en sommigen krijgen het voor niks en doen hun huiswerk trouw en boeken geweldige resultaten (en omdat ik me meer ging richten op deze soort mensen, trok ik geen niet-serieuze mensen meer aan). Daarom doe ik nog steeds heel veel gratis en dat zal ik ook blijven doen. Maar het is de moeite waard om te vermelden dat **veel** mensen **beter** geholpen zijn als ze er voor moeten betalen. Denk hier 's over: zou jij liever een boek lezen dat je voor niets kreeg dan een waar je voor betaald had, al was het maar een klein bedrag? Welke auto behandel je met meer eerbied, die van \$500 of die van \$100.000?

Spirituele vaardigheden zijn ook vaardigheden.

In onze samenleving zijn we vakkundigheid erg gaan waarderen. We betalen een meerprijs voor deskundigheid. Ik zie daar niets verkeerd in. Eigenlijk denk ik dat er problemen ontstaan als we mensen **niet** betalen voor hun vaardigheden. Een heel goede leraar, bijvoorbeeld, die haar studenten inspireert tot topprestaties, en die zich de vaardigheid heeft verworven om dat te kunnen, zou extra geld moeten krijgen. Het feit dat we deze vaardigheid niet extra waarderen gaat mijn verstand te boven, maar is wel de kern van veel problemen in het onderwijs. Maar als we grote kundigheid belonen, geven we mensen een stimulans om dat na te streven. We maken het waarschijnlijker dat meer mensen deze weg zullen kiezen, en we maken het beter mogelijk om dat te doen. Wanneer iemand **jaren** en tienduizenden dollars heeft besteed om een krachtige genezer of leraar te worden, waarom is die vakkundigheid dan opeens niets waard? Waarom waarderen we de kundigheid van medische dokters maar niet van sjamanen? Waarom hebben we er geen moeite mee om een advocaat te betalen, maar vinden we het idee een energetisch genezer te betalen bespottelijk? Waarom is het OK dat een vervuilend, onethisch bedrijf groot kan worden en tig vreselijke banen kan creëren, maar is het niet OK dat een spiritueel bedrijf heel groot wordt en in heel veel geweldige banen kan voorzien en een weldaad is voor de wereld?

Maar is het niet onze verantwoordelijkheid als lichtwerkers om voor iedereen toegankelijk te zijn?

En nu even serieus: als je er voor hebt gekozen om je leven te wijden aan het helpen van anderen, ben je dan niet ook verplicht er voor te zorgen dat je zoveel mogelijk mensen kunt helpen door jezelf zo bereikbaar mogelijk te maken voor iedereen?

Nou ja, dat is niet echt mogelijk. Waarom: omdat je niet iedereen kunt helpen. Je kunt niet iedereen boeien. En daar ben je ook helemaal niet toe verplicht. Nooit.



Het idee dat lichtwerkers ergens toe verplicht zijn blokkeert meer geneeskrachtige energie dan wat ook. Het weerhield mij er beslist heel lang van om te zijn Wie Ik Werkelijk Ben. Ik werd geboren met een sterke wens om te genezen. Als ik, als kind, voelde hoe de mensen om me heen ongelukkig waren, dacht ik onterecht dat het mijn taak was, mijn verplichting, om ze te helpen. Als ik dat niet kon, omdat ze er nog niet aan toe waren om hun pijn los te laten, had ik het gevoel dat ik een mislukking was. Dat leidde tot een geloof dat ik niet goed genoeg was, waarvan ik nog steeds dingen aan het opruimen ben.

De intense wens om te helpen gekoppeld aan het geloof

dat ik die taak niet aankon, veroorzaakte een hoop pijn. En aldus sloot ik mijn vermogens af, verborg mijn licht en werd een boze, depressieve, introverte, stille en wanhopige tiener en jongvolwassene. Ik liet mensen toe me te mishandelen. Ik dacht dat ik niet meer waard was. Per slot van rekening, als ik niet kon doen wat mijn bedoeling was, als ik anderen niet gelukkig kon maken, als ik mijn "taak" niet kon vervullen, waar was ik doen voor van nut?

Het kostte me jaren om er achter te komen dat ik geen "taak" had. Het was een intentie geweest, een verlangen, maar nooit een verplichting. En toen ik mezelf uiteindelijk toestond om gelukkig te zijn ook als anderen dat niet waren, begon ik werkelijk anderen te helpen. Mijn vreugde inspireerde hun vreugde. Daar was mijn pijn niet toe in staat. Als kind voelde ik me een mislukking omdat ik dacht iedereen te kunnen en moeten helpen. Ik begreep niet dat het niet aan mij was om ze te helpen. Ik kon geen goede energie in hun werkelijkheid stoppen. Het enige wat ik kon doen was mezelf beschikbaar maken voor diegenen die er klaar voor waren om te ontvangen wat ik door mij kon laten stromen. Ik kon me ervoor beschikbaar stellen en dan de mensen die klaar waren voor mijn specifieke soort energie bij me laten komen. De hulp moest ze boeien en als ik niet beschikbaar was, zou iemand anders het doen. Hun hulp was niet van mij afhankelijk.

Ik werd me ook bewust dat ik hier niet was om de wereld te redden, omdat de wereld niet gered hoeft te worden. Dit valt onder het Universum. Ieder van ons krijgt meer leiding dan we kunnen bevatten. En we kunnen ervoor kiezen mee te spelen in het spel of niet. Het is niet verplicht om dat te doen. We kunnen ervoor kiezen, omdat het leuk is en prettig is, maar niet omdat we moeten.

Dus je kunt niet iedereen helpen. En je kunt niet voor iedereen bereikbaar zijn, want de Wet van Aantrekking kan alleen die mensen bij je brengen die bij je passen. Als je erop gericht bent anderen te helpen, zul je alleen die mensen aantrekken die je kunt helpen. Als je gericht bent op lijden en schaarste en frustratie, dan zul je veel mensen aantrekken die voortdurend om hulp vragen maar niet instaat zijn het te ontvangen. Niets zal je sneller uitputten.

Als het geen win-win is, is er een onbalans.

Het komt hier op neer: het Universum werkt op een win-win basis. In feite werkt het op een win-win-win-win-win basis. Wij zijn degenen die kwamen met het verwarrende idee van een win-verlies principe. Alleen werkt dat niet echt, vooral op de lange termijn. Als alle partijen beter worden van een uitwisseling van energie dan is er geen einde aan de hoeveelheid energie die uitgewisseld kan worden en aan hoeveel profijt daaraan gehad kan worden. Als iemand moet verliezen opdat een ander kan winnen, dan komt er altijd een eind aan.

Als de student er klaar voor is verschijnt de leraar. Als die leraar meer geld vraagt voor wat hij te bieden heeft dan je je kunt veroorloven, dan ben je er òf nog niet klaar voor òf dit is niet de juiste leraar voor je. Als je er werkelijk aan toe bent om de helderheid waar je naar op zoek bent te gaan laten zien, dan zal dat gebeuren op een manier die voor jou zeker bereikbaar is. Het is niet de verantwoordelijkheid van de leraar om er voor te zorgen dat je er klaar voor bent (dat is niet mogelijk).

Mijn persoonlijke balans



Ik heb hier natuurlijk zelf ook mee geworsteld. Ik heb een sterk verlangen zoveel mogelijk mensen als mogelijk is te helpen en ik geloof dat hier mijn bedrijf van maken in plaats van een beetje aan-hobbyen me werkelijk geholpen heeft zover te komen. Ik geef ook heel veel informatie gratis, niet omdat ik denk dat dat moet, maar omdat dat me een heel goed gevoel geeft. Het is mijn bedoeling om steeds een veelvoud aan manieren aan te bieden voor degenen die klaar zijn om te bereiken wat ik te bieden heb bijvoorbeeld door beurzen en sponsoring. Ik heb het evenwicht gevonden dat voor mij werkt – ik

maak het maximale dat ik kan mogelijk, en ondertussen zorg ik er voor dat ik mezelf niet uitput, zodat ik blijf kunnen groeien en ontwikkelen en kan geven op steeds grotere schaal.

Ieder van ons moet voor zichzelf een balans vinden, maar ik denk dat de grootste vergissing die we kunnen maken als spirituele gemeenschap is om klein te denken. Als we de wereld gaan veranderen moeten we bereid zijn op een groot podium te spelen. We moeten bereid zijn om ons geld en onze economie te gebruiken voor het **goede**, in plaats van erover te klagen dat anderen het niet doen.

Zeg tegen die klojo van een directeur niet dat hij het anders moet doen. Hij zal je niet begrijpen. Ga je eigen spiritueel ingestelde bedrijf beginnen en ga een bom duiten verdienen door anderen te helpen, en laat ze zien dat dat mogelijk is; dat het in feite lucratiever is dan hun destructieve manier. Laat ze zien dat ze niet bang hoeven te zijn. Ook zij kunnen zijn Wie Ze Werkelijk Zijn. Ze kunnen verrijkt worden in plaats van uitgeput. Ze kunnen winnen in plaats van verliezen. Dat kunnen we allemaal. En dat is feitelijk zoals het bedoeld is te zijn. Wanneer zullen we beginnen? Blijven we vasthouden aan het idee dat spiritualiteit een grote opoffering vraagt? Of gaan we het eindelijk deel uit laten maken van het grote geheel? Zou het niet beter zijn om een evenwicht te vinden tussen geest, ziel en lichaam, in plaats van een deel ervan onder de knie te krijgen. Zouden we eindelijk niet eens de mensen die echt wat te bieden hebben moet gaan aanmoedigen en compenseren? Zou je, in plaats van je af te vragen of het onethisch is om geld te vragen voor spirituele hulp, je je niet beter af kunnen vragen of het ethisch is om geld te vragen voor werk dat geen spirituele afstemming heeft? Wordt het geen tijd dat we kiezen voor win-win-win-win-win? Ik denk van wel. En daarom vraag ik geld voor wat ik doe.

Melody Fletcher

Nederlandse vertaling Jitske, voor www.nieuwetijdskind.com © 2014

Maar ook:

Omdat ik dit artikel mocht vertalen, loop ik al een paar dagen na te denken over deze vraag.

Ik merkte dat ik struikelde over: de besten onder ons, mensen die wat waard zijn, topprestaties, de miljonair die meer mensen kan helpen dan iemand zonder geld. En bleef ik me maar afvragen: wat is dat eigenlijk spirituele hulp?

Uiteindelijk komt er in mij het volgende op: overvloed is een spiritueel principe en een overvloed aan geld "deugt" dan ook alleen maar als het dat spirituele steunt en daarbij hoort niet: "meer" en "beter" en "groter" vertaald naar aardse, materiële zaken. Als je geld nodig hebt om beter te zijn of te doen zal dat denk ik niet werken. Net zo min als het werkt als je geld nodig hebt om je toekomst zeker te stellen (mag ik leren van de crisis). Natuurlijk mag je miljonair zijn, maar in de spirituele, niet-materiële wereld is dat een volkomen loos begrip.

Geld moet stromen is een oude wijsheid in onze taal, het moet in beweging zijn, net zoals het de bedoeling is dat wij in beweging zijn, onze levensenergie is beweging is.

Eerst kom het gevoel of het ervaren van overvloed en dan kan geld daar achter aan komen. En hulp of dat wat je te geven hebt komt voort uit datzelfde gevoel of bewustzijn, nl dat er heel veel is en daarom ook gegeven kan worden.

Ik wens iedereen toe dat zij/hij zich rijk mag voelen en van dat gevoel geeft wat je te geven hebt!

Jitske

persoonlijke noot

Je kunt het geven van een spirituele behandeling zien als een onderdeel van het uitruilen van diensten. De één geeft de ander ontvangt. Voor het gebruik maken van andermans tijd en vaardigheden kunnen er onderling afspraken gemaakt worden door bijv. diensten of producten te ruilen. Als een deel ontbreekt, is geld een tussen oplossing, een ruilmiddel.

Het bepalen van de waarde van een dienst gaat om de inspanning die het gekost heeft t.o.v.

en/of naast de waarde van de kwaliteit hiervan, zijn niet altijd in aardse vormen uit te drukken.

Wanneer iemand zich druk maakt over het gratis moeten zijn van een spirituele hulp gaat het om de *financiële* waarde waarbij men naar de eigen portemonnee kijkt en wat men er voor over heeft: Niets dus...

En soms kom je een geveer tegen die geeft om te geven en niets terug verwacht. Dit wordt, voor ons mensen, realiteit als het geldsysteem wegvalt. Uiteindelijk is dat de ideale wereld waar we naar toe gaan en waar je, als je in die mogelijkheid bent, nu al naar kunt leven. Je geeft niet om te ontvangen maar je geeft en je ontvangt wat je verdiend.

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.

Wat goed is voor de één hoeft niet voor de ander of voor jou te gelden. Ga op zelf onderzoek uit en ervaar of deze informatie iets toevoegt aan je welzijn en gezondheid.

Kruid van de maand: maretak

Kruidenvrouw Trudy van Diepen weet voor elk kwaaltje wel een kruid dat helpt. Maretak is nuttig voor mensen die last hebben van nervositeit, koude handen en voeten of hoofdpijn.



Dit kruid doet mij denken aan het boek *De Griezels* van Roald Dahl. De hoofdpersoon, mijnheer Griezel, is zo gek op vogelpasteitjes dat hij besluit de boom in te smeren met vogellijm om vogels te vangen. Maar één vogel had dit door en waarschuwde alle andere vogels.

In Nederland wordt maretak ook wel vogellijm genoemd. In de besjes van deze plant zit namelijk een kleverige vloeistof: *viscotoxine*. *Viscum album* is de Latijnse benaming voor dit kruid. Het woord verwijst naar de kleverige witte vloeistof in de bessen.

De maretak is een groen winterhard bolvormig struikje. Het groeit niet op de grond maar in een boom. De blaadjes staan tegenover elkaar. In het vroege voorjaar bloeit de maretak, het zijn geelachtige bloemetjes en in de winter groeien de witte besjes aan de plant. In de besjes zitten zaadjes die verspreid worden door vogels.

De maretak speelde in vroegere tijden een grote rol bij rituelen. Het was voor vele volken een heilig kruid. Enkel de Druïden mochten de maretak plukken en dat werd niet even met de hand gedaan, daar was speciaal gereedschap voor en de maretak werd met veel ceremonieel voorzichtig van de boom gehaald.

Het was niet zomaar een kruid. Het woord zegt het al, mare betekent boodschap. Het kruid was een boodschap van God. En God had verschillende boodschappen, daarom groeide het kruid in verschillende bomen. Groeide deze plant in de eikenboom, dan was het een bijzondere berichtgeving.

Met dit gedachtegoed heeft Rudolf Steiner de waarde van deze bijzondere plant aan ons willen doorgeven. De plant geeft steun aan ons zelfgenezend vermogen en, zo zei hij, de maretak is een lichtbrenger die ons verstoorte licht probeert te herstellen. Wij moeten leren te zijn wie wij zijn en hebben geen gastheer nodig om te groeien. Ons licht moet aarden, zodat wij met beide benen op de grond kunnen staan. Zijn wie je bent. Met andere woorden de maretak trekt ons in onze vorm.

Maretak is een nuttig kruid voor eenieder die met deze problemen te maken heeft: nervositeit, nerveus hart, koude handen en voeten, ziekte van Raynaud, hoofdpijn, onevenwichtigheid, vaatkramp.

In de kruidengeneeskunde wordt de maretak het meest gebruikt als tinctuur. Van de plant kan men ook thee zetten. De takjes en blaadjes vlak voor de bloei (in februari/maart) zijn daar geschikt voor. Omdat de blaadjes en takjes houtiger zijn kan men het beste het geheel enkele uren in lauw water laten trekken en daarna licht verwarmen. Driemaal daags een kopje. Regelmatig gebruik is belangrijk.

De bessen en zaden zijn giftig. Het vruchtvlees van de bes wordt verwerkt in een kruidenpreparaat: iscador. Daar dit onderhuids wordt ingespoten is behandeling voorbehouden aan artsen.

Trudy van Diepen-Stam is gastdocent kruidengeneeskunde bij Het Kruidenrijk in Oosterblokker. Samen met haar dochter Janneke, verpleegkundige en orthopedagoog, schreef zij de boekjes De kruidenkoffer op vakantie en De kruidenkoffer voor kinderen. Voor meer informatie kijk op www.kruidenvrouw.nl.

Bron: <http://theoptimist.nl/>

Brandnetelchips

Dit recept is geschikt voor de rawfood keuken.

1 Ingrediënten

- 25 gram vers brandnetelblad.
- 25 gram daslook knolletjes of knoflooktenen.
- dessertlepel citroensap.
- 50 gram pijnboompitten.
- halve theelepel zout.



2 Werkwijze

- Pureer de ingrediënten tot een glad deeg.
- Smeer het deeg flinterdun uit op een vel bakpapier.
- Trek met een mes breeklijnen.
- Droog in de dehydrator of in de oven met de temperatuur tegen de veertig graden en de deur een stukje open.

De chips zijn heerlijk om uit de hand te eten, maar ook om bijvoorbeeld salade te garneren.



Les 45

maart 2014

*Lesprogramma van Marja Hoefsmit – kruidje
Wordt gratis aangeboden, graag verspreiden*

Longkruid geeft meer lucht

- *Pulmonaria officinalis*



Longkruid hoort bij de ruwbladigenfamilie – Boraginacea.

De longkruid kan je herkennen aan de witte stippen op de ruwe bladeren en de mooie paars blauwe bloemen die in het voorjaar je toelacht. Er zitten haartjes op de bladeren en kriebelen daarin op de huid. De bloemetjes zijn eerst rood en kleuren langzamerhand paars – blauw. Je zult ze wild tegenkomen in Limburg. Maar dank zij de gecultiveerde versie in tuinen en stinsen goed aanslaat, kom je ze hier ook tegen.

De stippen zijn karakteristiek en de bladeren die eivormig zijn lijken op longen, alsof ze de zuurstof via de bladeren binnen wil zuigen.

Longkruid werkt op de longen en wordt voor veel longaandoeningen toegepast.

Verkoudheid, bronchitis en is slijmoplossend. Longkruid bevat slijmstoffen, minerale substanties waaronder kiezelzuur, allantöïne en looistoffen. Daarnaast bevat het plantje de flavonoïden kaemferol en

quercetine, wat een sterke antioxidant werking heeft. Er zitten ook saponinen en koolhydraten waaronder fructanen in.

Longkruid werd vroeger al gebruikt om zweet af te drijven bij griep. Het drijft ook vocht af en kan ingezet worden als men diarree heeft. Het lost slijm op, is goed inzetbaar tijdens verkoudheid en de kiezelzuur verstevigd het lichaam huid, het heelt wondjes en is goed voor bindweefsel. Het werkt goed op de spijsvertering en is goed bij urineweg problemen. Vooral de bloembladeren worden vaker gebruikt, kunnen in salades verwerkt worden en men maakt er soep van. Vroeger gebruikte men vaker soepen en deed daar dan enorm veel kruiden in. Het werkte uitstekend voor hoest en koorts.

Nu wordt het veel minder toe gepast. Eigenlijk heel jammer, want het is zo genezend. Maar we halen onze groenten bij de groenteboer, in plaats uit de natuur en veel mensen zijn niet op de hoogte welke bladeren er gebruikt kunnen worden.

Bij een strottenhoofdontsteking kan spoelen met longkruid de heesheid tegen gaan. Het werkt ook voor aambeien en kan helpen bij vermoeide ogen. Het werkt bij winterhanden en kloven in tenen en handen en helpt bij schilferende huid.

Verhaal

In vroegere tijden werd het vrouwenmelkkruid genoemd en dit is het verhaal. Maria gaf Jezus borstvoeding waarbij er enkele druppels op de bladeren vielen van de longkruid. Dank zij deze gebeurtenis, heeft de longkruid witte stippen op de bladeren die een geneeskrachtige werking hebben.

Als energie

Longen – luchtwegen en communiceren hebben veel met elkaar te maken. Hierin wil de longkruid je open maken om in het leven te staan en verbinding te maken met mensen rondom je heen. Wees oprecht en open en je zult merken dan mensen geen wantrouwen hebben, maar open een gesprek beginnen. Dit kruid geeft je ruimte en beweging en kan benauwde grenzen doorbreken. Eenzaamheid is een gevoel dat je kan doorbreken, door jezelf te accepteren en jezelf te durven geven. De beslissing tot toenadering zorgt dat je geaccepteerd wordt door de ander en dat anderen een toerijking kunnen doen. Durf te spelen en durf je kwetsbaar op te stellen, dan zal de ander je erin kunnen helpen. De essence zorgt dat je gefocust word op je longen, je luchtwegen en helpt de harmonie te vinden in het ademen. De longkruid maakt het kanaal van kruin naar basis open en zorgt voor een betere aarding. Als ik mij verbind met de longkruid – dan ga ik mee met de energie van de longkruid en merk ik op dat dit kruidje eerst een donkere poort laat zien. Het is stil, zwart en er is geen beweging. Ik merk op dat ik daar heel ongemakkelijk van wordt en dat ik het liefste uit wil stappen. Maar dan voert het me als een raket naar mijn voeten en zorgt het dat ik vast aan de grond sta. Dan kan mijn kruin open en voert de energie veel liefde naar mijn hart. Ik kan volledig open staan en voel mij een met alles wat leeft. Het zorgt ook voor een sterke ontlading, waarin de krampen in mijn handen, buik en benen verdwijnen en ik het nu accepteer. Mijn hoofdpijn verdwijnt – goh – ik wist niet dat ik er last van had.. en mijn denken wordt gefocust naar het nu. Als ik mij zelf accepteer zoals ik nu doe, nu uitziet, dan hoef ik geen inspanningen te doen om de ander te pleasen – men heeft met mij te maken.

Theemix op basis van longkruid

Mengsel van Longkruid, tijm, smalle weegbree, zoethout, laurier, kamille en een klein beetje kruidnagel kan je gebruiken om verkoudheid te verminderen.

Maak zelf een olie van longkruid

Om mensen te helpen verbinding te maken met de longkruid, het lucht in te ademen die men nodig heeft kan je deze olie maken. Dit is vrij simpel. Doe wat longkruid in zonnebloemolie, laat het 2 weken op een rustige plek staan, schud elke dag de olie zodat de stoffen uit de longkruid in de olie terecht komt. Zeef het vervolgens af na 2 weken en bewaar het vervolgens op een donkere plek. Je kunt de olie gebruiken om meer lucht en ruimte te creëren en rust te vinden.

Opdrachten

Ga op zoek naar een longkruid en verwerk het blad of bloemen in salade of soep. Ga voor jezelf na wat de specifieke smaak is van longkruid. Waar zou jij longkruid voor gebruiken? Wat zijn de medische toepassingen voor longkruid?

Longkruid maakt de kruinchakra open en geeft een anker als basis op de grond, zodat je stevig komt te staan.

Registreer jouw ervaringen met longkruid als je er mee verbind.

Proefpakketje longkruiden

10 gram longkruid voor 2,50 30 gram longkruid 5,-

Longkruid olie in flesje van 30 ml 5,-

Lucht thee – met mix van longkruid en andere kruiden zoals lavendel, klaproos, weegbree
<http://www.ayourtha.nl>
Vraag om het product via kruidje@gmail.com

Bron:
<http://www.botanical.com/>
<http://mens-en-gezondheid.infonu.nl/>

Deze kruidenlessen pakket wordt gratis aangeboden door Marja Hoefsmit en is tot stand gekomen door haar passie met planten en kruiden.
Zij vindt het belangrijk dat de lessen zo veel mogelijk verspreidt worden.
Meld je aan via kruidje@gmail.com
Zij gaat in de loop van tijd een boek in drukvorm uitgeven.
Via dropbox zijn de vorige lessen te vinden.
<https://www.dropbox.com/>

Je kunt de voorgaande lessen ook als verzameling(meer dan 200 bladzijdes) kopen voor €3,15
Gemaakt 2014 en copyright Marja Hoefsmit – www.ayourtha.nl

Mooi inzicht

<http://damn.com/> The message in this video is extremely powerful. If only more people acted this way, the world would be a much better place.

<https://www.youtube.com/>
Wayne Dyer - Wishes Fulfilled Full PBS Special *the secret*

<http://www.alzheimer-nederland.nl/> Alzheimer heb je niet alleen, verschillende situaties gezien vanuit de omgeving en de confrontatie met het eigen proces.

<http://www.geertkimpen.com/> Heb jij een grote wens? Voor jezelf, of misschien wel voor de wereld? Heb jij een idee waardoor me met zijn allen de crisis kunnen overwinnen? Of een inspirerend initiatief waarvoor je gelijkgestemden zoekt? Deel het in het Wensenboek en laat anderen rechtstreeks op je reageren.

Via Facebook deel ik, Agaphe door Joke Oosterbeek, mooie spreuken en interessante informatie, zoals onderstaande filmpjes. Je bent van harte welkom om zo nu en dan een kijkje te nemen in deze enorme vergaarbak, verrijk jezelf.

Het mooiste wat je kunt worden is jezelf

Hou jij van jezelf?



Als je op zoek bent.
Als je op zoek bent naar waardering,
begin jezelf te waarderen.
Als je op zoek bent naar liefde,
hou eerst van jezelf.
Als je op zoek bent naar bevestiging,
bevestig dan eerst jezelf.

Als je naar iets zoekt in de buitenwereld,
zoek dan binnen in jezelf.
Je buitenwereld is een afspiegeling
van je binnenwereld.
Je zal er precies vinden, of niet vinden,
wat je in jezelf hebt gevonden.

De OPSTEKER

De opstecker is een bijdrage aan een mooie samenleving. Dit kan een persoonlijk of gezamenlijk initiatief zijn maar kan ook in de vorm van een website, een lezing, een film of een t.v programma.

Ken jij of maak jij deel uit van een project of heb je hierbij hulp nodig of heb je een tip, laat het ons weten, wij plaatsen deze informatie graag.

Laten we dit zoveel mogelijk met elkaar delen, elkaar enthousiasmeren om op onze eigen manier een bijdrage te leveren in onze eigen omgeving.

Verander de wereld, begin bij jezelf.

*Een kind leert
waarmee het leeft.*

*Leeft een kind met kritiek,
dan leert het veroordelen.*

*Leeft een kind met vijandigheid,
dan leert het vechten.*

*Leeft een kind met spot,
dan leert het schuw zijn.*

*Leeft een kind met schaamte,
dan leert het zich schuldig voelen.*

*Leeft een kind met verdraagzaamheid,
dan leert het geduld.*

*Leeft een kind met bemoediging,
dan leert het vertrouwen.*

*Leeft een kind met eerlijkheid,
dan leert het wat rechtvaardigheid is.*

*Leeft een kind met lof,
dan leert het waarderen.*

*Leeft een kind met veiligheid,
dan leert het geloven.*

*Leeft een kind met aanvaard-zijn en met vriendschap,
dan leert het wat liefde is en hoe God in de wereld werkzaam is.*

<http://www.geertkimpen.com/>

Heb jij een grote wens? Voor jezelf, of misschien wel voor de wereld? Heb jij een idee waardoor me met zijn allen de crisis kunnen overwinnen? Of een inspirerend initiatief waarvoor je gelijkgestemden zoekt? Deel het in het Wensenboek en laat anderen rechtstreeks op je reageren.

Is jouw levensstijl een gewoonte geworden waar geen ruimte was voor informatie die je de andere kant laat zien? Of geeft het jou niet de ruimte om het in je dagelijkse leven toe te passen?

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.

Nieuwe inzichten kunnen mogelijk voor essentiële en radicale veranderingen zorgen, dat is soms eng en is tegelijkertijd een uitdaging. Je weet wanneer je er klaar voor bent, dan kun je niet meer terug. Weet dat er velen je zijn voorgedaan en zij willen graag hun ervaringen delen. Je staat niet alleen.

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 kun je hier met andere ogen naar kijken. 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 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 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

Verklaring van Ashtar

deel 2 van vermist vliegtuig

Ashtar via Arthura

Wanneer er vele geesten zich afstemmen op een nog onverklaarbare zaak, neemt de emotie van het gevoel om verlost te worden het over.

Dit is op zich een mooie wensgedachte, waarvan de kern een waarheid draagt.

Er zijn vele bewustzijnslagen waarop afgestemd kan worden en is het niet prachtig dat dit kan worden weergegeven door vele mensen op aarde die hiermee verbonden zijn. Elk mens is toch dat stukje van de puzzel? Wat een kleurig palet wordt er in jullie dualiteit neergezet.

De verklaring ligt dus niet in welke waarheid klopt, maar in het feit waar de kern van de waarheid ligt. In welk deel, in welke overeenkomst. Samen vormt dit dan een goed overzicht van dit onderwerp, in dit geval betreft het het vermiste vliegtuig Maleisië.

Dimensies en parallele universa

Vanuit welke dimensie ontvangt men het bericht?

Wanneer de geest zich verbindt met een bewustzijnslaag die zich bevindt in een ander universum dat parallel loopt, zal de uitkomst variabel zijn. In die parallele wereld speelt zich een iets ander verloop af dan de uitkomst op jullie aarde. Deze parallele werelden verlopen naast elkaar, ieder in een eigen dimensie. De vele realiteiten zijn een creatie van de vele geesten op aarde. Deze vormen eigen realiteiten. Dit is altijd zo geweest.

Niet alleen God de Bron creëert. De mens creëert elk moment een nieuwe gedachte. Het aarde bewustzijn creëert ook realiteiten naast deze aarde en bevat een kern van waarheid. Een onzichtbaar deel wat door de ander niet gezien kan worden.

Vanuit het aardse perspectief bekeken kunnen deze realiteiten dus gelinkt worden. Vanuit deze andere dimensies kan informatie geput worden. Het medium dat ontvangt dient wel zuiver van geest te zijn. Hiermee bedoelen Wij, het ego mag minimaal aanwezig zijn wanneer de ontvangst zich aandient. Wanneer dit niet het geval is, zal het ego gaan mee creëren. Dan wordt de uitkomst troebel.

Daarom zijn er zoveel die een signaal doorkrijgen, om het egodeel te ontcrachten. Wij vanuit het Licht geven dezelfde signalen door, maar de ontvangst is verschillend, omdat de ontvangst in een andere dimensie wordt opgevangen. Elke dimensie heeft zijn eigen codes en trillingen. De keuze van woorden van elk medium kan anders gekozen woorden. Meer passend bij die persoonlijkheid van dit kanaal. (lees vorige boodschap over soorten mediumschap). Dit is ook nodig in jullie dualiteit, want er zijn vele soorten mensen in verschillende trillingsfrequenties die bereikt dienen te worden. Wij van het Licht willen niet

één perfecte waarheid neerzetten, maar het bewustzijn openen van alle mensen. Zodat de informatie bij verschillende groepen kan binnenkomen. Dit wordt vaak lacherig bekeken en als onzin ervaren. Wij werken via liefdevolle omleidingen, dus niet via manipulatie. Elk mens heeft soms een ander symbool nodig wat hen bewust kan maken van zijn of haar realiteit op aarde. De eigen keuze van de mens staat centraal en de informatie vanuit het Licht, wordt op verschillende manieren aangeboden.

Ik, Ashtar zal nu een uitleg geven over het vermiste vliegtuig en de vele verschillende boodschappen. Advies: Lees rustig deze verschillende boodschappen en kijk wat je het meest aanspreekt in die boodschappen. We gaan nu kijken naar de **OVEREENKOMSTEN** en niet naar de verschillen. Koppel deze overeenkomsten aan elkaar en kijk wat er gebeurt! Dat is wat de mens in de dualiteit op aarde dient te doen. Dit gegeven kan **ALTIJD** toegepast worden in de vele situaties waarin de mens kan verkeren. Vaak in de negatieve situaties, want in het positieve is daar geen behoefte aan bij de mens, maar ook dat is mogelijk. Alles is immers een spiegel nietwaar?

Disclosure

Er is een grote groep mensen op aarde die met de boodschap disclosure is geboren, in hun DNA en blauwdruk. Zodra deze wordt getriggerd komt deze informatie boven water. Dit is niet verkeerd want dit heeft een reden, een functie. Deze gedachtekrachten vormen zo de trilling van een disclosure. Daarna zou het gemanifesteerd kunnen worden in het fysieke. Op aarde zijn er meerdere groepen die weer een andere functie in zich dragen en hun gedachtekrachten neerzetten. Dit samen vormt het: het **AARDEBEWUSTZIJN**. De mens kan wel iets willen, maar het grote geheel beslist met elkaar hoe, wat en wanneer. Het is iets wat je met elkaar en via de aarde neerzet. De wil of wens van een bepaalde groep kan niet de ander gaan overheersen vanuit wilskracht. Althans niet bij een disclosure van het **HART**. God de Bron stimuleert wel de groepen die vanuit het **HART** leven en willen manifesteren, maar houdt ook nog eens rekening met het **UNIVERSELE BEWUSTZIJN**. Een nog groter geheel. **HET AL DAT IS**. Alles is een samenspel en alles werkt mee om een evolutie op aarde te creëren. Dit kost tijd, want elke groep mag zich bewust gaan worden, ieder op zijn manier en op zijn tijd.

Overeenkomsten bij de verschillende boodschappen

- 1) De inzittenden in het vliegtuig zijn overgegaan, naar een andere planeet of dimensie. (Overleden)
- 2) Ze zijn geholpen door het **LICHT** (UFO en Engelen)
- 3) Problemen in de cockpit, andere koers, zorgde voor raadselachtige verdwijning telefoons die het nog een tijdje deden. (luchtlagen/wormhole)
- 4) Vindplaats in het water, dit heeft te maken met de binnenaarde. 29 mensen zijn fysiek de binnenaarde ingegaan en opgehaald. Om hier te verblijven zolang nodig is. (poort 11).
- 5) Het laat bekendmaken in de media, heeft een politieke reden: Angst voor terrorisme i.v.m. top meeting van de NSS op 24 en 25 maart 2014: 58 politieke wereldleiders die bij elkaar kwamen in een conferentie in NL, betreft nucleaire kernenergie. Alles werd stilgelegd rondom deze bijeenkomst. (De Nuclear Security Summit 2014 (NSS)).
- 6) Disclosure: Dit alles bij elkaar zet de mens op aarde aan het denken: opent het bewustzijn; dit komt doordat de eerste code 13 zich openbaart aan de mens op aarde. Het oude beeld wordt aangetast. Vele soorten informatie. Een andere energie staat op.
- 7) Dit kan verwarring opleveren, voor elke groep geldt een andere beleving van de situatie. Een andere vorm van disclosure. (voor meer info lees de boodschappen over disclosure uit 2012).

Wanneer de kernen van elke boodschap geaccepteerd kunnen worden, zal de mens snel een doorstroming maken naar een ander bewustzijn. De mens op aarde die te lang in een verwarring blijft en door boosheid wordt overvallen, die de verschillende boodschappen niet kan integreren, daar spreekt het ego nog een deel in mee. Het gevangen zitten in een wensgedachte en de wil van die mens die niet wordt beantwoord, zit nog vast in de dualiteit. Het buiten zichzelf zoeken naar de oplossing. Slachtofferschap en gered willen worden door

een buiten zichzelf liggende kracht. Terwijl deze IN de mens besloten ligt en dient geopend te worden. Dit is het inzicht dat verkregen mag worden op aarde, zodat de mens vanuit zichzelf (en met hulp vanuit het LICHT) de disclosure gaat neerzetten. Zodanig dat deze geschikt is voor de totale omslag van de aarde en de mens. Gekoppeld aan het Universele bewustzijn van God de Bron.

Dit was Ashtar met een uitleg over disclosure van de boodschappen en de vele inzichten die nodig zijn voor de mens op aarde.

Met liefde gebracht en vanuit het HART van GOD doorstraald, laat Ik, Ashtar en mijn Broeders en Zusters van het LICHT jullie weten dat dit de bedoeling is.

In gebed en vanuit respect een liefdesgroet naar de degene in verdriet.

Namasté
Ashtar
26 maart 2014

*Mag gedeeld worden in zijn geheel en vanuit respect, onder vermelding van de bron/kanaal:
Arthura Hector*

www.ashtarspage.com
©ART-hura
Ashtar Command Nederland

- * April 2014 luidt een zeer zeldzame astrologische gebeurtenis, waar 4 planeten (Pluto tegengestelde Jupiter & Mars tegenover Uranus), op exact 90° loodrecht op elkaar staan, vandaar de vorming van een Grootkruis in onze hemelse luchten.
- * Daarnaast zit elk van deze planeten '13 graden' in de 4 kardinale tekens (Pluto 13 graden Steenbok, Jupiter 13 graden Kreeft, Mars 13 graden Weegschaal en Uranus 13 graden Ram).
- * Plus Mars loopt retrograde (achteruit) tijdens de Kardinaal Grootkruis uitlijning.
- * De climax van dit Kardinaal Grootkruis op 23/24 april 2014 vindt plaats tussen twee eclipsen, een totale maansverduistering op 14 april 2014 gevolgd door een Zonsverduistering op 28 april 2014.
- * Dit Kardinaal Grootkruis heeft een grote invloed op ons gedurende een periode van 7 maanden van januari tot en met juli 2014.
- * Kortom, het Kardinaal Grootkruis opent een Quantum Gateway of potentieel voor de meest gekoesterde oude waarheid, een kosmische waarheid gebouwd op de fundamente van LIEFDE en een diepe eerbied voor al het leven.
- * Mensen ontwaken en-masse naar een hogere wijsheid en het overstijgen van de sociale, politieke en religieuze kaders gebouwd op angst, te co-creëren naar een nieuwe wereld gebaseerd op fundamente van liefde, mededogen, soevereiniteit en eenheid.

- * Wat betekent Kardinaal? De 12 tekens van de dierenriem zijn gegroepeerd of ingedeeld volgens hun energetische kwaliteit. De groepen zijn: Kardinaal (Ram, Kreeft, Weegschaal en Steenbok), Vast (Leo, Schorpioen, Waterman, Stier) en veranderlijk (Boogschutter, Vissen, Tweelingen en Maagd).
- * Daarnaast heeft elk van deze groepen een sterrenbeeld die betrekking heeft op een bepaald element: vuur (Ram, Leeuw, Boogschutter), water (Kreeft, Schorpioen en Vissen), lucht (Weegschaal, Waterman en Tweelingen) en aarde (Steenbok, Stier & Maagd).
- * Dus de planeten die dit Kardinaal Grootkruis op 23/24 april 2014 vormen zitten alleen in kardinale tekens en dus elk van de elementen zijn als volgt vertegenwoordigd:
Pluto - Steenbok (Kardinaal Aarde)
Mars - Weegschaal (Kardinaal Lucht)
Jupiter - Kreeft (Kardinaal Water)
Uranus - Ram (Kardinaal Vuur)

* Kardinale tekens zijn de leiders van de dierenriem, ze hebben altijd wind in de zeilen, het initiëren van actie en willen beheersen om dingen te laten gebeuren.

* De kardinale tekens vertegenwoordigen ook het begin van elk seizoen.

* *Steenbok als 'kardinaal aarde' - is zeer praktisch, rolt de mouwen op een down to earth soort manier om dingen gedaan te krijgen.*

Weegschaal als 'kardinaal Lucht' - bevordert partnerschappen en relaties, mensen komen bij elkaar om dingen gedaan te krijgen.

Kreeft als 'kardinaal Water' - is erg emotioneel assertief, gericht op gevoelens door middel van het beïnvloeden van mensen om actie te ondernemen vanuit hun hart/home.

Ram als 'Kardinaal Vuur' - is meer van een ongeduldige 'doe het gisteren' initiator, hun enthousiasme en urgentie drijft actie.

Energetica van Pluto, Mars, Jupiter en Uranus

* Elke planeet binnen ons zonnestelsel beïnvloedt energetisch onze dag-tot-dag leven hier op aarde.

* De planeten Pluto, Mars, Jupiter en Uranus dat de '4 Points' van de april 2014 Kardinaal Grootkruis vormen resoneren met de volgende kwaliteiten.

PLUTO is de buitenste planeet in ons zonnestelsel en zijn energie leidt tot transformatie.

* Pluto leidt ons om te kijken naar de diepe schuilhoeken van ons onderbewustzijn en transformeren wat we niet dienen.

* Natuurlijk willen we allemaal een vrije wil en keuze maar pluto heeft een unieke manier van het duwen aan de knoppen.

* Pluto kan behoorlijk intens zijn, maar het kan ook dingen laten gebeuren met zijn archetypische mannelijke energie.

* Omlooptijd Pluto om de zon duurt ongeveer 248 jaar maar besteedt tussen de 12 en 31 jaar in elk teken van de dierenriem.

MARS is de planeet van actie en dat doet zeker zijn vurige rode kleur.

* Mars geeft ons moed en zelfvertrouwen om een krijger te zijn en te voldoen aan onze uitdagingen het hoofd op te houden.

* Assertiviteit en onbevreesdheid is de naam van het spel met Mars.

* Mars archetypische energie is mannelijk.

* Omlooptijd Mars om de zon duurt ongeveer 687 dagen.

JUPITER is de planeet van expansie en induceert ons naar hogere wijsheden, intellectuele bezigheden en/of spirituele filosofieën verkennen.

* Het opent ons bewustzijn naar nieuwe horizonten en ideologieën en induceert ons om onze eigen ethiek en moraal te verkennen.

* Geluk is ook geassocieerd met Jupiter en zijn energie en zijn archetype energie is mannelijk.

* Omlooptijd Jupiter om de zon duurt ongeveer 12 jaar, besteedt dus ongeveer 1 jaar in elk van de tekens van de dierenriem.

URANUS is de planetaire wildcard van rebellie en originaliteit.

* Het gaat over het vrij breken van het alledaagse en het creëren van een nieuwe wereld buiten de doos.

* Het is Uranus die revoluties vonkt want het heeft zijn blik op meer humanitaire, vrijheidslievende en onconventionele bezigheden.

* Deze energie kan intens, impulsief en grillig zijn, maar het is dit onconformiteit dat aanleiding geeft tot originaliteit, uitvinding en futurisme.

* Uranus archetypische energie is androgene.

* Omlooptijd Uranus om de zon duurt ongeveer 84 jaar, waardoor de planeet geassocieerd wordt met een bepaalde generatie.

Retrograde Planeten

* Een planeet loopt Retrograde als het achteruit lijkt te bewegen in de lucht.

* Tijdens de april 2014 Kardinaal Grootkruis, is een van de vier planetaire leden van het Kruis Mars, en deze planeet beweegt Retrograde tijdens de uitlijning.

- * Als Mars retrograde loopt, ontbreekt het deze 'actiegericht' energie planeet aan vitaliteit als de energie naar binnen wordt omgekeerd.
- * Het kan soms het gevoel geven alsof je stroomopwaarts peddelt, met eindeloze vertragingen, wegversperringen, tegenslagen en omwegen op je pad.
- * Voor sommigen kan deze frustraties licht geven aan woede en wrok, voor anderen kunnen deze frustraties 'heer van de onderwereld' oorlog-achtige uitbarstingen versterken en explosies die niet mooi zijn katalyseren.
- * Het is een beetje zoals het afdekken van een actieve vulkaan, als de interne druk te veel opbouwt en het eindresultaat zeer rommelig zou kunnen zijn!

Oppositie, Grootkruis & Kwadratuur

- * Planeten zijn in tegenstelling tot elkaar wanneer ze 180 graden apart op een astrologische wiel staan.
 - * Als een cirkel heeft 360 graden heeft, 2 planeten 180 graden bij elkaar, moeten ze direct tegenover elkaar op het wiel.
 - * Elke maand als de Maan in oppositie met de zon is hebben we een volle maan, gezien vanuit onze positie hier op aarde.
 - * Een Grootkruis wordt gevormd wanneer 4 planeten SQUARE elkaar op de astrologische wiel staat, dat is dat elk van de vier planeten 90 graden uit elkaar staan.
 - * Zo kun je ook naar een Grootkruis kijken als 2x zoveel tegenstellingen.
 - * Het is ook belangrijk om op te merken, dat in een Grootkruis, alle 4 planeten van dezelfde energetische kwaliteit dus elk element zal vertegenwoordigd (dwz Aarde, Vuur, Lucht & Water).
-
- * Wanneer planeten SQUARING zijn (90 graden van elkaar), is er een innerlijke spanning gemaakt en een soort conflict.
 - * Het is alsof we heen en weer worden geslingerd tussen de energie van beide planeten, getrokken naar beide richtingen, maar niet in staat om elkaar in evenwicht te brengen.
 - * Het is alsof je gevangen bent in het probleem en er geen oplossing is.
 - * Maar zoals het gezegde luidt: als je je bewustzijn verhoogt en kijkt 'buiten het plein' worden oplossingen gevonden.
 - * Dus de dynamische en dringende energie van een SQUARE, vergroot de weerstand van binnenuit en brengt mogelijkheden voor diepgaande groei.
 - * VIERKANTen eisen veranderingen en de noodzaak om actie te ondernemen om een oplossing te bevorderen.
-
- * Wanneer planeten in OPPOSITIE zijn, zijn de spanningen niet zo intens als op het plein, maar het conflict ervaren door polariteit brengt nog steeds diepgaande mogelijkheden van inzicht, resolutie en verandering met zich mee.
 - * Tijdens een oppositie kan het voelen alsof je in een touwgetrek zit, getrokken tussen de polariteiten van elke planetaire energie en dus van links naar rechts worden geslingerd.
 - * Het is alsof de buitenwereld je situaties of uitdagingen oplegt die je overtuigingen of verlangens wil verzetten.
 - * Als gevolg daarvan kan de polariteit aanleiding geven tot twijfel als we voortdurend geconfronteerd worden met het zien van een kant recht en de andere kant als verkeerd, of als een ander spreekwoord zegt 'vast tussen een rots en een harde plaats'.
 - * Echter, terwijl de energie bij oppositie van planeten elkaar wederzijds lijken uit te sluiten, kan de spanning leiden tot integratie vinden hoe beide tegenstellingen tot elkaar te brengen en genezing geeft.
 - * Het is een kans om de energie van beide polariteiten te integreren, en te omarmen en de complementaire wijsheden in je leven te brengen.
- Veranderen. Change, Change & More Change!
- * Het lijkt alsof CHANGE de enige constante in de afgelopen jaren is geweest. Vanaf het moment dat Pluto het eerst waagde in Steenbok in 2008, Uranus in Ram in 2010, de kardinaal T-vierkant van Saturnus-Uranus-Pluto in 2010 en de voortdurende kwadratuur van Uranus-Pluto 2010-2016, verandering is overal om ons heen en door ons.
 - * Terwijl de Kardinaal Grootkruis zijn hoogtepunt bereikt in april 2014, zal het doorwerken tot juni/juli van dit jaar.

* De oppositie van Pluto-Jupiter en Uranus-Mars in combinatie met de respectieve SQUARING van deze planeten, is het creëren van een dynamische situatie van intensiteit, conflict en binnen-buiten-spanning, dwingt ons om diep naar binnen te kijken en onze eigen morele, ethische en humanitaire waarden te schouwen en hoe deze waarden te kunnen transformeren.

* Pluto in Steenbok gaat over inspirerende grote transformaties in de hiërarchische structuren van overheden, bedrijven en iedereen die op plaatsen van de macht staan. Met Pluto SQUARING Uranus in Ram voelen we een intens verlangen om te rebelleren, in opstand komen en niet achterover meer leunen. We zijn zo ontevreden over de leugens, bedrog en propaganda. Maar tegelijkertijd weten we vanuit een hoger bewustzijn dat weglopen zinloos is, als het nodig is om pro-actief te werk te gaan, te herstructureren en te transformeren.

* De oppositie van Pluto in Steenbok met Jupiter in Kreeft is een uitdaging om onze waarden als een wereldwijde menselijkheid van de burgers van onze aarde voor toekomstige generaties. De aarde is onze 'thuis' en alle aardlingen zijn onze familie. De oppositie van Jupiter en Pluto brengt conflict naar onze oude structuren van wat een gezin is.

* We voelen ons genoodzaakt te breken met de grenzen en te evolueren in een verenigd, maar gediversifieerd stam.

* Wat geeft het recht voor politici om te voorkomen dat mensen die asiel aanvragen om aan vervolging te ontsnappen vanwege hun godsdienst, levensovertuiging, politieke opties of de kleur van hun huid. Wat geeft onze regeringen of kerkleiders het recht om te bepalen wat een 'familie' is. Familie is een persoonlijke keuze (en heeft niets te maken met het geslacht), familie is de gemeenschap (het belang van het hebben van een collectieve stem), familie in Nationaal (wat zijn onze landen waarden en hoe we een aanvulling op andere Naties) en wereld familie (we zijn allemaal ONE). Hoe kunnen wij elkaar liefhebben, onze diversiteit eren en dus leven in harmonie, welvaart voor iedereen en eenheid?

* Toe te voegen aan deze eclectische mix van Kardinaal Grootkruis energie is de oppositie van Uranus met Mars. Mars in Weegschaal gaat over actie, vechten voor rechtvaardigheid, waarheid, transparantie en gelijkheid in ons leven. En Uranus in Ram is met koppige vrijheid vechten, revolutionair en op onorthodoxe manieren dingen te laten gebeuren. We willen de waarheid en transparantie.

* Mars in Weegschaal VIERKANT met zowel Pluto en Jupiter; we worden getrokken tussen de waarheid dwingen aan het licht komen in alle facetten van de structuren van deze wereld, of het nu politiek, de kerk, bedrijven en dergelijke is. Tegelijkertijd worden we getrokken om emotioneel deze structuren te omarmen en proberen een gevoel van rechtvaardigheid in gelijkheid die ons vooruit kan brengen in de toekomst. Is dit mogelijk, kan de huidige wereld structuur dit daadwerkelijk moraal, ethiek en eigen verantwoordelijkheid ondersteunen. Uranus in Ram zegt: begin opnieuw!

* Een meest onvoorspelbare aspect van de Mars OPPOSITIE & pleinen met deze Kardinaal Grootkruis, is dat Mars retrograde reist tijdens de piek van deze Kardinaal Grootkruis in april 2014.

* Mars retrograde; deze 'actiegericht' energie ontbreekt aan vitaliteit als de energie naar binnen wordt omgekeerd. Het kan soms het gevoel geven alsof je stroomopwaarts peddelt, met eindeloze vertragingen, wegversperringen, tegenslagen en omwegen op je pad. Het is een mogelijkheid om met Mars retro, dat volkeren frustraties van het niet kunnen omgaan met verandering te creëren, van zo beu met leugens en bedrog en het gevoel van machteloos zijn als gevolg van geïnternaliseerde woede, en tot bitterheid en wrok zou kunnen leiden. Voor sommigen kan dit als een drukkookpan in intensiteit zijn elk moment kan exploderen. Eventueel de mogelijkheid van oorlog, explosies en 'do-or-die' mentaliteit uit te spelen.

De kracht van 13

* In dit Kardinaal Grootkruis zit elk van de planeten - Pluto, Mars, Jupiter en Uranus ook op exact 13 graden in hun respectieve tekenen van Steenbok, Weegschaal, Kreeft en Mars.

* Het getal 13 is een zeer heilig getal. Het vertegenwoordigt de 13 sferen van de Kubus van Metatron, de 13 Heilige Toetsen / Wetten van de Schepping, de 13 Punten van onze Activated Light Body, onze 13 niveaus van bewustzijn door ons DNA, de 13 Afmetingen van ervaring binnen ons Melkwegstelsel en de 13 aartsengelen van de Schepping.

* Dus wat zegt dit ons? Tijdens de Kardinaal Grootkruis uitlijning zal ons bewustzijn worden gericht buiten de 3D fysieke als we ontwaken tot de 13e centrale sfeer van de Kubus van Metatron.

- * De 13e bol (de centrale cirkel) staat voor dood en wedergeboorte, einde en begin en is het gebied van de liefde die door de hele Schepping dringt in alle richtingen van tijd en ruimte.
- * Via het nummer 13 van de Kardinaal Grootkruis in onze huidige stellaire/galactische/kosmische cycli zijn samenwerking met ons om onze eigen individuele radars en het afstemmen van onze antennes om een diepe en meest gekoesterde oude waarheid te laten ontwaken, een kosmische waarheid gebouwd op de fundamenten van LIEFDE en een diepe eerbied voor al het leven.
- * Mensen ontwaken en-masse naar een hogere wijsheid en het overstijgen van de sociale, politieke en religieuze kaders gebouwd op angst, te co-creëren naar een nieuwe wereld gebaseerd op fundamenten van liefde, mededogen en eenheid.

Maan & Zonsverduistering

- * Op 14/15 april 2014 hadden we een totale maansverduistering (wanneer de maan vol is en de aarde blokkeert de zonnestrallen, waardoor de maan is gegoten in de schaduw van de Aarde). Een Maansverduistering biedt een quantum gelegenheid om diepgewortelde wonden los te laten, en oude angsten en negatieve patronen of eigenschappen binnen de schaduw zelf te overstijgen.
- * Tijdens deze maansverduistering, staat de Volle Maan in het luchtteken Weegschaal, en reflecteert het licht van de zon in het vuur teken Ram. Dus deze Volle Maan/totale maansverduistering gaat over het erkennen van de wereld om je heen, een weerspiegeling van jezelf. Deze volle maan wijst erop dat onder de fysieke gevel, we allemaal hetzelfde zijn en verenigd in onze gemeenschappelijkheid kunnen we de wereld ten goede veranderen.
- * Het is onze verbazingwekkende diversiteit (RAM) dat het geheel creëert in balans en harmonie (LIBRA) - dus laten we allemaal samen deze Volle Maan dankbaar zijn voor de eer van de eenheid van de hele schepping.
- * Ik kan niet denken aan een betere energie om het potentieel van het Kardinaal Grootkruis die 8 dagen na de zonsverduistering optreedt te katalyseren!
- * De 14/15 april 2014 Volle Maan, 'The Christ Full Moon' is, de eerste van drie krachtige volle manen.
- * Minder dan een week na het kardinaal Grootkruis op 23/24 april hebben we op 29 april 2014 wij zonsverduistering op de Nieuwe Maan, waarbij de maan beweegt tussen de Aarde en de Zon en de Maan verduistert de mening van de Aarde met de Zon (maar met ringvormige zonsverduistering, is er een heldere ring van licht, een ring rond de donkere schijf van de maan). De energie van een Zonsverduistering 'verduistert' onze visie naar voren, zodanig dat we de tijd kunnen nemen om te reflecteren op de huidige en naar waarheid te zien hoe dit zich verhoudt tot ons verleden en met deze kennis kwantumsprongen te maken op onze wegen vooruit.
- * Tijdens deze ZONSVERDUISTERING in nieuwe maan, zal zowel de Maan als de Zon in het Aarde teken van de Stier staan - dus dit is de perfecte tijd om praktisch over je leven te zijn en te bekijken wat nodig is om het fysieke bestaan comfortabeler te maken. De vibratie van de Stier brengt met zich mee: vastberadenheid, focus, 'je geneest en dingen gedaan krijgen' energie. Als we verhuizen naar deze nieuwe maan, maak dan in dankbaarheid een lijst van alle dingen in je leven dat je 'rijk' maakt, zelfs als het nog niet bestaat in je leven, toe te voegen aan de te maken lijst en er dankbaar voor zijn. Nu maak je een lijst van hoe je die 'rijkdom' met anderen kunt delen.
- * Alleen door het maken van de toezegging om je rijkdom te delen, maak je meer rijkdom en breng je overvloed aan rijkdom voor allen om te delen; vreugde, hoop, kansen, gezond voedsel voor iedereen, medische zorg, liefdevolle relaties en mededogen voor iedereen. Kanaliseren de Stier energie deze nieuwe maan, een praktische visie voor een nieuwe wereld te creëren.

Dus waar we ons nu bevinden?

- * In maart 2014 zagen we al deze perfecte storm van conflicten goed veranderen en in beweging komen als het Kardinaal Grootkruis samenkomt gedurende vele maanden (jaren).
- * Intense weerpatronen in alle regio's van de planeet (bijvoorbeeld droogte in Australië, record hoge/lage temperaturen, Polar Vortex, etc), politieke omwentelingen (google de woorden "politieke omwenteling 2014 'en je krijgt 2.790.000 resultaten), meer' uitstapjes 'waarheden binnen de kerk, oproers in het huwelijk, gelijkheid en vechten voor rechtvaardigheid op alle gebieden van ons leven.

* Met name afgelopen weekend in Australië was er een evenement georganiseerd door de mensen voor de mensen om zich tegen een regering die niet werkt in het belang van het grotere voor allemaal. Daarnaast zijn er honderden gemeenschap geïnspireerde organisaties zoals Getup en Australiërs voor actie die een stem van en voor het volk zijn.

* En op de maart 2014 Equinox Nieuwe Aarde Nation lanceert Zero Point Time. Ik hou gewoon van de Nieuwe Aarde Naties definitie van wat het betekent om een wereldburger te zijn:

"Een man of vrouw die, met absolute soevereine macht van zijn/haar eigen nationale staat, zonder voorwaarden of beperkingen, en zonder vermoeden van dienstbaarheid aan iets of iemand, is trachten te leven in overeenstemming met de natuurlijke wet, om geen kwaad te doen, en om elkaar bijstand te geven om hun eigen perfectie en dat van de menselijke conditie te bevorderen. "

Dus wat is het over verandering?

* Wanneer we onszelf toestaan om kwetsbaar te zijn en we ons bevrijden van de beperkingen van angst en controle en ons toestemming geven om anders te zijn en de hoogste uitingen van vreugde, creativiteit en liefde te ervaren.

* Dit Kardinaal Grootkruis duwt misschien je knoppen en als een centrifuge dwingt het aan de oppervlakte diepste angsten, en donkerste schaduwen allemaal in een smeltkroes van angst, onzekerheid, schaamte en twijfel aan jezelf.

* Maar je hebt een keuze, kun je jezelf overgeven, jezelf toestaan om kwetsbaar te zijn en sta jezelf toe te de angst te voelen.

* Het is deze verandering waar we op hebben gewacht. Omarm het!

* De wereld zal nooit meer hetzelfde zijn en dat is een goede zaak, dus 'wees zelf de verandering die we willen zien in de wereld'.

* Om te helpen om de energie & quantum potenties van deze kosmische afstemmingen te integreren in heel 2014 en verder, concentreer je op je passie, inspireer om kansen te creëren en overstijg je angsten.

The Wave of Love

* Ontwaakt mensen in hun goddelijke schoonheid, het doel van hun Wezen en resoneer op de paden de weg voor de hele mensheid om het hoogste niveau van hun ziel potentieel te vervullen.

* Dat is het doel van alle zielen in deze gedenkwaardige tijd hier op aarde, om opnieuw te herinneren wie we zijn en gewoon Liefde te zijn.

* Het lijkt erop dat 2014 een groot transitiejaar gaat worden voor de mensheid.

Overigens, is mijn bevinding dat niet alleen personen met planeten of sensitieve punten in de kardinale tekens 'getroffen' worden door de revolutionaire, transformerende krachten tussen Uranus in Ram en Pluto in Steenbok.

* Iedereen heeft of krijgt hiermee te maken, en iedereen moet leren navigeren met deze energieën.

* En met Saturnus in Schorpioen gaat het er behoorlijk pittig aan toe.

* Als alle kardinale punten bezet zijn, is het zaak om goed bij jezelf te blijven.

* Astroloog Robert Wilkinson (Aquarius Papers) noemt de configuratie 'The Great Fracturing of the Spring of 2014'.

* Vanuit een hoger perspectief gaat het erom dat we leren om de positieve kanten van de kardinale energieën naar voren te brengen.

* Een positieve uitwerking van Pluto in Steenbok kan zijn dat oude bestaande structuren ingrijpend hervormd worden zodat er duurzame structuren voor terugkomen.

* Een positieve uitwerking van Uranus in Ram is dat er revolutionaire vernieuwing plaatsvindt op weg naar een nieuwe wereld, te beginnen in onszelf.

* Een positieve uitwerking van een planeet in Weegschaal is dat er verbinding ontstaat op basis van innerlijk gevoelde harmonie.

* En een positieve uitwerking van een planeet in Kreeft helpt ons om emotionele veiligheid en geborgenheid te waarborgen.

* Als we ons door de kardinale energieën van links naar rechts geslingerd voelen, tel dan eerst eens tot tien en handel dan pas.

* Gebruik Jupiter in Kreeft om te voelen wat écht goed voor jou is.

* Hanteer Mars in Weegschaal eind dit jaar en in het voorjaar van 2014 om geschillen in de kiem te smoren, en geen allianties te sluiten die niet bij je horen.

- * Gebruik het vierkant tussen Uranus in Ram en Pluto in Steenbok om nu echt fundamentele, revolutionaire veranderingen in je leven toe te staan.
- * Kom uit je comfortzone en werk met de energieën mee en wacht niet totdat het te laat is.
- * Op 25 en 26 augustus 2013 staat er weer een zogeheten Groot Sextiel of Ster-tetraëder aan de hemel, ook wel de 'Merkaba 6-pointed Star' genoemd, een bijzondere configuratie.
- * Het patroon wordt gevormd door de Zon en Mercurius in Maagd, Pluto in Steenbok, Jupiter in Kreeft, Neptunus in Vissen en Saturnus in Schorpioen.
- * Eind vorige maand stond er ook een Ster-tetraëder aan de hemel, en dit aspectenpatroon krijgt deze dagen dus een vervolg.
- * De energie is zeker voelbaar voor hen die planeten of sensitieve punten in de eerste graden van Aarde- of Watertekens hebben staan.
- * Het element aarde in deze samenstand helpt ons om 'aarde te maken', en op een gedegen manier vorm te geven aan de grote veranderingen in ons leven door onszelf op een hoger plan van bewustzijn te brengen.
- * We groeien als mensheid nu naar een climax toe, die in positieve zin voor grote doorbraken kan zorgen als wij hier zelf aan hebben meegewerkt, niets gaat immers vanzelf.
- * We hebben het 5de Uranus/Pluto-vierkant exact op 22/4, wat te maken heeft met de keelchakra. Er zullen problemen zijn rond spraak en spreken, een stem hebben of je eigen stem vinden, persoonlijk en globaal.
- * Het gaat absoluut het spel veranderen, want het gebeurt tussen 2 eclipsen in april, de 15de en de 19ste, en nog maar eens een Groot Kruis.
- * In astrologie zijn Groot-Kruis-aflijningen krachtige herauten van verandering, en deze maand zal die wielen in beweging zetten op persoonlijk en globaal level.
- * Juni: Deze maand zal geheimen aan de oppervlakte brengen, dingen die de wereld zullen schokken en ook al zullen de mensen die erbij betrokken zijn niet zo berouwvol of gelouterd zijn als we zouden hopen, brengt dat wat aan het licht komt verheldering, en brengt het waarheid aan het licht die velen vermoed hadden maar die niemand voordien kon bewijzen.
- * Dit heeft te maken met regeringen en officiële diensten van verschillende landen, in een vreemd web van begoocheling en corruptie die zal komen van bronnen van wie niemand het verwacht had en heeft te maken met mensen die normaal niet in dit soort zaken gemengd zijn.
- * Oktober: We zullen in oktober de resultaten zien van de eclipsen van april, maar ook 2 nieuwe eclipsen die de cyclus van dit jaar zullen voltooien.
- * Deze maand geeft een krachtige verschuiving, want de balans van macht, die in handen was van enkele mensen die de regeringen van de wereld en financiële instellingen bezitten, keert om, en de dingen zullen eerlijker verdeeld worden, en er zal meer transparantie zijn, meer waarheid die uit komt, ook al is dat niet prettig en creëert dit verstoring in de wereld.
- * Er zal ook opschudding zijn in de financiële markten, met de nodige paniek, zeker bij mensen die afhankelijk zijn van hun investeringen voor wat betreft hun levensonderhoud.
- * De markt zal niet instorten maar ze zullen terrein verliezen en er zal een aanpassingsbeweging zijn.
- * December: Deze maand voelt aan als een beslist opmaken van de balans, met tijd voor nieuwe keuzes, heel bewust en krachtig.
- * Er lijkt een sterkere communicatie-energie te zijn in deze maand, mensen die samen komen en beslissen wat ze willen, maar met délen dan.
- * Deze Kerst zal meer een viering zijn dan die van 2013.
- * We zullen in 2014 vele transits voltooid hebben en we kunnen december gebruiken om te rusten, te bezinnen, te hergroeperen en onze intenties te plaatsen voor het nieuwe jaar.
- * Het zal niet zo moeilijk zijn voor zij die hun werk hebben gedaan, en klaar zijn om het volgende level van hun leven in te gaan.
- * Zij die zelfs nog niet begonnen zijn aan dit pad zullen problemen ervaren, maar indien ze toegewijd zijn aan hun evolutie, expansie en transformatie, zullen ze in staat zijn een grote sprong te maken in hun proces, dank zij het werk dat wij de laatste 10 jaar hebben gedaan.
- * Veel meer mensen zullen ervoor kiezen hun fysieke lichaam te verlaten dit jaar, wees er dus op voorbereid als dit met iemand gebeurt van wie je houdt, ook je huisdieren, want zij maken net zoveel deel uit van dit proces als jij.
- * Wanneer het tijd is dat er iemand vertrekt, maken ze een keuze om te gaan, en dat is niet persoonlijk.

- * Het is ook een teken van hoever we in ascensie zijn, want vele mensen dragen energieën bij aan het proces (het barenswee-gedeelte), en wanneer het tijd is voor de geboorte, of voor de finale, moeten of willen ze niet langer meedoen aan de missie.
 - * Nog maar eens: we zijn in een jaar waarin we twee levens leiden in twee werelden, de 3D-wereld van onze mensheid, en de hogere wereld van onze spirit. In het verleden is dit een bron van conflict geweest, maar nu kunnen we deze twee werelden samenbrengen in een harmonieus, co-creatief partnerschap.
 - * Dit partnerschap maakt dat we bewuster zijn van de veranderingen die we dienen te maken, van onze verantwoordelijkheid en macht, van loslaten wat ons niet langer dient, en ons pad en intentie voor vreugdevol, vreugde-gevolgd leven.
 - * Gebruik je intentie om de realiteit waarin je echt wil leven krachtig te creëren, het gaat hier niet alleen maar om doorheen dit jaar te raken, het gaat erom om er iets echt wonderlijks en spectaculair van te maken.
 - * We zeggen dat we dit al lang wilden, nu is het het moment, en we hebben eindelijk wat we wilden.
 - * De volgende stap is het in gang zetten en dit is waarom we hier zijn, om nieuwe energieën naar de planeet te brengen, om deel uit te maken van deze ascensie cyclus, om de nieuwe aarde-paradigma's te creëren, en een voorbeeld te zijn van heel en geheel leven.
 - * Nu we uit de barensweeën zijn, is het tijd om actie te ondernemen.
 - * Dit hele jaar zal je intentie dienen als je richtlijn en leidraad voor je leven, dus plaats krachtige, betekenisvolle en ziels-volle intenties voor dit evolutionair, transformatieve periode.
 - * We hebben nog altijd vrije wil voor alles, en niets staat vast, maar we leven ook in sterk transitionele tijden, en meer en meer mensen delen nu een verlangen naar vrede, liefde, aanvaarding en gemeenschap.
 - * Dit is wat de echte macht inhoudt om de verandering in de wereld te creëren en maakt dat onze individuele en collectieve werkelijkheden 'hemel op aarde' worden.
 - * Zoals Uriel zo vaak gezegd heeft, is het niet onze taak om de aarde te vernietigen zodat de hemel het kan overnemen.
 - * Het is onze missie om de frequentie van de mensheid en de aarde op te tillen zodat een menselijk/goddelijk partnerschap gecreëerd kan worden en we kunnen evolueren tot spirituele mensen.
 - * Deze periode kan makkelijk of moeilijk zijn, het zal een balans van de twee zijn, en dat de uitdagingen overschaduwd zullen worden door glorieuze momenten van pure gelukzaligheid.
 - * We zijn hier, we kunnen echt nergens anders heen, we kunnen ons in dit proces niet verbergen.
 - * Laat je niet afleiden door de chaos, verandering is onafwendbaar, voor chaos kunnen we kiezen.
-
- * We krijgen te maken met het 5^e en 6^e uitgaande vierkant tussen Uranus en Pluto. Dat is op 21 april (2^e Paasdag) en op 15 december.
 - * Neptunus loopt nog tot 30 maart 2025 in het eigen teken Vissen.
 - * De onderlinge receptie tussen Pluto en Saturnus loopt op 23 december 2014 af om in 2015 nog kort even terug te keren.
 - * Andere opvallende gebeurtenissen in 2014 zijn: de retrograde gang van Venus begin 2014 en de retrograde gang van Mars (1 maart tot en met 20 mei).
 - * De oppositie van Jupiter met Pluto herhaalt zich in 2014 op 31 januari en 21 april.
 - * Opvallend zijn verder de vele malen dat er een Groot Vierkant een rol speelt.
 - * Bij het vierkant zijn steeds de planeten Pluto en Uranus en vaak ook Jupiter betrokken.
 - * De energie is dus gericht op vernieuwing en zuivering in levensovertuiging en inzicht. Vooral daar waar bestaande macht niet wil wijken kan macht en onmacht een belangrijk thema zijn.
 - * De belangrijke energieën waar we in 2014 mee te maken krijgen, zijn dus vooral afkomstig van de langzaam lopende planeten (Saturnus, Uranus, Neptunus en Pluto).
 - * Saturnus transits hebben de bedoeling je iets te leren van de Saturnus kwaliteit in je horoscoop (discipline, structuur, en bewustwording).
 - * Het levensgebied dat door Saturnus wordt geraakt wordt op orde gebracht en ongewenste en overbodige zaken worden verwijderd.
 - * Nu Saturnus en Pluto in onderlinge receptie lopen zal in veel gevallen ook echte zuivering plaatsvinden.

- * Uranus transits helpen je achterhaalde normen en waarden los te laten en uit te groeien boven het aanvaardbare, dat je omgeving je oplegt, naar hetgeen je zelf werkelijk belangrijk vindt.
 - * Uranus is per definitie revolutionair, hetgeen erg zichtbaar is in de manier waarop Uranus zich door de dierenriem beweegt: "er dwars op" als het ware.
 - * Neptunus in Vissen bereikt haar doel door eerst ongewenste structuren te laten verdwijnen, zodat nieuwe kunnen ontstaan.
 - * Wat wordt er opgelost? Zaken die moeten worden afgebroken omdat ze niet meer voldoen.
 - * Neptunus bewerkstelligt het nieuwe niet, maar inspireert het denken.
 - * Voor het bewerkstelligen is de interactie tussen Saturnus, Uranus, Neptunus en Pluto van groot belang.
 - * Neptunus geeft je de ruimte om compassie te leren voor je medemens en een werkelijk universele onpersoonlijke liefde te ontwikkelen.
 - * Dat vraagt opoffering en een frequente en diepgaande afstemming op de kosmos.
 - * Vervolgens hebben we nog Pluto nodig om de totale wedergeboorte te leren.
 - * Pluto is de zuiveraar, Neptunus de oplosser en Uranus de veranderaar.
 - * Wat door Uranus wordt gestart wordt door Saturnus in structuur gegoten, door Jupiter uitgebouwd en door Pluto gezuiverd.
 - * Dit alles zal niet steeds harmonieus tot stand komen. Daarvoor zijn er teveel ego's in de wereld die het belang van het geheel niet wensen te dienen.
 - * De komende energieën zullen daar stap voor stap verbetering in brengen, soms door het werkelijk evolueren en transformeren, maar ook regelmatig door gebeurtenissen, die ons overkomen en die ons dwingen onze voornemens en handelen te veranderen. Die gebeurtenissen kunnen soms ook heftig zijn, vooral daar waar dat nodig is.
 - * Het uitgaande vierkant tussen Uranus en Pluto wordt in de astrologie gezien als een crisisperiode.
 - * Het proces dat bij de laatste conjunctie (1965 en 1966) is begonnen, wordt nu getest en bijgestuurd.
 - * De meest opvallende van deze gebeurtenissen indertijd waren: Militaire coup in Syrië waardoor Assad (de vader van de huidige president) aan de macht komt; Begin culturele revolutie in China; Begin van de ruimtevaart naar andere planeten met de Voyager missie. In 1965 ontdekte ene Gary Flandro dat Jupiter, Saturnus, Uranus en Neptunus eens in de 176 jaar zo aan de hemel staan dat het met één missie mogelijk was alle vier de planeten te bezoeken. Met de Pioneer 10 en 11 werd getest of het mogelijk was voorbij Jupiter en Saturnus te komen. Met de Voyager moest voorbij Neptunus gekomen worden. Vorming van de Europese Unie met het verdrag van Brussel waar op 8 april 1965 het fusieverdrag werd gesloten.
 - * Uitgaand van de principes van de betekenis van dit uitgaande vierkant, is wat er nu speelt in Syrië volledig verklaarbaar.
 - * In China wordt de culturele revolutie van Mao weer opgerakeld, met dien verstande dat er nu door autoriteiten excuses worden gemaakt voor wat zich indertijd heeft voorgedaan.
 - * Onlangs verliet de Voyager 2 ons zonnestelsel en verdween in de interstellaire ruimte;
 - * Met betrekking tot de Europese Unie speelt ook het nodige, met name in de verdeling van macht tussen de landen en de Europese Commissie en daarnaast ook in de uitingsvorm van de Euro. Er vindt als het ware een echte krachtproef plaats op de zuiverheid van de intenties van betrokkenen in het verleden. Dat moet leiden tot veranderingen in het financiële stelsel waarbij banken en andere instellingen het belang van een ieder moeten dienen en niet alleen de rijken nog rijker maken en als het fout gaat dat afwentelen op de gemeenschap.
 - * Het vierkant van 21 april valt midden in een eclipsperiode, d.w.z. dat ze kort voor of na een zonsverduistering plaatsvinden. Dat gebeurde ook op 3 november 2013. De gebeurtenissen van dat moment zullen ons waarschijnlijk nog scherp voor de geest staan (denk aan de taifoen op de Phillippijnen), maar nu verwachten we een duidelijk andere sfeer. Door de eclips kunnen zich rampen voordoen, die we als vingerwijzing moeten beschouwen. De maand april zal ondanks de erg grote energie, die ook de nodige spanning veroorzaakt, toch voor baanbrekende vernieuwingen en veranderingen kunnen zorgen.
- 2014 per maand
- * De maand *januari* zal voor veel mensen niet eenvoudig zijn. Het "Grote Vierkant" gevormd door Uranus, Pluto, Jupiter en Mars bepaalt de sfeer.

De Nieuwe Maan van 1 januari, conjunct Pluto vraagt om nieuwe inspiratie, gebaseerd op zuivering. Alle vernieuwing die op machtsbehoud of machtscreatie wordt gebaseerd is gedoemd te mislukken. De energie van dit "Grote Vierkant" houdt enige tijd aan tot 9 januari. Deze hele maand loopt Venus retrograde in Steenbok en op 31 januari als Venus weer recht gaat lopen, gebeurt dat conjunct Pluto op de 14^e graad Steenbok. Voorafgaand wordt door Venus op 22 januari samen met Uranus, Pluto, Jupiter en de Maan een volgend "Groot Vierkant" gevormd. De 14^e graad Steenbok gaat erom alles wat blijvende waarde vertegenwoordigt in de sociaal culturele geschiedenis van groepen te herwaarderen en in het heden nieuw leven in te blazen. Mooi symbolisch is dat deze graad nu wordt geaccentueerd door Venus, de planeet van materiële en immateriële waarde. Een goed moment ook voor maatregelen om complicaties van de financiële crisis op te lossen. Op 31 januari is er een exacte oppositie tussen Jupiter en Pluto. Samen met Uranus wordt een T-vierkant gevormd, een ander spanningsaspect dat om grote veranderingen vraagt. Door deze energie kunnen grote ontdekkingen maar ook plotselinge politieke omwentelingen optreden.

* De maand *februari* verloopt rustiger. Houdt er rekening mee dat Mercurius op 6 februari weer een retrograde periode begint. Wees dan voorbereid op technische storingen, vertraging en apparatuur die defect raakt. Verzorg ook je auto goed, want plotselinge koude kan problemen veroorzaken. Verder is het geen goede tijd om gecompliceerde overeenkomsten af te sluiten. Er zal een addertje onder het gras blijken te zitten. Op 28 februari is deze periode weer voorbij. Op 21 februari genieten we nog even van een positieve maar wel heel dromerige energie van een grote waterdriehoek.

* De maand *maart* begint al direct met een retrograde periode van een andere planeet, Mars. Dit duurt tot 20 mei. Deze hele periode zal het vaak aan energie ontbreken. Een voordeel is dat oorlogszuchtige impulsen worden afgeremd. Het is een goede zaak om je energie bedachtzaam te besteden. Overhaast handelen pakt nu niet goed uit. Op 8 maart hebben we de positieve energie van een grote luchtdriehoek. Er zal veel en emotioneel beheerst gedebatteerd kunnen worden. Op 17 en 18 maart ontmoeten we weer de energie van een Groot Vierkant. We kunnen de optredende spanning afweren door liefdevol op te treden en voor we reageren ons te verdiepen in de werkelijke bedoeling van de ander.

* Vanaf 5 *april* dient zich een volgend groot vierkant aan, weer spelen Uranus, Jupiter, en Pluto een rol, ook ditmaal samen met Mars. Deze gaat samen met een grote driehoek waarmee Mars de verbinding maakt. Bedachtzaam en integer optreden is hier het devies. Dit grote vierkant houdt langere tijd aan en wel tot einde mei. Het is een riskante tijd met aan de ene kant geweldige mogelijkheden tot vernieuwing, aan de andere kant kunnen zaken heel gemakkelijk uit de hand lopen en escaleren in gewelddadigheid. Als op 16 april naast het grote vierkant er ook een Grote Driehoek en een Vlieger worden gevormd zijn de mogelijkheden tot vernieuwing enorm. Jupiter maakt nu zijn volgende oppositie met Pluto (op 25 april exact) en vormt op de 14^e graad Kreeft de verbindende schakel tussen deze kosmische verbanden. De 14^e graad Kreeft staat bekend als de graad van beroemdheid. Voor mensen die hun Zon op deze graad hebben (geboren op of omtrent 5 juli) is dit een fantastische tijd met ongekende mogelijkheden, maar ook in april geboren, die in deze periode jarig zijn krijgen uitstekende kansen. Laat de kansen niet aan je voorbij gaan en grijp je mogelijkheden om een bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van de mensheid met beide handen aan. Op 21 april maken we het 5^e uitgaande vierkant mee tussen Uranus en Pluto. Op 27 april komt er een einde aan deze enerverende periode. De Zonsverduistering van 29 april op 9^e graad Stier vraagt onze aandacht voor de natuur als bron van alle leven, gesymboliseerd door de Boom des Levens. In de tarot vinden we de totaliteit van de voorgaande symboliek terug in de kaart Het Rad van Fortuin. We noemen dit ook wel de lotskaart, die staat voor onverwachte wendingen en krachten die vrij spel hebben. Aanvaard het lot en beweeg mee op de dynamiek van de gebeurtenissen, is hier de boodschap.

* Gedurende de maand *mei* zal het Groot Vierkant dat begin april gevormd werd, zijn stempel op de gebeurtenissen blijven drukken. In eerste instantie zal dit als nasleep van de Zonsverduistering als moeizaam worden ervaren. Er kunnen zich rampen voordoen en ook belangrijke mensen overlijden. Tussen 15 en 20 mei is de energie wat positiever. Op 20 mei verandert de energie van bedachtzaam naar meer actiegericht. De planeet Mars gaat weer direct lopen en maakt nog steeds deel uit van het grote vierkant. Situaties kunnen explosief zijn en uit de hand lopen.

* Gedurende de maand *juni* blijft de situatie explosief. Er kunnen zich de nodige conflicten, explosies of aanslagen voordoen. Tussen 7 en 30 juni loopt Mercurius retrograde, nu in de tekens Kreeft en Tweelingen. Weer een periode waarin communicatie en reizen moeizaam kan zijn en complexe contracten beter niet kunnen worden afgesloten. Vanaf 30 juni verandert de energie. Er verschijnt weer een grote driehoek met een vlieger. Deze geeft veel inspiratie en energie en nieuwe inzichten.

* De maand *juli* begint dus met veel inspiratie. Deze periode loopt enige tijd door. Op 10 juli staan we onder invloed van een harmonische rechthoek, we willen veranderingen nu veel constructiever realiseren. Tussen 20 en 30 juli ondervinden we positieve energie. De sfeer is constructief en liefdevol. Veranderingen worden eenvoudig tot stand gebracht. In deze periode is de 12^e graad van het teken Kreeft de voedingsbodem. Janduz noemt deze graad de graad van hoge wijsheid. Treffend is dat Albert Einstein deze graad als AC (ascendant) had. De symboliek van deze graad heeft ook een spirituele dimensie, namelijk de belofte van de geboorte van het Goddelijke in de mensenziel.

* De maand *augustus* geeft veel wisselende energieën, maar de spanning is duidelijk minder al is de sfeer zeker niet ontspannen te noemen. Op 29 augustus zijn we extra gevoelig voor alcohol en medicijnen. Wees er dus extra terughoudend mee.

* De maand *september* geeft een duidelijke positieve energie. Op 12 september is de stemming emotioneel, idealistisch en liefdevol en zijn we in staat diepe geheimen met elkaar te delen. Let erop dat de intentie zuiver is, later kan blijken dat men zich hier en daar heeft laten misleiden. Eind september is een goede tijd om aan veranderingen te werken. Zaken veranderen soepel en kunnen leiden tot nieuwe doorbraken.

* Deze positieve energie zet zich voort in de maand *oktober*. Tussen 4 en 25 oktober maken we de 3^e periode mee waarin Mercurius retrograde loopt. Nu in het teken Weegschaal. Het kan leiden tot misverstanden en communicatieproblemen met de partner. Daarnaast kunnen allerlei technische en elektronische storingen optreden. Wees weer terughoudend met het afsluiten van gecompliceerde contracten. Vanaf 10 oktober breekt er weer een eclipsperiode aan. Weer een tijd waarin er zich allerlei opvallende gebeurtenissen afspelen en bekende wereldburgers overlijden. De Zonsverduistering op 23 oktober vindt plaats op de 1^e graad Schorpioen. Naast Zon en Maan bevindt ook Venus zich op deze graad. De 1^e graad van een teken geeft de hele essentie weer van het teken en bij Schorpioen is dat transformatie. De energie van de conjunctie van Zon, Maan en Venus staat voor een harmonieus samen gaan van geest en gevoel. Maar door de verduistering zijn we niet verbonden met het zelf en ontbreekt de harmonie en wordt de energie emotioneel. De transformatie wordt hier dus bevorderd door de consequenties van het emotioneel handelen. Uiteindelijk gaat het om transformatie van hebzuchtige motieven naar een herwaardering van deze hebzucht.

* De maand *november* zal wisselende energieën brengen. Op 10 november wanen we ons op een roze wolk en kunnen we gedesoriënteerd raken. Midden november daarentegen zal de sfeer veel meer gespannen zijn. We kunnen te maken krijgen met agressie. De laatste dagen van november geven een positiever energie, alhoewel er spanning kan worden gevoeld tussen ratio en idealen, tussen rede en inspiratie.

* De positieve energie loopt door begin van de maand *december*. We naderen het 6^e uitgaande vierkant van Uranus en Pluto dat op 15 december exact zal zijn, nu op de 13^e graad van Ram en Steenbok. De positieve energie wordt geleidelijk veranderd in een zich langzaam opbouwende spanning. Weer zullen de veranderingen zich al dan niet plotseling voordoen en soms een grote invloed hebben. Op 23 december 2014 verlaat Saturnus tijdelijk voor een aantal maanden het teken Schorpioen en gaat naar Boogschutter. Een geheel nieuwe energie treedt aan.

* Saturnus voelt zich niet thuis in het teken Boogschutter. Boogschutter staat voor grenzeloze groei en Saturnus wil daar paal en perk aan stellen.

* Saturnus in Boogschutter geeft ook een versterking van het gevoel van rechtvaardigheid en bevordert het zorgvuldig en gestructureerde onderzoek. We zullen daar zeker iets van meekrijgen aan het einde van 2014. Verder is de onderlinge receptie van Saturnus met Pluto nu beëindigd en zal de energie van Pluto in Steenbok verhevigen. We kunnen dus meer te maken krijgen met autoriteiten die de greep op ons leven willen versterken en ons allerlei beperkingen zullen proberen op te leggen.

Helene en Willem Koppejan: Beeldgids van de dierenriem Dane Rudhyar: Astrologische Mandala

- * Dit grootse kruis brengt ons veel energie en veel kansen om veranderingen in ons leven te maken.
- * Hoe kiezen we ervoor om de energie te gebruiken of te reageren op is de vraag voor ieder van ons.
- * In hoeverre zijn we volwassen genoeg om te werken met deze energieën? Hoe duidelijk kunnen we onszelf zien?
- * Aangezien deze planeten in de kardinale tekens - Ram, Kreeft, Weegschaal en Steenbok staan, zal iedereen met natal planeten in deze tekens, met name de vroege graden van deze tekens, meer kans om de aantrekkingskracht van dit grootse kruis voelen.
- * Deze kardinale tekens initiëren nieuwe fasen van onze ontwikkeling. We kunnen onder druk worden gezet om grote interne en externe veranderingen te maken.
- * Dit grootse kruis kan de afbraak van langdurige patronen veroorzaken en ons helpen herbouwen die aspecten van ons leven op een manier die onze hogere goed ondersteunt.
- * Opposities vragen om evenwicht en integratie. Vierkantjes vertegenwoordigen keerpunten.
- * We kunnen verspreid of afgevoerd voelen totdat we leren hoe ons te concentreren en gecentreerd te blijven in wat we voelen temidden van een soort van interne of externe storm in ons leven.
- * Welke veranderingen vragen worden gesteld? Welke patronen of overtuigingen zijn niet meer in je hoogste goed?
- * Misschien vindt je tijd om alleen door te brengen in contemplatie of voor meditatie of tijd in de natuur dat je helpen gecentreerd en geaard te blijven op de weg waar je misschien je verward voelt.
- * Dit is een cyclus en zal passeren. Het doel is om ons te helpen leven met een meer authentieke, vreugdevol leven.
- * Om ons te helpen schoon uit onze kast te komen, los te laten van wat je niet langer dient.
- * Waar in ons leven zitten we vast, niet gelukkig, gaan door de bewegingen?
- * Onthoud deze planeten zijn op het gebied van de Ram / Zelf - Libra / Relaties - Kreeft / Home - Steenbok / Werk.
- * Ons vermogen om te reageren op wat het leven in ons tot het hoogste goed brengt is een van onze grootste gaven.

Er zijn vele interessante websites waar ieder een eigen waarheid of een gedeelde waarheid verkondigen. Ongemerkt delen we van alles zonder de waarheid te controleren. En wat is de waarheid, waar komt deze vandaan? We worden behoorlijk door elkaar geschud en met onze gevoelens geconfronteerd. Er ontstaan twee kampen, voor of tegen een tussenweg lijkt niet mogelijk. Hierbij wordt een deel van de waarheid overgeslagen. Namelijk dat niet alles donker of licht is en dat wij een keuze hebben om in onszelf door vernieuwde inzichten tot verandering te komen. Hoe wij denken en kijken is onze waarheid en tegelijkertijd de waarheid geworden. Deze waarheid kunnen we vanuit angst beleven of vanuit eenheid. Wanneer wij vanuit eenheid onze krachten bundelen is er ruimte dat er iets nieuws kan ontstaan.

Ons doel is jou te verrijken met essentiële informatie waarmee jij vanuit het hart je gedachten kunt transformeren. Om te voorkomen dat je in een gat valt, verbinden wij vanuit ons netwerk gelijk gestemde zielen.

Wij organiseren verschillende activiteiten met de mogelijkheid elkaar te ontmoeten. Graag willen wij je kennis laten maken met de Flower of Life, dit is een nieuw initiatief, je kunt hier verder over lezen bij de rubriek De OPSTEKER. Door binding en passie versterken wij elkaar.

Het is belangrijk wakker te worden om je verantwoordelijk over jouw leven terug in eigen handen te nemen. Nadat de emotie, die vrijgekomen is bij het lezen of horen van de heftige informatie is gezakt, is het belangrijk dat je een gevoel krijgt dat je blij bent met de informatie, dat je nu verder kunt en vooral dat jezelf meer keuzes kent en deze vanuit een onbeperkte vrijheid kunt nemen!

Wat mij opvalt met het verspreiden van de impopulaire boodschap is dat vaak vanuit dezelfde energie wordt verkondigd. Dat betekent dat als je eerst wordt opgelegd angst te krijgen voor het één (bijv. de informatie die verstrekt wordt door de overheid om je te laten vaccineren bijvoorbeeld) wordt nu een angst gecreëerd voor het ander (gebruik vooral geen voeding met e-nummers, aspartaam etc.).

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 doom denken. 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
Hagetessa www.energiewerk.aanhet.net

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.

