



De basis van gezond zijn

Ellen Joling – De German New Medicine biedt een holistische visie op ziekte en gezondheid. Aan alle klachten en ziektes ligt een emotionele oorzaak ten grondslag. Ieder mens reageert echter anders op situaties. Daarom krijgt de één last van de botten en de ander van bijvoorbeeld de maag. De klacht of ziekte treedt op als er iets is gebeurd wat door de persoon als een conflict wordt ervaren.

4

Beeldspraak, de taal van de ziel

Isabelle Lambrecht – De taal van beelden (visualisaties) omzeilt de taal van het rationele denken. Beelden zijn gerelateerd aan de rechterhersenhelft, het deel dat verbonden is met de ziel. Een rationeel ingesteld ego kan niet overweg met de subtiele werelden, maar via de beeldtaal is het toch met die wereld verbonden.

8

Bundel de kracht van bergkristallen in een grid

Fanny van der Horst & Manou Burg-hout – Nu het nieuwe jaar net is begonnen, heb je vast wensen en intenties die je wilt waarmaken. Dat hoeft je niet alleen te doen: bergkristallen geven je een stevig steuntje in de rug. Bergkristallen werken met hun fijnstoffelijke energie namelijk versterkend, zuiverend en transformerend op je fysieke, emotionele, geestelijke en energetische lichaam.

16

‘Omgaan met depressie’?!

Louise Dekker – Wanneer we ons rot voelen en klagen en vinden dat anderen daar iets aan moeten doen opdat de situatie verandert, verkwanzelen we onze eigen schitterende energie. In plaats van te blijven focussen op dat wat we niet willen, kunnen we dat-wat-we-juist-niet-willen beter gebruiken als springplank naar focussen op dat-wat-we-wel-willen. Jij, jouw leven en de wet van aantrekking (26).

22

Jouw pijnappelklier als kosmische antenne (2)

Saskia Bosman – In de pijnappelklier zitten piepkleine kristalletjes. Deze groeien aaneen tot kleine bolletjes. Het vermoeden bestaat dat de kristallen bolletjes gevoelig zijn voor magnetische velden. De klier vormt daarnaast een zenuwverbinding met de netvlies van de ogen. Dit is frappant in verband met de oosters mystieke traditie, die de pijnappelklier als het stoffelijk aspect van een subtiel-energetisch derde oog beschouwt.

28

Psoriasis en de psychologie van pesten

Anita Wieman – Achter elke fysieke aandoening gaat een psychische dimensie schuil. Volgens Louise Hay hangt de huidaandoening psoriasis samen met “de angst om pijn gedaan te worden”. Uit diezelfde angst kan wreed gedrag ontstaan: anderen pijn doen om zelf geen pijn te worden aangedaan.

36



40. Mozes, Jezus en de wet

Edith C. Voskamp – Oordelen ontstaan door waarden en normen. Bij het vormen van oordelen kan ruwweg onderscheid worden gemaakt tussen oordelen die van buitenaf tot ons zijn gekomen en die we ons eigen hebben gemaakt, en oordelen die van binnenuit zijn ontstaan. Deze these wordt geïllustreerd aan de hand van zinsneden in het Oude en Nieuwe Testament. De oordelende mens (4).

48. The show must go on...

Yasmin Verschure – Georgio uit Griekenland: “Hier gebeurde het, hier voor mijn deur. Elke morgen haalden we 30 tot 150 mensen uit het water. Regelmatig waren er doden. Een meisje stierf in mijn armen. Zij,” en hij beweegt zijn hoofd richting Turkije, “zij malen nergens om. Ze proppen 150 mensen in een bootje en sturen ze de zee op.” De oplossing? Die ligt in onszelf. Er valt niets buiten te sluiten...

52. Jezelf zoeken om te vinden wat ons verbindt de weg van liefde

Lusanne Hogeweg - De tegenstelling tussen 'ik' en 'wij' is een kunstmatige, aangebracht door ons beperkte denken. We hebben een begrensd ego en daardoor zien we onszelf apart van anderen. Als we in onszelf de liefde vinden die ons allen verbindt, ervaren we de eenheid van het leven. Dan kunnen we het bewust sociale wezen worden dat we in potentie zijn. Hoe je deze weg kunt gaan, zal ik toelichten aan de hand van mijn persoonlijke voorbeeld.

58. Rauwe rouw en leven in waarheid met jezelf (1)

Maartje Hazebroek & Els Spil – De uitspraak “Rouw is de achterkant van liefde” kan iedereen begrijpen: als een geliefde sterft, volgt onherroepelijk de rouw. Bij rouw denk je niet snel aan verlichting. Integendeel zelfs. Desalniettemin blijken rouw en verlichting dicht bij elkaar te liggen.

64. Jouw ene pure hart

Elohim Yael – Je hart kent vele kleuren. De wijze waarop we deze laten spreken is voor iedereen verschillend. Tijdens een innerlijke ontdekkingsreis, kun je langzaam afdalen in je hart en je verbinding ermee steeds sterker maken.

66. Verwerf Meesterschap

Petra Maartense – De trend is dat er naar het “gewone volk” moet worden geluisterd. De PVV wordt in Nederland gezien als het kanaal voor de algemene onvrede. Wilders komt niet als “echt” over, maar een functie heeft hij wel. Welke spiegel houdt hij ons voor? Hoe kunnen we bouwen aan iets nieuws zodat de onvrede zal verdwijnen?

70. Een duik in fris, helder water

Linda Rood – De spirituele zoektocht begint zodra het vlammetje brandt van de innerlijke roep om terug te keren naar heel-zijn. Deze weg vereist een omkering in perspectief. Dat wat we kennen moet worden losgelaten. Dit kan voelen als een beangstigende vrije val, maar ook als een duik in fris, helder water dat je schoonspoelt.



Rubrieken/columns

- 10 Bloesemremedies
- 13 Column Gezond recept
- 15 Column Jong, hip en bewust
- 33 De kleine alchemist
- 34 Van de Bovenste Plank
- 47 Spiegelrubriek
- 57 Column Eveline van Dongen
- 75 Als de leugen regeert
- 77 Spiegelbeeld abonnee-actie
- 78 Erop uit in januari
- 80 Volgende maand