

Meer tussen hemel en aarde ●

Paraview

Spiritueel Magazine

Jaargang 24, nummer 1, maart 2021

los nummer
€ 3,95

Ilse van Bladel

Jouw levensthema's voorspellen?

Jan c. van der Heide & Sonja Dover

Voorspellingen

Stichting Athanasia

Apporten

In deze uitgave o.a.:

COLUMNS: SONJA DOVER, JAN C. VAN DER HEIDE, GERARD HEUTINK, MELISSA VERHEIJEN - **SPIRITUEEL:** WE BEVINDEN ONS IN DE TIJD VAN DE VERDRUKKING - **GEZONDHEID:** VAN TWEE KANTEN: DE KAMELEON / EEN GEZOND RECEPT - **BOEKENVIEW** - **SPREUKEN** - **BEURZENOVERZICHT** EN NOG VEEL MEER...

Wat een jaar...

Al ruim een jaar hebben we te maken met het virus en moeten wij ons met zijn allen aanpassen aan de steeds weer veranderende en beperkende maatregelen. Van een beurs met een beperkt aantal toegestane bezoekers naar een volledig verbod voor evenementen.

Een jaar waarin de sociale contacten tot een minimum beperkt zijn en opeens niet meer zo vanzelfsprekend als voorheen. Het afgelopen jaar heeft ons nog eens extra duidelijk gemaakt, hoe belangrijk persoonlijk contact voor ons is. Want wat missen wij iedereen.

Helaas is het op het moment van dit schrijven het advies nog steeds thuisblijven en kunnen we u nog niet laten weten wanneer wij weer bij u in de buurt zijn.

Daarom sturen wij deze editie alvast digitaal. Zodra de beursagenda bekend is ontvangen onze abonnees het magazine alsnog per post. Wij hopen dat, als het weer mag, u na al dat thuisblijven weer heel veel zin heeft om onze beurzen te bezoeken.

Wij hebben in ieder geval heel veel zin om u weer te zien.

Blijf gezond.

Het Paraview team



Inhoud

Astrologie

- 20 **Jan C. van der Heide**
Horoscopen 2021

Column

- 7 **Melisa Verheijen**
Writer's block
- 14 **Jan C. van der Heide**
Vraag aan Jan
- 24 **Sonja Dover**
Dierenconsult
- 27 **Gerard Heutink**
Droomuitleg

Gedichten

- Saskia van Aken**
- 13 In vogelvlucht
- 15 Klaproos
- 29 Seringenboom

Gezondheid

- 6 **Topedelstenen**
Carneool, steen van ondernemingslust
- 18 **Van twee kanten**
De kameleon
- 28 **Belinda Inhulsen**
Yoga, balsem voor de ziel
- 36 **Puur Power**
Luister naar je hart
- 38 **Recept**
Yoghurt met peer en noten

In memoriam

- 5 Een bijzonder mens heeft het aardse losgelaten Rob Heiligers

Paranormaal

- 8 **Jan C. van der Heide**
Voorspellingen 2021
- 45 **Sonja Dover**
Voorspellingen 2021

Parapsychologie

- 33 **Stichting Athanasia**
Apporten
- 41 **Maurits Prins**
Oorzaak en gevolg

Spiritueel

- 4 **Ingspeare**
Spirituele wijsheden
- 9 **Ilse van Bladel**
Jouw levensthema's voorspellen?
- 30 **Helma Broekman**
We bevinden ons in de Tijd van de Verdrukking
- 38 **Ingspeare**
Spirituele Zinbeleving in het Hier en Nu

Iedere uitgave

- 15 **Abonnement**
- 16 **Boekenview**
- 26 **Advertenties**
- 42 **Adressengids**
- 48 **View Paranormaal Beurzen**



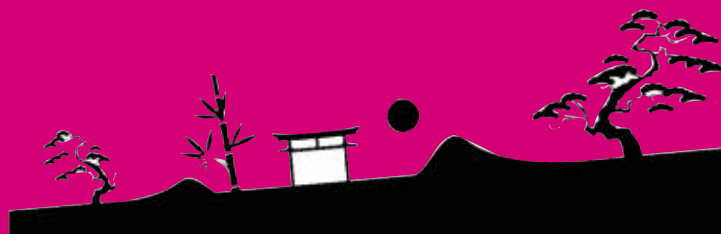
6.



24.



38.



Bezinning met de mooiste spirituele wijsheden



Uitreiken naar
wat voor je ligt wordt
makkelijker als je loslaat
wat achter je ligt

(ingspire.nl)



De deuren worden
geopend voor degenen
die de **Moed** hebben om
aan te kloppen

(Tony Gaskins)



Wage vrijheid
is altijd **Spiritueel**
Het heeft iets te maken met
je diepste wezen dat niet
geketend kan worden

(Dsho)



Wanneer je
een lantaarn aansteekt
voor een ander, zal het ook
jouw pad **Verlichten**

(Boeddha)



Je grootste
Ontwaken komt
wanneer jij je bewust
bent van jouw
oneindige natuur

(Amit Ray)



Een stille geest
komt meer tot **Rust**
dan een slapende geest

(ingspire.nl)



Balans is
geen vaste staat van
Zijn, maar ruimte en stilte
vinden temidden van de
veranderingen

(ingspire.nl)



Omdat **Wijsheid**
aangeboren is, kunnen
we allemaal onszelf
verlichten

(Hui-Neng)

DESIGNED BY INGSPIRE

Een bijzonder mens heeft het aardse losgelaten

Rob Heiligers



Rob Heiligers heeft in de afgelopen jaren diverse bijdragen geleverd aan ons blad Paraview. Het bericht van zijn overlijden kwam voor ons onverwacht.

Rob had al langere tijd een afnemende gezondheid. Hij wilde niet dat dit bekend werd. Op zijn eigen wijze is hij hier mee omgegaan. Rob hield van gesprekken over 'het leven en de dood', over 'overgaan en terugkeren' en over 'het leven tussen de levens' en hij geloofde heilig dat hij wedergeboren zou worden en keek uit naar het overgaan. Was er zelfs nieuwsgierig naar.

Jeugdtheater was lange tijd zijn lust en zijn leven, maar hij wilde ook in zijn eigen kwetsbare grootsheid kunnen ZIJN. De laatste jaren mocht het 'theater' masker af, had hij het niet meer nodig. Hij heeft gezegd dat hij heeft genoten van zijn leven en zeker van de afgelopen jaren, waarin hij werd gezien in het uitvoeren van zijn passie in het energetisch werk.

*“Een prachtig mens is overgegaan!
Rob zijn droom was een wereld waarin energetisch werk het nieuwe normaal zou zijn! Laten we allen meehelpen om deze droom werkelijkheid te laten worden”.*

Ik, Aafke, voel me dankbaar dat ik Rob heb mogen kennen als maat, collega en als vriend. Dat we samen zo fijn hebben mogen werken en geweldige reizen en avonturen hebben beleefd.

Zijn wens was om ons NATUURLIJK Centrum Bewustzijn & Bloei te laten voortbestaan.

Inmiddels heb ik de draad weer opgepakt en ben het Centrum zelf verder vorm aan het geven. De Praktijk is open voor sessies i.v.m. het opschonen van familielijnen en Zielinzicht 'reizen' en er draait momenteel een pilot om een workshop 'Al HEEL' op maat in de nabije toekomst aan te gaan bieden. Naar het organiseren van reizen zal op een later tijdstip worden gekeken.

Meditatie oefening de 'HeelAl-Cirkel'

We creëren 8 minuten lang de 'HeelAl-cirkel': Stel je voor dat je in een kring zit met 10 of 100 of 1001 of meer mensen. Verbind je met elkaar, hartadem naar iedereen, de hele cirkel rond en maak naar iedere deelnemer een 'Hartsverbinding'. Zo ontstaat als het ware een 'hartelijk vlechtwerk', een veld van liefdevolle energie.

Kies ervoor om 'te geven' of 'te ontvangen'. Als je wilt geven stel je je voor dat je in de kring blijft zitten. Als je wilt ontvangen stel je je voor dat je in het midden van de 'HeelAl-cirkel' zit. En dan 'hartademen', liefdevolle energie geven en/of ontvangen.

Waarom? Om je van harte te steunen in wat dan ook in deze turbulente tijden.

Van fysieke/psychische klachten tot waar je maar aandacht aan wilt geven. Kom tot rust!

Zorg dat je in het zogeheten 'oog van de storm' blijft.

Focus. Zie of voel jezelf in optimale staat van Zijn: vitaal, gezond, in je element, florerend.

Sta jezelf toe onvoorwaardelijk liefdevol te geven, te ontvangen... Na 8 minuten bedank je alle betrokkenen hartelijk, sta je op en stap je letterlijk 'uit de 'HeelAl-cirkel'.

Geniet na...

Als je wilt kun je natuurlijk ook de hele dag hartademen, en zo 'in verbinding' innerlijke rust bewaren...

Ondernemingslust en levensmoed

Carneool, steen van ondernemingslust



In september vorig jaar schreven wij in dit blad een artikel over de polychroom jaspis, onze mascotte. Wij vinden het heel leuk dat wij opnieuw de uitnodiging krijgen om te schrijven over een steen. Wij dachten direct aan de carneool: de steen die staat voor ondernemingslust en levensmoed.

Carneool is een bruinrood doorschijnend mineraal die behoort tot de familie van de kwartsen. De steen is een chalcedoonsoort. De rode, oranje kleur wordt veroorzaakt door ijzer. Carneool is genoemd naar het Latijnse Caro, dat "vlees" betekent. De oude Nederlandse naam is kornalijn. (bron: Wikipedia)

De steen wordt vrijwel op elk werelddeel gevonden maar op dit moment zijn de mooiste en krachtigste stenen te vinden in Uruguay, India en Brazilië. Bekend is dat carneool al voor het begin van onze tijdrekening werd gebruikt voor het vervaardigen van zegelringen en sieraden.

Naast dat de carneool een prachtige steen is met zijn kleurspel in vele warme aardetinten, heeft de carneool

een aantal bijzondere eigenschappen, waarvan wij er graag enkele benoemen die zeker ook in deze bijzondere tijd bij ons passen.

Een carneool werkt aardend, activerend en vitaliserend. Je voelt dat deze steen je opbeurt en je ondernemingslust aanwakkert. De drive om niet alleen in goede tijden, maar ook in tijden waarin het wat minder gaat, ervoor te gaan. De steen leert ons om op onszelf

te vertrouwen en dat er na deze tijd waarin het velen minder goed gaat, er ook een tijd komt waarin het weer goed zal gaan. Carneool beschermt ons tegen negatieve emoties van andere mensen zoals jaloezie en woede en stelt ons in staat om ons behulpzaam op te stellen. Carneool ondersteunt ons lichaam, ook in de opname van vitamines en mineralen en stimuleert de stofwisseling.

Tot slot:

De carneool zien wij zeker in deze bijzondere tijd als een hele fijne steen zodat we met zelfvertrouwen een prachtige toekomst tegemoet mogen gaan. U bent van harte welkom op de beurs om onze prachtige collectie te bewonderen. We geven u gelijk dan meer info over hoe de steen op te laden en te gebruiken ook in combinatie met andere steensoorten.

Neem een carneool(tje) mee op weg waar u ook gaat, maar ook voor thuis. Zorg goed voor elkaar en vooral, blijf gezond.

Eric, Paulien en Monique Baas
www.TopEdelstenen.nl





Writer's block

Voordat ik de eerste woorden van deze column op papier zette, besloot ik te mediteren. Ik moet namelijk eerlijk bekennen, als journalist en content-specialist voelde ik enige druk om deze column voor Paraview te schrijven. Ik kreeg het gevreesde en welbekende writer's block. Ik blokkeerde. Daar kon geen meditatie van Abraham Hicks of frequentie muziek voor meer focus tegenop. Ik besloot mijn eigen advies op te volgen. Maar voordat ik daar meer over vertel, lijkt het me handig toe te lichten wat ik doe.

Ik schrijf allerlei soorten content voor spirituele ondernemers. Je kunt het zo gek niet bedenken of ik schrijf het voor je: e-books, cursusteksten, social media posts, website teksten, blogs, persberichten. Ik schrijf bewijze van nog de kerstkaarten naar je klanten. Waarom? Omdat schrijven mijn grote liefde is. Taal en ik zijn met elkaar verbonden. Of ik nou wil of niet. Het is alsof we elkaar in dit leven hebben gekozen. Taal en ik zijn maatjes voor het leven. We kunnen altijd op elkaar bouwen. Nou ja, bijna altijd. Af en toe komt het eerdergenoemde writer's block om de hoek kijken. Maar, laten we eerlijk zijn. Zelfs maatjes hebben af en toe weleens genoeg van elkaar. Laat ik niet te veel afdwalen. Advies. Daar ging het over. Als een spirituele ondernemer mij om schrijfadvisen vraagt, zeg ik eigenlijk altijd hetzelfde. Ik kan je talloze schrijfregrs geven, maar zolang je vanuit je hart schrijft, maken al die regels niks uit. Blijf dicht bij jezelf. Dat is het antwoord. En zolang je dicht bij jezelf blijft, heb je altijd genoeg inspiratie om te schrijven en te creëren. Hoog tijd dus om mijn eigen advies op te volgen. Ik moet bekennen, tot nu toe gaat het me aardig goed af en pakt het advies goed uit. Ik zit al op 297 woorden.

Het is natuurlijk een grapje dat ik mijn woorden tel tijdens het schrijven.

Het punt dat ik probeer te maken, is dat ik open en eerlijk schrijf over mijn writer's block. Iets wat op dit moment dicht bij me staat. Dat voelt best kwetsbaar. Zoals Dr. Brené Brown zegt: **'There is nothing more vulnerable than creativity'**. Deze zin voel ik wel. Creatief schrijven is iets kwetsbaars. De schrijfcursor knippert op het witte scherm dat een A4-blad moet voorstellen. Pas als jij begint te typen, ontstaat er iets. Je vingers glijden over de zwarte toetsen van je laptop en voor je het weet, heb je een column (of een ander soort tekst) geschreven. Als je ervoor kiest om je creatie naar buiten te brengen, komen angstige gedachten naar boven. Tenminste, bij mij werkt dat zo. Er zijn een paar monsters in mijn hoofd die ik moet verslaan. Wat ze me vertellen? Niemand zit hierop te wachten. Doe maar gewoon normaal. Stap niet uit je comfortzone. Hou het lekker veilig. Yup, zelfs na zeven jaar in het schrijvers vak te hebben gezeten, vind ik het nog altijd spannend om mijn teksten te delen met de wereld. Ik zou willen dat ik beter nieuws had, maar het hoort er denk ik een beetje bij.

Creativiteit is kwetsbaarheid. En dat is helemaal niet erg. Want voor kwetsbaarheid is moed nodig. En dat wil ik best zijn. Moedig.

Hoe fantastisch zou het zijn, dat jij stiekem ook heel erg van schrijven houdt en hierdoor geïnspireerd raakt om je laptop open te klappen en ook 'de strijd' aan te gaan. Onthoud de tip van deze passievolle schrijfster: **blijf dicht bij jezelf**. Stiekem geldt deze les niet alleen voor het schrijven van teksten. Ik geloof dat we deze zin voor het leven kunnen gebruiken.

Blijf dicht bij jezelf. Waarvan maakt jouw hart een sprongetje, waarvan krijg jij een lach op je gezicht en waarvan ga jij spontaan dansen? Ik zou zeggen: ga hiervoor! Laat je leiden door plezier en passie, des te zichtbaarder zal jouw pad worden. Maar dat is misschien materiaal voor een andere column. Nou, die writer's block is wel getackeld. De druk is ingeruild voor plezier. En de blokkade heeft plaatsgemaakt voor flow. Ik denk dat ik ga mediteren op een frequency voor meer focus. Niet omdat ik een column wil schrijven, maar omdat het dicht bij mezelf ligt.

Liefs,
Melisa

Melisa Verheijen
Contentspecialist, journalist en
fotograaf

info@melisaverheijen.com
www.melisaverheijen.com

Bij vooruitzien hoort een terugblik

Voorspellingen 2021

Door Jan C. van de Heide

19 november 2016 deed ik de volgende voorspelling:

- In de USA zal de roep om impeachment van Trump sterk toenemen. De persoonlijkheid van president Trump vertoont wat deuken en vlekken die hem voor zijn ambt in de praktijk minder geschikt maken. In zijn vorm van regeren komen er wat narcistische, dwangmatige en neurotische trekjes naar voren die een negatieve invloed op de wereldvrede kunnen hebben. De omgeving legt Trump op regeringsniveau stevig aan banden. Het is de vraag of hij zijn termijn kan en zal afmaken...

Voorspelling 5 oktober 2018

- Niet een atoombom roeit de mensheid uit, maar de bacterie. Als we het over de toekomst hebben, moeten we niet zo zeer bang zijn voor de legers van andere landen. Maar erg bang zijn voor de tot de tanden bewapende bacteriën en virussen die de mensheid massaal gaan bedreigen. Nieuwe mutaties van de oude pest staan in de startblokken. Als ze toeslaan is het aantal slachtoffers niet meer te tellen. Het begint onschuldig..., een beetje moe, een beetje hoesten, een beetje aan de diarree...

Mijn voorspellingen gedaan op 9 oktober 2019 voor 2020:

- Harry en Meghan hebben tamelijk vergevorderde plannen om zich buiten Engeland te vestigen. In feite is de recessie al bezig... Niemand begrijpt precies wat er gebeurt en niemand blijkt in staat om de afglijdende schaal op talloze terreinen te voorkomen, af te remmen of te stoppen.

Laten we ons verder op 2021 richten:

- Westerse legers, waaronder die van de NAVO-landen, worden gemobiliseerd in verband met een ellendige ontwikkeling in het Midden-Oosten,

met name het gebied van Iran en Irak. Israël is paraat op oorlogsterkte. China speelt als nieuwe wereldleider bij de diplomatieke bemiddeling en oplossing van de mogelijke oorlogsdreiging een belangrijke rol.

- De waarde van de Bitcoin en andere virtuele valuta schiet door het absolute plafond. Toch blijft op de wat langere termijn, de beste belegging in goud, andere edelmetalen en grondstoffen. (met name voor de fabricage van accu's).
- Eén van de grootste cyberaanvallen in West-Europa is in aantocht. Massaal wordt het internet platgelegd en een tot dan toe onbekend virus blokkeert alle pc's. Waaronder die van nutsbedrijven. Beginnende brand van een belangrijk knooppunt van servers. Het gevolg is de nodige maatschappelijke ontwrichting. Draaiboeken voor noodscenario's lopen vast.
- De roep om een republiek in Nederland wordt steeds luider... Het Nederlandse koningshuis zal een nieuw charmeoffensief organiseren waarbij iedereen met een beetje koninklijk bloed wordt ingezet. De mogelijkheid is groot dat leden van het koningshuis een deel van hun inkomen wegschenken. Het zal op het Nederlandse publiek een grote indruk maken maar of het voldoende zal zijn om de monarchie in stand te houden is nog maar de vraag.
- Het vleesgebruik lijkt in Nederland per persoon weer toe te nemen. Maar de intensieve veehouderij gaat de mensen steeds meer tegenstaan. Steeds meer gaat men over tot de ongeschreven regel van één keer vlees per week. Er komt steeds meer weerstand tegen dierenproeven. En laboratoria krijgen te maken met bezettingen.
- Er wordt software met spraakgestuurde chips ontwikkeld waar-

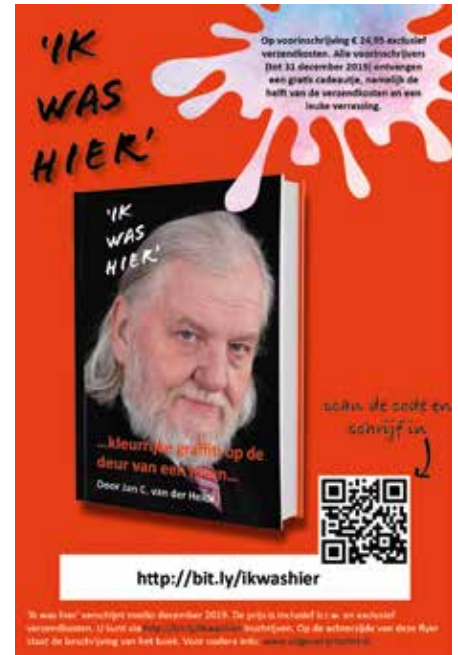
mee je exact kunt aangeven welke informatie je wel of niet via het internet wilt ontvangen. De tirannie van de internetreclame wordt indien gewenst volledig geëlimineerd.

- De geur-tv is in aantocht. Als je naar een zee-natuurfilm kijkt kun je synchroon de zeelucht ruiken en bij beelden van vers gemaaid gras de geur ervan. Vieze luchten kun je aan- of uitschakelen. Als je deze geurapplicatie wilt gebruiken moet je wel zelf een chip laden die veel geheugen vergt.
- Al jaren wordt er gespeculeerd over de toedracht van het ongeluk van prinses Diana en zijn er diepgaande onderzoeken gedaan naar haar dood. Er zal een niet eerder gehoorde ooggetuige naar voren treden met onthutsende feiten.
- Er ontstaat voedselschaarste over de wereld en ook in Nederland. Het hamsterspook waart rond. De voedselbanken kunnen de vraag ook niet meer aan, er komen steeds langere wachtlijsten.
- Bij de Tweede Kamerverkiezingen in maart komt er een politieke aardverschuiving, een tweedeling. Links en rechts komen frontaal tegenover elkaar te staan, als afspiegeling van de maatschappij. Op vele terreinen staan deze twee groepen lijnrecht tegenover elkaar en niemand is bereid om een millimeter toe te geven of op onderdelen naar een compromis te zoeken.
- De economie ontwikkelt zich met rafels en is het beste te omschrijven als grillig, waarbij enige stabiliteit te zoeken is. De genoemde getallen, ook op andere gebieden waaronder het aantal coronadoden, worden tegen het licht gehouden en blijken totaal niet te kloppen.
- Het aantal werklozen en daardoor

nieuwe armen neemt dramatische vormen aan. Het lijkt logisch en humaan om kwetsbaren zoals bejaarden in verpleeghuizen eerst te vaccineren. Maar er gaan steeds meer stemmen op dat deze als proefkonijnen worden gebruikt, omdat het vaccin, zelfs volgens de geneesmiddelenindustrie nog in een experimentele fase verkeert. De vaccins blijken onverwachte bijwerkingen te hebben zoals onverklaarbare ontstekingen. Er wordt zelfs één van de vaccins uit de roulatie gehaald.

- Versoepeling van de coronamaatregelen en de opleving van het virus gaan hand in hand. We moeten rekening houden met een erg hardnekkig, muterend en levensgevaarlijk virus.

- Een exorbitant hoog aantal faillissementen zal samenvallen met de derde coronagolf. Er lijkt daarna ook nog een vierde golf te komen.
- Biden wordt om gezondheidsredenen dikwijls vervangen door vicepresident Kamala Harris die bij de volgende presidentsverkiezingen als eerste vrouwelijke president verkozen zal worden.
- In de USA wordt Trump het vuur na aan de schenen gelegd wegens vermeende malversaties op financieel terrein. Trump antwoordt met de publicatie van een volgens hem alles onthullend boek.



Jouw levensthema's voorspellen?

SPIRITUEEL

Herken je dat je in een situatie terecht komt, waarvan je denkt: "Goh, dit heb ik al eens eerder mee gemaakt?". Of: "Waarom moet mij dit toch altijd overkomen?". Vaak zijn dit duidelijke signalen van onderliggende thema's die in jouw leven spelen. Als je erop terugkijkt, herken je ze mogelijk als rode draden die zich langzaam vormen. Het zijn vaak de terugkerende situaties en de manier waarop je ermee om gaat, die transformerend kunnen werken in je leven. En of je daar nu bewust mee bezig bent of niet, we transformeren allemaal in zekere mate dankzij onze levensthema's.



Als je door een grote verandering of door een stressvolle periode heen gaat, dan word je vaak geconfronteerd met jezelf. Je komt jezelf tegen in een bepaalde hoedanigheid. Mijn stelling is dat de manier waarop je dan reageert een zekere mate van voorspelbaarheid heeft. Deze voorspelbaarheid heeft alles te maken met de overlevingsstrategie die jij als mens onbewust hebt ontwikkeld. Deze strategie heeft vervolgens weer een relatie met de thema's die jij in je leven ervaart of nog zult gaan ervaren.

Je eigen boek leren lezen

Laten we eens wat dieper in deze voorspelbaarheid duiken. Als deze voorspelbaarheid onder meer gekoppeld is aan ons gedrag, hoe komt dat dan? En als we ons eigen gedrag en onze voorkeuren wat beter kunnen zien en begrijpen, wat zou dat kunnen betekenen voor onze levensthema's?

Mijn vertrekpunt is dat hoe beter je jezelf leert kennen en de voorspelbaarheid hierin gaat zien, hoe groter de waarschijnlijkheid dat je transformaties in jezelf gaat herkennen en je er met minder spanning toe kunt verhouden. Of met andere woorden: je eigen boek leren lezen en je eigen voorspelbaarheid leren zien, gaat je kunnen helpen om wat meer 'in tune' te zijn met wat er op je pad komt. Het kan je helpen om in zekere mate al te kunnen voorzien in wat voor situaties je terecht zou kunnen komen. Let op, ik zeg 'een zekere mate'. Het leven is immers ook grillig. En soms zijn gebeurtenissen zo groots en intens, dat er niets te voorspellen valt. Zelfs je overlevingsmechanisme weet dan niet meer wat te doen.

Het enneagram als hulpmiddel

Je kunt op verschillende manieren meer kennis opdoen over jezelf. Een van mijn favoriete ingangen om naar de

persoonlijkheid te kijken, is het model 'het enneagram'. Het enneagram, als model voor persoonlijkheidstypologie, gaat uit van 9 verschillende profielen met eigen drijfveren, voorkeuren, kwaliteiten, gedrag en valkuilen. Het enneagram helpt je om een diepe duik in je zelfkennis te maken. Elk profiel is in oorsprong gebaseerd op een kern, en nog zorgvuldiger is te spreken van een valse kern. We zijn echter meer dan dat, waarover eerst wat uitleg.

Je pure en je valse kern

Als pas geboren baby is er nog geen ervaring van een 'ik'. Je bent er gewoon. Naarmate de eerste maanden vorderen, ontstaat er langzamerhand een onderscheid tussen 'ik' en 'de ander'. In de eerste plaats tussen 'ik' en mama, en later tussen 'ik' en alle anderen om je heen. Er ontstaat een gevoel van een 'eigen kern'. Ook dan ben je je overigens nog niet zo bewust van een 'ik'; je doet, je speelt, je eet et cetera. Je maakt eigenlijk nog onderdeel uit van het grotere geheel en je doet de dingen zoals jij ze kunt, ofwel volgens jouw fabrieksinstellingen. Deze fabrieksinstellingen kun je zien als je eerste 'ik' en daarin ben je uniek. Het is je natuur of je pure kern. Tot zo ver is er niets aan de hand.

Ergens in je jonge kinderjaren ontstaat er echter ook een soort tweede 'ik'. Dat tweede 'ik' dat kun je zien als een valse kern. Deze kern is als het ware een afsplitsing van het grote geheel en vormt de basis voor je overlevingsstrategie. Beetje bij beetje gaan we geloven dat je deze valse kern bent. Om invulling te geven aan deze kern zijn we vervolgens, geheel onbewust, patronen gaan ontwikkelen om deze kern als het ware in stand te houden. Straks geef ik voorbeelden, waarin het wat concreter wordt.

Uit deze valse kern ontstaan drijfveren ofwel iets wat we nastreven en wat we vermijden, maar ook kwaliteiten, gedragspatronen en dominante gedachte- en emotionele patronen. Dit geheel komt als een soort jas om je heen te liggen; een jas die je lange tijd in je leven draagt. Dit is vaak wat je laat zien in de wereld, en wat anderen als eerste van jou zien. Je kunt het ook je persoonlijkheid noemen, je masker, je overlevingsstrategie of je enneagramtype. Hoe meer deze strategie domineert, hoe strakker als het ware de jas om je



heen zit. En hoe minder zichtbaar zijn de fabrieksinstellingen. En, je raadt het al, hoe groter de voorspelbaarheid is in je gedrag en hoe sterker de relatie naar je levensthema's.

Je dominante valse kern

In feite kun je zeggen dat we alle negen valse kernen in ons hebben. Er zal er echter meestal een zijn die zich het meest dominant in ons roert en waar veel van ons gedrag op is gestoeld. Als je 'jouw valse kern' gaat herkennen en welke strategieën jij daarbij bent gaan hanteren, dan geeft dat mooie aanknopingspunten om wat meer in tune te raken met de levensthema's waar jij doorheen gaat. Er zit dus veel waarde in het doorgronden van deze valse kernen en het herkennen van je eigen dominante valse kern.

De negen enneagramtypes

Ik behandel hierna de negen kernen met daarbij de levensthema's die een rol kunnen spelen. Let op, misschien ken je je meest dominante enneatype of herken je bepaalde drijfveren of gedrag, maar herken je je niet in alles? Dat klopt. Realiseer je dat de valse kern als het ware om je fabrieksinstellingen heen ligt. Wat er terugkomt in je gedrag, kan ook zeker een mix zijn van beide. Het gaat echter vooral om het terugkerende gedrag.

Type 1 De perfectionist of de hervormer

De valse kern waarin de perfectionist is gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als ik perfect ben. Afgeleid hiervan kunnen ook gelden: Jij bent oké, als je perfect bent en Jij bent oké, als je mij perfect vindt. De uitgebleven kinderboodschap

is: Je bent goed zoals je bent. Dat betekent in de praktijk dat de perfectionist in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om zelf goed en correct te zijn, om dingen te verbeteren en om perfectie na te streven in dat wat hij doet. De perfectionist verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander en vindt het fijn als een ander hem ziet als correct en perfect. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de perfectionist zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo leeft de perfectionist sterk volgens zijn eigen hoge norm en houdt hij vast aan zijn principes. De perfectionist neemt altijd zijn verantwoordelijkheid, is kritisch en legt de lat hoog. Zijn gedrag is beheerst, correct en uiterst zorgvuldig.

Het streven naar perfectie en het vermijden van imperfectie heeft de perfectionist lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijke nadelige gevolgen op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de perfectionist liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met perfectie en met imperfectie
- ▶ Omgaan met de juiste manier en met meerdere manieren
- ▶ Omgaan met een stapsgewijze maakbaarheid van A tot Z en met wat er is
- ▶ Omgaan met verantwoordelijkheid nemen en met genieten en balanceren
- ▶ Omgaan met zelf doen en met los laten

Type 2 De helper of de gever

De valse kern waarin de helper is gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als jij mij vleit.

Afgeleid hiervan kan ook gelden: Jij bent oké, als je mij vleit. De uitgebleven kinderboodschap is: Je bent gewenst.

Dat betekent in de praktijk dat de helper in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om zelf geliefd te zijn, waardevol te zijn en iets te betekenen voor anderen. Als deze waardering voor de hulp komt, dan voelt de helper zich niet alleen zelf oké, maar vindt hij ook dat de ander oké is. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de helper zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo ziet de helper perfect wat anderen nodig hebben, is hij altijd beschikbaar en betrokken bij de ander en maakt hij graag het verschil voor de ander. De helper is attent, royaal en loyaal in zijn hulp. Uitkomen voor eigen behoeftes doet de helper niet gauw, deze cijfert hij weg.

Het helpen van anderen en het onderdrukken van de eigen behoeftes heeft de helper lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijke nadelige gevolgen op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de helper liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met geven en met ontvangen
- ▶ Omgaan met andermans behoeftes en met eigen behoeftes
- ▶ Omgaan met waardering voor hulp en met belangeloos iets doen
- ▶ Omgaan met ongevraagd hulp bieden en met laten of vragen of hulp gewenst is
- ▶ Omgaan met verantwoordelijkheid voor anderen en met verantwoordelijkheid voor zelf

Type 3 De winnaar of de succesvolle werker

De valse kern waarin de winnaar is gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als ik denk dat ik oké ben. Afgeleid hiervan kunnen ook gelden: Jij bent oké als je denkt dat ik oké ben en Jij bent oké als je denkt dat je oké bent. De uitgebleven kinderboodschap is: Er wordt van je gehouden om jezelf.

Dat betekent in de praktijk dat de winnaar in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om succesvol te zijn, te scoren en te streven naar erkenning. De winnaar verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander. Om deze valse

kern te voeden en in stand te houden, geeft de winnaar zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo stelt de winnaar haalbare doelen die hij ook succesvol haalt, presteert hij veel en doet hij dit in een hoog tempo. De winnaar identificeert zich hiertoe met zijn omgeving en resultaat. Hij doet dit door flexibel te zijn en voor draagvlak te zorgen in wat hij doet, zodat hij niet faalt.

Het streven naar succes en erkenning en het vermijden van falen, heeft de winnaar lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijke nadelige gevolgen op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de winnaar liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met scoren en met laten gaan
- ▶ Omgaan met handelen voor erkenning en met handelen vanuit zichzelf (inspiratie, plezier)
- ▶ Omgaan met maakbaarheid en met wat er is en komt
- ▶ Omgaan met wat hij denkt over hoe het moet gaan en met wat hij voelt wat iets doet
- ▶ Omgaan met verantwoordelijkheid en met genieten en balanceren

Type 4 De individualist of de romanticus

De valse kern waarin de individualist is gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als ik pijn en emotie voel. Afgeleid kan ook gelden: Jij bent oké, als je pijn voelt. De uitgebleven kinderboodschap is: Je wordt gezien zoals je bent.

Dat betekent in de praktijk dat de individualist in eerste instantie drijf-

veren heeft ontwikkeld om te streven naar diepgang, schoonheid, echtheid, melancholie en het begrijpen van de gevoelswereld. De individualist verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de individualist zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo wil de individualist altijd zichzelf, authentiek en echt zijn. Hij wil zich dus ook onderscheiden en anders zijn, hij gaat uit van zijn gevoel en intenseert gevoelens, wijst zichzelf af en vergelijkt zichzelf op negatieve wijze.

Het streven naar echtheid en het vermijden van alledaagsheid en saaiheid heeft de individualist lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijke nadelige gevolgen van dien op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de individualist liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met emoties en met gedachten en ratio
- ▶ Omgaan met diepte en zwaarte en met lichtheid in het bestaan
- ▶ Omgaan met anders zijn en met alledaagsheid
- ▶ Omgaan met het onbereikbare en met dat wat er kan en is
- ▶ Omgaan met niet /nooit goed genoeg en met het is goed

Type 5 De waarnemer of observator

De valse kern waarin de waarnemer is gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als ik niets voel. En soms geldt ook: Jij bent oké als je mij niets laat voelen. De valse kern kan voor de waarnemer ook net iets anders luiden: Ik ben oké, als ik jou afwijs. En soms geldt ook: Jij bent oké



als ik jou afwijs voordat je mij afwijst. De uitgebleven kinderboodschap is: Je behoeften vormen geen probleem en mogen er zijn.

Dat betekent in de praktijk dat de waarnemer in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om de wereld te begrijpen en kennis te hebben om zo macht te hebben. De waarnemer verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de waarnemer zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo is de waarnemer zelfredzaam en onafhankelijk, streeft hij naar objectiviteit, volledigheid en een goede onderbouwing, stelt hij veel vragen en verzamelt hij kennis, richt hij zich op de waarneembare buitenwereld en niet op gevoelens. Ook blijft hij liever onzichtbaar.

Het streven naar alwetendheid en het vermijden van leegte, onwetendheid en afhankelijkheid van anderen heeft de waarnemer lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijk nadelige gevolgen van dien op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de waarnemer liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met gedachtes en met gevoel
- ▶ Omgaan met onzichtbaarheid en zichtbaarheid
- ▶ Omgaan met onafhankelijkheid en vrijheid en met afhankelijkheid en samen
- ▶ Omgaan met kennis, weten en volledigheid en met weten dat je niets weet
- ▶ Omgaan met objectiviteit en met subjectiviteit

Type 6 De teamspeler of de loyalist

De valse kern waarin de teamspeler is gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als je mij ziet als autoriteit. En soms geldt ook: Jij bent oké als je mij ziet als autoriteit. De valse kern kan voor de teamspeler ook net iets anders luiden: Ik ben oké, als ik rebelleer. En soms geldt ook: Jij bent oké als je mijn rebellie accepteert. De uitgebleven kinderboodschap is: Je bent veilig.

Dat betekent in de praktijk dat de teamspeler in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om zekerheid en veiligheid

te hebben (kan versmelten met autoriteit), en om bij de groep te horen.

De teamspeler verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de teamspeler zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo twijfelt de teamspeler aan alles, en bereidt hij zich goed voor, hij ziet vooral wat er mis kan gaan, hij zoekt geruststelling, speelt in op de verwachtingen van anderen en is loyaal. Hij projecteert daarnaast ook zijn angst op situaties en anderen.

Het streven naar veiligheid en zekerheid en het vermijden van risico's en onduidelijkheid heeft de teamspeler lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijk nadelige gevolgen van dien op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de teamspeler liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met twijfel en met zekerheid
- ▶ Omgaan met andermans autoriteit en met eigen wijsheid
- ▶ Omgaan met onveiligheid en met veiligheid
- ▶ Omgaan met loyaliteit en met eigen koers
- ▶ Omgaan met achterdocht en met vertrouwen

Type 7 De optimist of de levensgenieter

De valse kern waarin de optimist gaan geloven, luidt: Ik ben oké, als ik mijzelf vervul. En soms geldt ook: Jij bent oké als jij mij vervult. De uitgebleven kinderboodschap is: Er zal voor je worden gezorgd.

Dat betekent in de praktijk dat de optimist in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om blij, gelukkig en tevreden te zijn. De optimist verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de optimist zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo maakt de optimist veel plannen en maakt hij veel mee, hij organiseert plezier, houdt het licht en leuk, denkt in mogelijkheden en blijft in beweging.

Het streven naar plezier en het vermijden van pijn en vervelende gevoelens heeft de optimist lange tijd geholpen in

het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijk nadelige gevolgen van dien op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de optimist liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met optimisme en positiviteit en pessimisme en negativiteit
- ▶ Omgaan met mogelijkheden en met onmogelijkheden
- ▶ Omgaan met plezier en met pijn
- ▶ Omgaan met beginnen en met afmaken
- ▶ Omgaan met plannen en volheid en met het hier en nu en leegte

Type 8 De leider of de baas

De valse kern waarin de leider is gaan geloven luidt: Ik ben oké, als ik de leiding heb. En soms geldt ook: Jij bent oké als jij mij de leiding geeft. De uitgebleven kinderboodschap is: Je zult niet verraden worden.

Dat betekent in de praktijk dat de leider in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om vol zelfvertrouwen en sterk te zijn, op zichzelf te kunnen vertrouwen en controle te hebben.

De leider verlangt vervolgens ook dat de ander hem zo ziet. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, geeft de leider zichzelf bepaalde instructies die hij naleeft. Zo heeft de leider zelf de touwtjes in handen, vertrouwt hij op zichzelf, bepaalt hij zelf, is hij sterk en duidelijk, doet hij het zelf en blijft hij in zijn eigen energie.

Het streven naar kracht, vertrouwen en controle en het vermijden van kwetsbaarheid en zwakte heeft de leider lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijk nadelige gevolgen van dien op de lange termijn. Voorspelbare levensthema's voor de leider liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met kracht en met kwetsbaarheid
- ▶ Omgaan met zelf doen en met hulp vragen
- ▶ Omgaan met autoriteit en met afhankelijkheid en ondergeschiktheid
- ▶ Omgaan met bepalen en met volgen
- ▶ Omgaan met zwart/witheid en met nuance

Type 9 De bemiddelaar of de vredestichter

De valse kern waarin de bemiddelaar is gaan geloven luidt: Ik ben oké, als ik jouw spel speel. Afgeleid geldt ook: Jij bent oké als je mij jouw spel laat spelen. De uitgebleven kinderboodschap is: Je aanwezigheid doet ertoe, is belangrijk.

Dat betekent in de praktijk dat de bemiddelaar in eerste instantie drijfveren heeft ontwikkeld om in eenheid en harmonie te leven met anderen en om zelf tevreden te zijn. De bemiddelaar verlangt dit vervolgens mogelijk ook van de ander. Om deze valse kern te voeden en in stand te houden, is de bemiddelaar rustig, tevreden en tolerant, hij bewaakt de sfeer, slikt zijn mening in. Hij verdooft alles, vertraagt en stelt uit.

Het streven naar eenheid en harmonie en het vermijden van conflict heeft de bemiddelaar lange tijd geholpen in het leven. De valse kern en de bijbehorende strategieën geven echter ook een grote druk met mogelijk nadelige gevolgen van dien op de lange termijn.

Voorspelbare levensthema's voor de bemiddelaar liggen dan ook op het vlak van diverse polariteiten:

- ▶ Omgaan met harmonie en met disharmonie
- ▶ Omgaan met volgen en met leiden
- ▶ Omgaan met verdoven en met alles ervaren
- ▶ Omgaan met onzichtbaar zijn en met zichtbaar zijn
- ▶ Omgaan met tevreden zijn en met uitkomen voor wat je voelt/vindt

De polariteiten integreren

Vaak speelt het eerste deel van de polariteit wat meer in het begin en het andere wat verder in je leven. Uiteindelijk zal het leven je zo veel ervaringen geven, dan je je, al dan niet bewust, gaat leren verhouden tot beide zijden van de polariteiten in jouw bestaan. Uitdagingen kunnen zich voor gaan doen, als er een te grote verknochtheid aan een van beide polen blijft bestaan. Meer ruimte kan ontstaan, als je ziet dat je beide polen in je hebt en hebt te leven en je er zo nodig speels mee kunt omgaan, zonder gehecht te zijn aan een eindresultaat. Uiteindelijk kun zien dat

je geen van beide polen bent, maar dat ze simpelweg een hulpmiddel waren om je goed door het leven te bewegen.

Je eigen boek leren lezen, je enneagramtype ontdekken en zien welke polariteiten en levensthema's in jouw leven spelen, kan je dus helpen om wat meer in tune te komen met het bestaan. Het vraagt echter meer dan alleen bewustwording. Aandacht en zelfliefde, open naar je zelf en je gedrag willen kijken, reflectie, moed en inzet zijn allemaal behulpzaam in dit continue proces van transformatie. Actief feedback vragen aan je naasten over hoe ze jou ervaren, kan bijvoorbeeld ook mooie inzichten geven. Of leg situaties die vaak voorkomen of waarin je belandt vast in een dagboek en gebruik ze als input voor een onderzoekend en reflectief gesprek met een goede vriend, vriendin of een coach. Geniet ook van de subtiele stappen 'voorwaarts'; kijk af en toe eens terug naar hoe je ontwikkeling verloopt. Liefdevolle zelfspot is overigens ook erg behulpzaam. Tenslotte is je persoonlijkheid maar een jasje en ben je zo veel meer dan dat.

Zoek je hulp?

Zoek je hulp om je eigen boek goed in kaart te brengen of worstel je met bepaalde levensthema's? Je bent van harte welkom in mijn praktijk.
Ilse van Bladel - www.ilsevanbladel.nl



In vogelvlucht

*Vogels heel in de verte trekken naar een warmer land.
Uit barmhartigheid lossen ze elkaar af in een ritmische boog.
Steden verdwijnen als lichtpuntjes zo klein.
Met grote vleugelslagen telkens het refrein.
Alles in balans en op gevoel.
Gewoon doorlopen op het moment dat een situatie gaat bevriezen.
Niets kan immers stromen in een stilstaande poel.
Ademloos sta ik aan de kant en staar ik omhoog
Weg uit deze stad, ik pak mijn biezen.*

Saskia van Aken



Elke uitgave van Paraview bespreekt Jan C. van der Heide, hypnotherapeut, coach & paragnost een vraag van één van onze lezers. Dit keer gaat de brief over:

ANTWOORD

van
Jan:

Samen een helende weg zoeken

VRAAG

van
Gerda:

Ha Jan,

Ik ben gescheiden en heb een dochter van 11 jaar. Vlak na de scheiding is mijn ex-man overleden. Ondanks de scheiding heb ik door zijn overlijden veel verdriet gehad en voel ik me ook schuldig.

De hele toestand in de maatschappij, het is allemaal niet om vrolijk van te worden. De schooltoestanden zijn ingewikkeld, maar gelukkig kan ik thuiswerken en mijn dochter thuis lesgeven. Familie heb ik vrijwel niet en de familieleden die er zijn zie ik weinig door het virus. Maanden zit ik al alleen thuis. De muren vliegen me aan. Ik weet het, ik ben de enige niet. Velen zitten in een vergelijkbare situatie. Er zullen straks wel winkels opengaan en zal alles hopelijk wat normaler worden. Maar ik voel me bij vlagen zo depressief en ik probeer het te camoufleren voor mijn dochter dat ik zo somber ben.

Ik durf voor een gesprek niet naar de huisarts want een wachtkamer is een bron van besmetting en ik moet voor mijn dochter gezond blijven. Ik ben zo bang voor besmetting. De supermarkt laat ik de boodschappen bij me thuisbezorgen. Alle boodschappen, de verpakkingen ontsmet ik met alcohol voordat ik het in de kast zet. Ik had vroeger al een beetje smetvrees maar dat is nu helemaal erg geworden. Maar mijn depressie is het ergste, wat kan ik daar het beste aan doen? En hoe?

Lieve groetjes, Gerda



Spreuk van de maand

Uit het boek:
'Verzamelde spreuken...'
Door Ans van der Heide – Kort

“Een
samenspraak
die geen
tegenspraak
dult is een
verkapte
alleenspraak”

Mail uw vraag

Heeft u een vraag en wilt u dit delen met Jan en onze lezers?

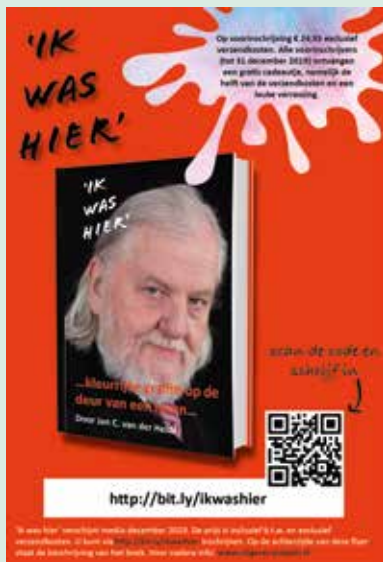
Mail deze dan naar
redactie@paraview.nl.

Hoi Gerda,

Met belangstelling en erg veel medeleven heb ik je bericht gelezen. Allemaal erg verdrietige dingen, je scheiding en het overlijden van je ex-man. Je hebt al weinig familie, maar door de hele situatie in de wereld wordt de geïsoleerdheid nog groter. Dat allemaal bij elkaar opgeteld maakt het leven zwaar, soms zelfs erg zwaar. Gelukkig zijn er ook positieve factoren. Je hebt een baan en kunt thuis werken, je kan je dochter helpen met leren en de lessen doornemen. Je vertelt dat je altijd al een beetje smetvrees had en dat het erger wordt. Daar kan je gelijk in hebben, zeker in tijden van extra stress kan smetvrees tijdelijk wat erger worden. Je depressie is een ander verhaal. Op een afstand kan ik natuurlijk niet inschatten of je zwaar, middelmatig of licht depressief bent. Jij bent de expert van jezelf, jij kent jezelf het beste en daardoor kan jij zelf het beste beoordelen of je depressie over een bepaalde grens heen gaat. Of dat het steeds erger wordt, ja dan moet er echt wel wat gebeuren. Een bezoek aan de huisarts is dan erg verstandig. Hij kan je dan tijdelijk psychofarmaca geven om over je dip heen te komen of een therapeutische behandeling adviseren. Je hebt gelijk, een dokterswachtkamer kan een bron van besmetting zijn. Je weet immers nooit of een superverspreider daar ook zit te wachten. Dus medisch mondkapje voor en handschoenen aan. Niet uitgebreid in de wachtkamer gaan zitten maar vlak voor het tijdstip dat je de afspraak hebt naar binnen gaan. En als je in eerste instantie niet naar de dokter wilt, kunnen we een beeldtelefoon afspraak maken (facetimen) als je dat wilt. Het voordeel daarvan is, je hoeft geen mondkapje voor en geen handschoenen aan. Dan gaan we in alle rust eens samen praten over je depressie en smetvrees, en schatten alles zo goed mogelijk in. En zoeken we samen een helende weg... Want via mijn inschattende antwoord kan ik je depressie niet genoeg op een verantwoorde manier bekijken en beoordelen. In een persoonlijk gesprek is veel meer nuance aan te brengen. Wat je ook besluit, gelukkig valt er in principe aan een depressie veel te doen. Alleen al met iemand praten over je sombere gevoelens kan een depressie verminderen of zelfs laten

verdwijnen. Mocht je willen praten dan hoor ik het wel, intussen alle spirituele kracht en sterkte toegewenst.

Hartelijke groeten,
Jan C. van der Heide



In het boek 'Ik was hier' beschrijft Jan van der Heide zijn leven als paragnost, (hypno)therapeut en coach.

Klaproos

*Net als een klaproos zo kwetsbaar zijn haar blaadjes.
Breekbaar, vederlicht, maar toch ook sterk op haar manier.
Net als de zee zo onvoorspelbaar is als het leven.
Bloeit ook de klaproos maar even.
Ongrijpbaar, want de golfjes kabbelen toch hun eigen lied.
Net als de klaproos die je onverwachts ineens op een bijzonder plekje ziet.
Soms is het beter om niet alles over het ontstaan en het eindigen te willen begrijpen.
Maar gewoon hier in het nu aan de kant naar al het moois te kijken.
Laat het ritme van het leven zich ontvouwen net als de golven in de zee.
Ze zullen niet eindigen maar opgaan in een groter geheel.
Zo staat geschreven met mijn gouden penseel.*

Saskia van Aken



Neem een abonnement op Paraview Magazine

**U ontvangt dan 4 nummers in de bus voor slechts € 15,- inclusief 2 vrijkaarten (1 x per jaar) voor de Paraview beurs (waarde vrijkaarten: € 14,-)
Vul onderstaand formulier in en stuur het naar ons op.**

Voorletters _____ Naam _____

Straat _____ Huisnummer _____

Postcode _____ Plaats _____

Telefoon _____

Email _____

IBAN nummer _____

Handtekening _____

MACHTIGING

Hierbij verleen ik tot wederopzegging toestemming aan VIEW om van mijn bankrekening € 15,- euro af te schrijven voor mijn abonnement op 4 halfjaarlijkse uitgaves van het blad PARAVIEW. Het is mij bekend dat ik een verzoek tot terugboeking van, uit hoofde van deze machtiging, afgeschreven bedragen kan doen aan mijn bank tot 30 kalenderdagen na datum van afschrijving. De machtiging kan te allen tijde worden ingetrokken door schriftelijke melding aan VIEW.

Stuur het formulier op naar: Bureau View, Voorstraat 52, 2251 BP Voorschoten of vul het formulier in via internet op www.paraview.nl/magazine.php

Boeken die jouw leven kunnen verrijken

Het leven gaat om groeien en geven. Ik duik graag mooie parels voor je op die je aanmoedigen om te blijven groeien.

Boeken die voor vertrouwen en verbinding zorgen. Boeken met ideeën waarmee je kunt experimenteren, die jouw wereld rijker maken zodat je meer waarde kunt geven. Door nieuwsgierig te blijven en veel te lezen, is het eenvoudig te onderzoeken waar je energie van krijgt en waar jouw hart sneller van gaat kloppen.

Veel leesplezier! Anna (www.lirelavie.nl)



Deliciously Ella Snel & makkelijk

Auteur:
Ella Mills

Ella Mills bewijst in haar nieuwe boek dat het supersimpel is om plantaardig te eten terwijl je een druk (gezins)leven leidt. De maaltijden in dit boek staan binnen 10 tot 20 minuten op tafel. Daarnaast verzamelde Ella recepten voor grote hoeveelheden, zodat je een aantal maaltijden vooruit kunt koken. Naast 100 gloednieuwe plantaardige recepten deelt Ella de inzichten die ze heeft gedeeld in haar veelbeluisterde podcast, waarmee ze een bredere, holistische dimensie toevoegt aan haar werk.



Het bos, vier vragen, het leven en ik

Auteur:
Tessa Randau

Een jonge vrouw ziet het niet meer zitten en vlucht het bos in. Ze wil ontsnappen aan haar leven, aan haar veeleisende baan maar ook aan de drukte van haar gezin. Ze begrijpt haar eigen gevoelens niet, want ze heeft toch alles waar ze van droomde? Dan ontmoet ze een oudere vrouw die haar vier vragen stelt. Er ontstaat een bijzondere vriendschap en ze ziet haar leven veranderen. Dit boek inspireert je om te ontdekken wat écht belangrijk voor je is, met meer rust en geluk tot gevolg.



Spontaan genezen

Auteur:
Jeffrey Rediger

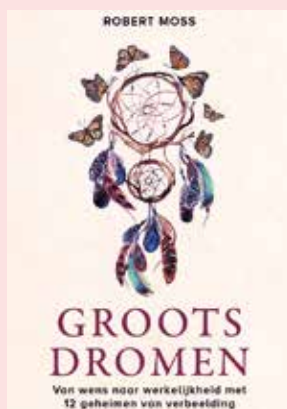
Spontaan genezen, kan dat? In dit gelijknamige boek gaat dr. Jeffrey Rediger op zoek naar het antwoord op deze vraag, dat is gelegen in ons zelfhelend vermogen. Jeff Rediger is pionier op het gebied van spontane genezing, en gefascineerd door mensen die tegen alle verwachtingen in genezen van ingrijpende en ongeneeslijke ziekten. Rediger reisde de wereld over op zoek naar spontane genezingen én de wetenschap achter deze wonderen. We kunnen veel meer dan we zelf denken om ons immuunsysteem te versterken, ziekte te voorkomen en onszelf te genezen. Rediger wijst ons de weg naar de bron van ons zelfhelend vermogen.



ChakraKracht voor vrouwen

Auteur:
Lisa Erickson

Lisa Erickson laat in ChakraKracht voor vrouwen zien hoe je chakra's je in je vrouwelijke energie en lichaams- en levensfasen kunnen ondersteunen. Leer grenzen stellen, stress managen en je persoonlijke doelen bereiken met behulp van twaalf krachtige tools, speciaal voor vrouwen. Ontdek hoe je chakraKrachten kunt gebruiken in je dagelijks leven en voor groei op lange termijn. Het helpt je bij het overwinnen van blokkades, het genezen van oude pijn en meer. ChakraKracht voor vrouwen ondersteunt je reis op een praktische manier terwijl je de energie van je krachtige zelf herstelt.



Groots dromen

Auteur:
Robert Moss

In Groots dromen van de internationaal bekende en bejubelde droomexpert Robert Moss leer je hoe je je dromen en je voorstellingsvermogen in kunt zetten voor een betere wereld voor jezelf en iedereen om je heen. Dromen doe je met je ogen open en met je ogen dicht, maar altijd brengen dromen je dicht bij je diepste verlangens en je grootste wensen. Dromen gaat over visualiseren en manifesteren en in contact komen met jezelf; daarom is het ook zo'n krachtig instrument voor persoonlijke ontwikkeling.

Robert Moss is een begenadigd verteller, met ongelooflijk veel enthousiasme en bezieling verteld hij over de kracht van onze creatieve verbeelding. Tegelijkertijd is dit ook een heel praktisch boek: je krijgt allerlei tips en technieken om je dromen om te zetten in werkelijkheid. Wanneer je sterk focust op een nieuwe wereld vol overvloed, zullen je dromen uiteindelijk echt wortelschieten. Groots dromen is een prachtige ode aan de verbeelding!



Ik kan alles, dus jij ook

Auteur:
Frank Bruining

Frank Bruining laat in Ik kan alles, dus jij ook zien dat het niet moeilijk hoeft te zijn om met jezelf in balans te zijn. Door vijf principes uit de natuur die gaan over energie en ervaring te omarmen, ontdek je de natuurlijke flow van jouw bestaan en zie je dat juist meer rust en minder doen jou brengen naar geluk. De vijf principes in dit boek leerde Bruining van de sjamanen in het Andesgebergte, bij wie hij in de leer ging na een moeilijke periode in zijn eigen leven. Ondanks dat hij al jarenlang mediteerde had hij het gevoel dat iets ontbrak, en hij vertrok naar Peru. Bij thuiskomst ontdekte hij dat deze sjamanistische en natuurlijke principes standhouden in het nuchtere Nederland en dat je geen sjamaan hoeft te zijn om ze in jouw dagelijkse leven toe te passen. Wanneer je de principes toelaat, ontdek je ruimte, ontspanning, en tevredenheid. En voor je het weet heb jij – net als Frank – ook het gevoel dat je alles kunt.



De weg van het luisteren

Auteur:
Julia Cameron

De weg van het luisteren helpt je aandachtiger en beter te luisteren en zo creatiever te worden. In zes weken leer je echt te luisteren naar je omgeving, de mensen om je heen én naar jezelf met de handvatten en opdrachten die Cameron je aanreikt in dit boek. Het levert je enorm veel op als je beter kunt luisteren: onze aandacht verscherpt en we verkrijgen inzicht en duidelijkheid. Bovenal ontbrandt het onze creativiteit, die we door elk aspect van ons leven voelen en kunnen gebruiken. In een wereld die bol staat van lawaai is De weg van het luisteren een belangrijke herinnering aan de kracht van echt luisteren. Cameron leert ons hoe we onze creativiteit kunnen vergroten door echt te leren luisteren.



Het mysterie van de donkere maan

Auteur:
Demetra George

In Het mysterie van de donkere maan belicht Demetra George de spannende, donkere fase van de maancyclus. Een fase die erop wacht om in het licht te worden gezet; een mysterieuze tijd, vol wijsheid en helende kracht. Zoals de maan elke cyclus weer haar donkere fase heeft, zo kennen wij ook donkere periodes in ons leven.

Demetra George laat zien hoe de maan je hierdoorheen kan gidsen en welk potentieel voor vernieuwing erin verscholen ligt. Aan de hand van rebelse godinnen als Medusa en Lilith komt de krachtige, vrouwelijke symboliek van de maan tot uitdrukking. Je wordt uitgenodigd met je schaduwkanten aan het werk te gaan, om vervolgens sterker tevoorschijn te komen.



Voor meer informatie over
Mind & Lifestyle boeken op

www.lirelavie.nl



Van twee kanten

In deze rubriek zal Monique (rechts op de foto) eerst een voorbeeld uit haar praktijk beschrijven. Marga zal aansluitend vertellen welk homeopathisch middel past bij het thema dat speelt.

Het thema van deze uitgave is:

De Kameleon



www.hetkruidenheksje.nl
www.moniquevanderklooster.nl

We kennen deze allemaal, het deel van onszelf dat zich aanpast in bepaalde situaties.

Door observatie en flexibiliteit zorgt dit innerlijke zelf ervoor dat we ons in alle omstandigheden aan kunnen passen. Dit, zodat we in de gemeenschap erbij kunnen blijven horen. Bijvoorbeeld op een bruiloft trek je een vrolijke jurk aan en kun je dansen en bij een begrafenis doen we niet zo uitzinnig blij.

In de praktijk is het op dit moment druk met vele mensen die last hebben van de kameleon. Hij kan zich moeilijker aanpassen door deze corona tijd. De ziekte, het virus, dat ons allemaal op bepaalde ogenblikken voor het blok zet door de restricties die het geeft. Thuis werken in plaats van naar kantoor, de kinderen thuis in plaats van op school. Online lessen helpen geven aan je kinderen naast je werk. Dat dit niet meevalt komt naar voren in de volgende casus.

Goedemorgen, neemt u plaats. Ja, die zwarte stoel tegenover mij is oké. Het is vreemd, je opent de deur, noemt namen en geeft geen hand. We houden 1.5 meter afstand en de cliënt moet eerst zijn handen onder het ontsmettingsapparaat houden en het spul in zijn handen wrijven alsof hij zijn handen aan het wassen is. Vervolgens maak ik eerst de tafel schoon met een cleaner om de plek te ontsmetten waar de vorige cliënt met zijn handen op geleund heeft. Dan doe ik even de klinken af waar de cliënt aangezeten heeft. En neem plaats aan tafel tegenover hem op gepaste afstand. Dit is al bijna een jaar zo. Vanaf half maart 2020. Als een kameleon beweeg ik mee met

wat de coronacrisis van mij vraagt. Zo ben ik namelijk niet opgevoed. De meneer die net binnenkwam ziet er heel sterk en zelfverzekerd uit. Bijna 2 meter groot en brede schouders. Met een warme stem begint hij te vertellen alsof er niks met hem aan de hand is. "Ik ben Hall. Ik wil eerst even zeggen dat ik gek ben op mijn kinderen en mijn vrouw, maar nu escaleert het en moet ik van mijn vrouw met iemand gaan praten. Dus hier ben ik." Op mijn vraag wat escaleert er dan? Hij vertelt dat hij nu erg grof praat tegen zijn vrouw, en dat hij 1 van de kinderen heeft geslagen omdat deze een glas melk omgegooid had. Dat ging echt te ver, dat vond hij zelf ook. Zijn zoon is al 11 jaar en zou beter moeten weten. Er is nog een zoon van 9 jaar, die is erg ad rem en druk.

En dan zijn vrouw, zij heeft een drukke baan. Ze heeft de leiding over een afdeling en commandeert hem thuis ook alsof hij een van de werknemers is. Hij kon er niet meer tegen. Allemaal in de huiskamer aan een eigen laptop. Al die geluiden. Het maakt hem boos en van binnen geërgerd, dat zoekt een uitweg en dat gaat nu niet goed meer. Hij loopt rood aan en strekt zijn schouders. Na de intake en meer story gaan we aan het werk met de 'zelden' middels Voice Dialoog. Ik vraag hem plaats te nemen op de middelste stoel. Het centrum en vertel dat hij hier Hall is met alle zelden in hem die hem maken wie hij is. Je bent Hall, je bent geen boze man, je bent Hall, je hebt boosheid bij je. Ik heb hem uitgelegd dat dat deel wat zo boos is op een andere stoel plaats mag nemen. Op de vraag; "hoe lang ben je er al als boos deel?" Antwoord de boze zelf; "bijna een half jaar, omdat de aanpassing te lang duurt en we maar door moeten gaan. Hall is er zo moe van". Ik vraag nog een paar dingen die hier in het blad even niet van belang zijn, maar er kwam uit dat zijn vader erg streng was en ook wel eens een tikkie kon uitdelen. Zo wilde hij niet zijn. Daarna gaan we naar het midden. Waar ik alles even herhaal en zie dat Hall tranen heeft. Vreemd maar dat doet iets met mij. Die grote zelfverzekerde man die met agressie aangemeld was, is nog zo kwaad niet.

We gaan verder op een andere stoel om een nieuwe 'zelf' uit te nodigen. Deze keer wordt er verteld dat dit zelfdeel de kameleon is. Hij zit op deze stoel met een licht gebogen hoofd,

grauw gezicht. De kameleon is zo moe. Moe van het zich aanpassen aan de thuissituatie. Daar kan hij niet de vader zijn die hij wil zijn. De vader die thuis komt van zijn werk en dan kan spelen met zijn kinderen en hun verhalen horen vertellen, een uur lang. Hij kan niet de man zijn van zijn vrouw, die hij aandacht geeft, knuffelt en verteld over zijn werk en luistert naar haar dagverhalen over haar collega's.

De man die vaak ook nog avonds zijn moeder vaak belt om te vragen of alles oké is. Meer tranen komen tevoorschijn bij Hall. Ik voel bij mezelf dat ik echt met hem te doen heb. Daar zit een grote brede sympathieke vent die komt vertellen dat hij zijn kind niet wil slaan en het toch gedaan heeft. Die van zijn vrouw houdt en haar afsnauwt. Dat de kameleon zijn werk niet meer kan doen is duidelijk. De innerlijke ka-

meleon is overspannen, want deze kan zich wel aanpassen per situatie, per onderdeel, maar alles tegelijk in 1 huiskamer en dit al maanden achtereen, is niet vol te houden. Ik vraag de kameleon wat hij nodig heeft in deze situatie, zodat hij weer een gezonde kameleon kan zijn. TIJD en RUIMTE. Ja, nu in deze coronatijd met de hele familie al maanden binnen is, is dit steeds spaarzamer. Daar is Hall zich wel van bewust. Maar daarnaast is hij zich nu ook bewust van zijn grote aanpassingsdrang aan allen in huis. We gaan weer naar de middelste stoel. Ik herhaal wat de kameleon graag zou willen en hij haalde opgelucht adem. De vermoeidheid is dus geen echte ziekte? "nee zeg ik, en ik wist niet eens dat je daaraan dacht". Hall: "En ik ben dus niet een agressieve man, maar alleen moe?" Ik beantwoord hem dat dit ook klopt.

We zijn het erover eens dat hij zich nu bewust is dat het midden Hall is en dat deze delen hem alleen wilde helpen. Hij spreekt af dat hij thuis met zijn vrouw gaat kijken voor eventueel een ruimte alleen om te werken. En vaker een wandeling te doen tussendoor. Zijn lijf voelt zo moe, daar gaat hij voor homeopathische ondersteuning naar Marga Jansen.

Zoals je ziet hebben we allemaal wel een kameleon waar we normaal geen erg in hebben, maar in de deze coronatijd komt deze steeds vaker op consult naar voren. Hij heeft af en toe echt even ruimte en tijd nodig om weer tot zichzelf te komen. Even je eigen kleur te voelen alvorens je je weer aan gaat passen aan je omgeving.

Liefs Monique.

Homeopathie door Marga Jansen

In eerdere stukjes heb ik al beschreven dat een homeopatisch middel het beste werkt als het precies past. Maar wat maakt een middel precies passend en hoe vind je het? In eerdere stukjes heb ik al beschreven dat een homeopatisch middel het beste werkt als het precies past. Maar, wat maakt een middel precies passend en hoe vind je het?

Voor mijn gevoel is dit een tijd die mensen laat kijken naar hun innerlijk. Waar ze teruggeworpen worden op hun overlevingsmechanisme. Die leert hoe ze weer op moeten komen voor zichzelf. Elkaar weer ruimte leren geven. Deze laat zien dat we vooral ook compassie met anderen en zeker ook voor onszelf moeten hebben.

Ieder mens heeft zijn eigen individuele manier van om te gaan met veranderingen in het leven die ons mentaal en emotioneel opschudt. Wij hebben allemaal onze eigen eigenaardigheden en karaktertrekken. Wij bezitten diep binnen in ons een levenskracht, ook wel het levensbeginsel genoemd. Is de levenskracht in harmonie dan voelen we ons gelukkig, en creatief. Dit levensbeginsel wordt juist door emotionele gebeurtenissen uit zijn harmonie gebracht. Dit uit het levensbeginsel door het laten zien van klachten.

De man uit deze casus, is in wezen boos. Boos op de situatie, en omdat zijn vrouw en kinderen hier nou eenmaal niets aan kunnen doen, zij hebben deze situatie niet gecreëerd, houdt hij deze boosheid binnen. Hij uit het niet.

Hij praat er ook in de eerste instantie niet over met zijn vrouw. Net als velen anderen, heeft hij in het begin van de coronacrisis aangenomen dat het niet lang zou duren. Nu de situatie langer gaat duren, lopen hij, zijn vrouw en kinderen tegen problemen aan, die ze niet eerder hebben gehad.

Naast de boosheid is er ook de teleurstelling en verdriet, hij kan niet meer zijn wie hij zo graag wil zijn. Een liefhebberende man en vader, die alle tijd heeft voor zijn kinderen, vrouw en moeder. Ook hier zit een stukje boosheid in. Hij is toch een beetje die strenge vader, die agressief kan zijn. Juist dat wat hij nooit heeft willen zijn. Het stukje ik die hij heeft onderdrukt. Hij is ongelukkig en mist daardoor een stukje creativiteit om op een nieuwe manier naar de situatie te kijken. Hij is ook beledigd omdat zijn vrouw hem in zijn ogen behandeld als personeel. Hij is prikkelbaar, en is daardoor geïrriteerd over elke kleinigheid. Eigenlijk wil hij graag eens lekker alleen zijn en is het moeilijk om anderen om zich heen te verdragen. Omdat hij zo moe is drinkt hij veel koffie, maar heeft ontdekt dat hij zich daar niet beter door voelt, het maakt hem meer geïrriteerd

en slapeloos. Wat hij probeert op te lossen met slaapmiddelen. Helaas heeft dit ook het omgekeerde effect. Hier laat hij een stukje van zijn essentie zien. Ieder homeopatisch middel heeft, zoals ik al een paar keer eerder heb beschreven ook zijn eigen eigenaardigheden en karaktertrekken. Het bezit een essentie. Ik dacht meteen aan kamille. Een echt brompotten kruid.

In de homeopathie wordt er van de kamille het middel Chamomilla gemaakt. Speciaal voor overgevoeligheid en opvliegenderheid. Net als Hall krijgt Chamomilla klachten door ergernis en woede, het is geïrriteerd en kan behoorlijk gemeen uit de hoek komen, zoals Hall tegen zijn vrouw en kinderen. Overgevoeligheid voor koffie en slapeloos door slaapmiddelen past ook helemaal bij dit middel. Kamille is een mooi kruid voor het innerlijke kind. En hoe groot en breed je ook bent, het innerlijke kind blijft belangrijk voor een harmonieuze levenskracht. Dus ook deze man heeft af en toe een innerlijk kind middel nodig. Vergeet vooral niet het innerlijke kind tijd en aandacht te geven.

Groetjes,
Marga



De horoscopen 2021

De HOROSCOPEN 2021 zijn wat luchtiger geschreven omdat de tijd waarin de mensheid leeft al moeilijk genoeg is. De sterren verkondigen alles op een wat speelse toon, maar tussen de regels door goed lezen voor de kosmische vingerwijzingen en sterrentips.

Voor alle dierenriemtekens geldt: liefde sleept je overal doorheen, geef ook je hoop of 'geloof in het goede' nooit op. En denk maar zo, in de nabije toekomst dooft het coronavirus vast en zeker als een nachtkaaars uit, de gemene Spaanse griep is uiteindelijk ook opeens verdwenen!



RAM (21 maart tot en met 20 april)

Dat gaat het jaartje wel worden RAM! En er komen zelfs verheugende gebeurtenissen waarover de kindskinderen het nog zullen hebben. Ja, je gaat familiehistorie schrijven en je zult een voorbeeld worden voor de verre nazaten.

Het lijkt of het jaar wat moeilijk op gang komt, maar dat is de voorbereidingstijd die de sterren nodig hebben om je levensweg zo goed mogelijk uit te stippelen en te plaveien. En natuurlijk ook om ervoor te zorgen dat alles in de randgebieden gestroomlijnd gaat verlopen. Je zult verbaasd zijn wat er allemaal voor je in het vat blijkt te zitten. Wonen, werk en het gezinsleven, je kunt tevreden zijn. De gezinsleden doen het allemaal redelijk tot goed. Alleen de jongste heeft wat extra aandacht nodig en lijkt karakterologisch opvallend veel op je. Ja, je raadt het al, die is namelijk van nature ook begaafd in lichtelijk 'dwarsslagen'. Dus niet te gauw uit je slof schieten, rustig blijven, over je eigen schaduw heen springen en vooral denken aan de tijd dat je zelf klein was en af en toe chronisch dwarslag. Maatschappelijk kom je uiteindelijk weer in de lift te zitten..., en valt het met je inkomen toch te doen want je verbrast je geld gelukkig niet aan 'onnutte dingen', zou je overgrootmoeder zaliger kunnen zeggen.

Het komend jaar in één oogopslag De RAM zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	8
Geld	7
Maatschappelijk (Vrijwilligers)werk	6
Gezondheid	8

Dat wordt dus een puik jaar!

Je gelukskleur: paars.
Een absolute geluksdag van iedere maand is: de 8ste dag.
Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: robijn, carneool, jaspis
Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: ondeugend, spontaan, humor, vrijheidslievend, doortastend, gezellig, avontuurlijk.



STIER (21 april tot en met 20 mei)

Ga er maar aan staan STIER, want in het komende jaar moet er het nodige verzet worden! Ja, en op allerlei gebied. En Stieren met partner, getrouwd of met andere papieren zijn positief bezig.

Er blijft gelukkig ook genoeg tijd over om te niksen, te luieren of stroomloos voor je uit te kijken en dat doe je op geschikte momenten graag en veel, het betere chillen zullen we maar zeggen. Altijd een drankje binnen handbereik, want je bent een gezelligheidsmens. Je hebt trouwens ook geen hekel aan dieren. Zo is een hond echt iets voor jou, kan de hond fijn achter jou aanhollen en kunnen jullie samen je energie kwijt raken. Dat komt de sfeer thuis en in het gezin ook ten goede, want als de irritatie gaat opborrelen dan ga je opeens allerlei dingen zien. Maar over het algemeen ben je rustig en eet je uit de hand. Niet dat je zoetsappig of een pantoffelheld(in) bent, je weet ook van aanpakken. Een mannelijke Stier helpt meestal mee in het huishouden, want je bent proper aangelegd. Maar daarna verdwijnt je de keuken in om een heerlijke maaltijd, van vier gangen, tevoorschijn te toveren. Je bent wat je noemt van alle markten thuis... Omgaan met een mannelijke Stier heeft zo zijn voordelen. Het komend jaar in één oogopslag De STIER zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	10
Geld	7
Maatschappelijk (Vrijwilligers)werk	7
Gezondheid	7

Wordt dus een veel veelbelovend jaar!

Je gelukskleur is: groen. Trek regelmatig kleding aan van die kleur.
Een absolute geluksdag van iedere maand is: 28ste dag.
Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: rozenkwarts, saffier, smaragd
Karakter- en persoonlijkheidskenmerken STIER: oprecht, harmonie, doorzetten, volhouden en moedig



TWEELINGEN (21 mei tot en met 21 juni)

De sterren maken een kleine buiging voor je TWEELINGEN! Dit wordt een jaar van voldoening. Je gaat een jaar in, waar je je heldere verstand, lieve gevoel en aardige karakter maximaal inzet om er iets moois van te maken. Fijn je betrokkenheid bij mens en wereld. De aardbol heeft grote behoefte aan mensen zoals jij.

Als je een partner en/of gezin hebt...? Ze treffen het er maar mee dat ze een Tweeling aan de haak hebben geslagen en een dergelijk geliefd sterrenteken in hun midden hebben. Genoeg veren op diverse plekken geplaatst, dat moet je altijd goed doseren, beseffen de sterren... Over naar een ander onderwerp, 'de ernst des levens'.

Als we het over geld hebben, geven de sterren je het advies om een spaarvarken onder het gat in je hand te zetten. Want onder ons gezegd en gezwegen, je verdient over het algemeen goed maar een onverminderd aandachts-

punt is, dat je graag geld als water uitgeeft. Ga die woeste geldstroom wat kanaliseren en stuur het richting varken dat graag spaart. Dat is dan afgesproken, beter dan het slijk der aarde in het riool blijven wegspoelen. Het gezin marcheert... en je partner ook. Je kunt af en toe wat beter naar haar/ hem luisteren. Misschien in 2021 wat afscheid nemen van je ietsje te royale eigenwijsheid. Afleren hoeft natuurlijk niet, maar een beetje zou kunnen, leuk zijn, eventueel, mogelijk en natuurlijk alleen als je het er zelf mee eens bent en wilt. Als dat niet zo is, lekker eigenwijs blijven tot je honderdste. Ga je bakens op tijd verzetten op het gebied van werk, wonen, gezinsplanning. Als je zo graag een nog groter gezin wilt hebben denk dan eens aan een hondje, lief katje of konijntje.

Het komend jaar in één oogopslag De TWEELINGEN zullen de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	7
Geld	8
Maatschappelijk	8
(Vrijwilligers)werk	7,5
Gezondheid	8,5

Dat wordt dus een mooi jaar!

Je gelukskleur is: bruin. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: de 17de dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: citrien, aquamarijn, agaat

Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: creatief, zuinig, opgeruimdheid, sociaal en behulpzaamheid



KREEFT (22 juni tot en met 22 juli)

Bij wat tegenslag niet meteen denken dat het een waardeloos jaar wordt KREEFT! Het gaat uiteindelijk allemaal erg meevallen.

Kreeften met een gezin of partner hebben weinig te klagen. Er kan een heleboel positief worden afgevinkt. Ja, er is altijd weleens wat, dat komt in de beste families voor. Er is een felbegeerde wens naar meer woonruimte,

hier is het een kwestie van alert blijven op kansen. De tijd is ook uiterst rijp om een nieuwe studie op te pakken. Regeren is vooruitzien, straks komt het allemaal goed van pas. Maak liever geen ruzie met een hogergeplaatste of instantie met veel macht. Je gooit dan je eigen glazen in. Als je het afzet tegen de eeuwigheid gaat het om lood om oud ijzer. In de financiële sector maak je kansen. Maar geen pratend pak worden hoor..., die mensen geld uit de zak praat... Je hebt altijd al iets met geld gehad, je vindt het leuk en dan wordt het vast een succes.

Het komend jaar in één oogopslag De KREEFT zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	7
Geld	8
Maatschappelijk	8.5
(Vrijwilligers)werk	7
Gezondheid	7,5

Dat wordt dus een prima jaar!

Je gelukskleur is: wit. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: 2de dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: maansteen, opaal, smaragd

Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: voor een ander zorgen, gezelligheid, scheppingsdrang, veel bevestiging nodig, geduldig en toegewend.



LEEUW (23 juli tot en met 23 augustus)

Brul het maar vast hoog van de toren, het wordt een prettig en gestroomlijnd jaar LEEUW als je de nodige aandachtspunten in acht neemt!

Er moet brood op de plank komen en dat gaat niet vanzelf. De Leeuw is over het algemeen een harde werker en loopt niet graag de kantjes ervan af of drukt ook niet zijn snor. Als zelfstandig doet de Leeuw het goed. Op de langere termijn zit er zelfs ook uitbreiding in zijn bedrijf, alhoewel er eerst door een zure appel heen gebeten moet worden.

Waarom is de Leeuw een succes? Meestal hebben ze een prima partner en dat is de sleutel van hun succesvolle leven. De vrouw/ partner van een Leeuw is vaak de emotionele wandelstok waarop de Leeuw leunt en steunt. Maar dat mag alleen niet worden gezegd en mag de buitenwereld liefst niet weten. Het gezin en het huishouden van een Leeuw? Af en toe een beetje gekraakel onder de kinderen, maar over het geheel genomen valt het wel mee. Bepaald huisraad mag weleens worden vervangen en de keuken heeft ook wat aandacht nodig. Een likje verf hier en daar in de woning zou ook niet fout zijn.

Het komend jaar in één oogopslag De LEEUW zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	8
Geld	8
Maatschappelijk	8
(Vrijwilligers)werk	8
Gezondheid	8

Dat wordt dus een florissant jaar!

Je gelukskleur is: rood. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: 19de dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: tijgeroog, granaat, barnsteen

Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: doortastend, ego, leidinggeven, beetje (te veel soms) baas spelen, autoritair, grote werkkracht, betrouwbaar, onverstoortbaar als het moet.



MAAGD (24 augustus tot en met 22 september)

Voor de MAAGD wordt 2021 een jaar met een gouden randje. Een nieuw huis behoort tot de mogelijkheden, zo staat in de sterren geschreven.

Met een gloednieuwe keuken inclusief een prachtige korting. Fijn voor de vrouwelijke Maagd, je bent een echte keukenprinses met de kenmerken van een vijfsterren kokkin. Trouwens de mannelijke Maagd weet ook in de keuken van wanten.

ASTROLOGIE

Over naar een ander onderwerp. Het gezin van de Maagd kan per dag heel wat boterhammen verwerken, sloten melk gaan er doorheen en als je niet op-past heel wat potten Nutella. De kinders hebben een gezonde trek. Wat niet zo te verwonderen is, er zijn nogal wat van je kinderen die ook de keuken in willen, net zoals papa en mama keukenprins/prinses worden. Maar de hele familie heeft de neiging om alles dat door het mondje gaat om te zetten in ponden en kilo's. Dat is wel een beetje jammer...

Het komend jaar in één oogopslag
De MAAGD zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	8
Geld	7
Maatschappelijk	7
(Vrijwilligers)werk	9
Gezondheid	8

Dat wordt dus een cool jaar!

Je gelukskleur is: goudkleurig.

Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: 22ste dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: lapis lazuli, amethyst, amazoniet

Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: aanpakken, praktisch, vlijt



WEEGSCHAAL
(23 september tot en met 22 oktober)

Gewogen en te licht bevonden worden zal bij jou nooit gebeuren WEEGSCHAAL! Waarom? Omdat je je gewicht in goud waard bent. In het maatschappelijk leven ben je actief, als vrijwilliger, in je werk. Je zoekt altijd naar een goed evenwicht tussen gevoel en verstand, humane aspecten, je bent goed voor mens en dier. Iedereen die je spreekt zal een goed verhaal over je weten te vertellen.

Dit wordt een bewogen jaar, met veel hoogte- en een gering aantal dieptepunten. Wel de nodige aandacht geven aan de gezondheid en als je een gezin hebt kijken wat de kindertjes eten. De neiging zit er namelijk in om regelmatig te snacken. Stel er paal en perk aan, kwalen voorkomen is beter dan genezen. Kunnen jullie niks aan doen, maar vraatzucht zit in de familie van

betovergrootvaders kant. Ook dat hete hangijzer hebben we besproken en hoeven het er verder niet meer over te hebben. De sterren zijn enthousiast wat je dit jaar zal bereiken. De familie is een echt team, goede samenwerking. Behalve dan dat ene exemplaar van de koude kant, maar dat is al jaren zo. Geldstromen gaan meer de goede kant op, meer naar je toe dan van je af. En de kosmos weet dat je iets erg leuks zult meemaken, maar we lichten nog geen tipje van de sluier op. Het is een verrassing. Vrouwe Fortuna gaat je kas spekken, ja een goudscheepje komt bij je burens afmeren en jij krijgt ook wat.

Het komend jaar in één oogopslag
De WEEGSCHAAL zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	7
Geld	7
Maatschappelijk	7
(Vrijwilligers)werk	8,5
Gezondheid	7,5

Dat wordt dus een bewogen jaar!

Je gelukskleur is: oranje. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: 24ste dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: saffier, jade, toermalijn-kwarts

Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: vriendelijk, diplomatiek, scherpzinnig, aanpassingsvermogen, flexibel, doortastendheid.



SCHORPIOEN
(23 oktober tot en met 22 november)

Eerdere jaren nooit proberen te vergelijken met een nieuw jaar SCHORPIOEN! Want dat is appels en peren vergelijken, ieder jaar staat op zich en kent voorspoed en geluk, kommer en kwel, voor- en nadelen. Maar de sterren verklappen het nu al, 2021 kan je verrassen met goede en misschien met wat minder goede ontwikkelingen. Maar het is allemaal nog niet zover, het is 'under construction', de sterren overleggen nog even en Venus ligt wat dwars. Maar die gooit wel vaker roet in het eten. Als je een gezin hebt, het heeft gelukkig geen negatieve invloed op de gezinsleden. Stuk voor stuk zijn het doorbijtertjes, hoe de sterren ook

staan, gaan je nazaten altijd door. Dat hebben ze vast van jou. Waarschijnlijk niet van je wederhelft want die is wat Bourgondisch ingesteld, leven en laten leven, morgen weer een dag, wijntje, Trijntje en gezellig doorhalen tot in de kleine uurtjes. Dat is wat je noemt het betere levensgenieten..., laat de boeren maar dorsen en we zien wel en meer van die heerlijke wijsheid. Iedereen kan zijn voordeel ermee doen.

Het komend jaar in één oogopslag
De SCHORPIOEN zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	9
Geld	8
Maatschappelijk	7
(Vrijwilligers)werk	8
Gezondheid	8

Dat wordt dus een succesvol jaar!

Je gelukskleur is: zwart. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: 11de dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: granaat, agaath, robijn
Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: degelijkheid, vasthoudend, spits, helderheid, realistisch, er voor gaan, vasthoudend.



BOOGSCHUTTER
(23 november tot en met 21 december)

De lieveling van alle sterren ben jij BOOGSCHUTTER! Daar mag eigenlijk niet open en bloot over worden gepraat, want de sterren mogen geen onderscheid maken. En toch, je hebt een onzichtbaar streepje voor. Boogschutter de horizon is breed en je bent volledig vrij welke richting je neemt. Al zal je af en toe misschien een kronkelweggetje bewandelen, uiteindelijk zal je een mooi doel bereiken. Met het geld en goed zit het allemaal goed. Niet dat je geld als water verdient, maar je zult altijd een redelijk gezinsinkomen verdienen. Of als het op het moment een beetje matig is, komen er andere tijden, dan zal je krijgen wat je verdient. De partner heeft wat extra aandacht nodig, want het valt niet mee om altijd in de schaduw te staan van een Boogschutter. Daarom geef hem of haar de erkenning die hij/zij verdient. Op bepaalde punten hebben

ze een lange gebruiksaanwijzing met voetnoten en vergeet niet de bijsluiter te lezen. Maar dat roepen we niet te hoog van de toren, in de regel is de Boogschutter goed hanteerbaar. Van een ver familielid is nog een nalatenschap te verde- len, gelukkig is die erflater 100 geworden. Je mag wel zeggen de leeftijd der sterken. Je lijkt op die persoon, er wacht je dus nog een lange toekomst. Maar waar je dan op moet letten, daar zullen we het nog weleens over hebben.

Het komend jaar in één oogopslag De BOOGSCHUTTER zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	8
Geld	7
Maatschappelijk (Vrijwilligers)werk	7
Gezondheid	8

Dat wordt dus een fijn jaar!

Je gelukskleur is: geel. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: de 6de dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: labradoriet, opaal, topaas

Karakter- en persoonlijkheidskenmerken: avontuurlijk, doortastend, vrolijk, openheid, degelijk, eerlijkheid, zakelijk.



STEENBOK
(22 december tot en met 20 januari)

De STEENBOK zal het komende jaar wat bakens moeten verzetten. Maar dat gaat je heel goed af, je bent van geboorte flexibel, en je hebt een groot aanpassingsvermogen. Je beschouwt regeren als vooruitzien... Het lot is je goed gezind en dat komt allemaal precies op tijd.

Als je een partner en/of kinderen hebt, vindt het gezinnetje harmonisch de goede weg in een ingewikkelde wereld. Ja, het lijkt soms wel een beetje op een doolhof, maar jullie weten altijd weer met z'n allen de uitgang te vinden. Onderling hebben jullie een goede band, hoewel je er soms wel eens een- tje tot de orde moet roepen. Maar ze willen best luisteren als je hun zakgeld verhoogt of een mooi cadeau in het vooruitzicht stelt. Op sommige momen- ten lijkt opvoeden immers een beetje

op omkopen. Belonen in de diepste en breedste betekenis van het woord kan je natuurlijk ook zeggen, dat klinkt aardig wat prettiger.

Als gezin zijn jullie vitaal, er wordt ook behoorlijk gezond gegeten. En zo min mogelijk gesnoept van verkeerde zoetigheid. Jij en je partner vinden ook druivensap niet te versmaden, voor- al als het is gegist... een kaasplankje erbij... En de prettige dag beëindigen in elkaars armen. Fijn dat jullie nog steeds verliefd zijn, romantiek is belangrijk Steenbok voor je.

Het komend jaar in één oogopslag De STEENBOK zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	7
Geld	8
Maatschappelijk (Vrijwilligers)werk	9
Gezondheid	8

Dat wordt dus een liefdevol jaar!

Je gelukskleur is: oudroze. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: de 21ste dag.

Edelstenen die goed bij dit sterren- beeld passen: bergkristal, zwarte toermalijn, rookkwarts

Karakter- en persoonlijkheidsken- merken: niet willen opvallen, oppas- send, doelgericht, vrijheidsgevoelens, eerlijk, vasthoudendheid.



WATERMAN
(21 januari tot en met 19 februari)

De WATERMAN laat er geen gras over groeien, 2021 krijgt een vliegende start... Heel doelgericht gaat de Waterman te werk, ja, laat dat sterrenbeeld maar schuiven. Watermannen komen er wel. Maar er zitten natuurlijk wel een paar addertjes onder het gras, om de belangrijkste te noemen: word niet overmoedig, en trek op tijd aan de rem en spring vooral niet verder dan je polsstok lang is. Het is nog altijd zo dat wie zijn billen brandt, op de blaren moet zitten. Genoeg vermaningen, dat bederft soms het natuurlijk enthousi- asme..., maar sommige dingen moeten toch even worden gezegd. Want een gewaarschuwd mens telt voor twee. Soms gaat dat niet op en kun je blijven

waarschuwen maar dan is het meestal geen Waterman.

Heb je een echtgeno(o)t(e) en een gezin? Oppassen met een geliefde buiten de deur. Je bent zo charmant en daarom worden ze gauw verliefd op je, maar hap niet toe..., dat geeft ingewik- kelde problemen en daar zit je niet op te wachten. Want je stippelt de dingen graag uit, orde en netheid staan hoog in je vaandel. Maar door verliefdheid kunnen er toestanden ontstaan die je niet meer in de hand hebt; emotioneel verwarrend, slordig en chaotisch. Want hoe zou je het vinden als je partner een geliefde buiten de deur zou hebben?

Als je dat zelf niet leuk vindt, doe het dan ook een ander niet aan. De sterren moedigen je natuurlijk wel aan verliefd te blijven op je wettige partner. Dat kan nooit genoeg zijn. Soms kun je je handen vol hebben aan je kinderen om alles in goede banen te leiden is af en toe lastig. En weten wijsneuzige kinde- ren het bijna beter dan jij.

En ze zetten je regelmatig op je nummer en hebben vaak bewijsbaar nog gelijk ook met wat ze zeggen. Jullie hebben altijd slimme kinderen willen hebben, en kunnen er nu dagelijks van genieten!

Je werkomgeving heeft wat extra aandacht nodig, grijp tijdig in, want ook daar zijn verschillende wijsneuzen.

Het komend jaar in één oogopslag De WATERMAN zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	8
Geld	8
Maatschappelijk (Vrijwilligers)werk	7
Gezondheid	8

Dat wordt dus een historisch goed jaar!

Je gelukskleur is: rood. Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer positiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: de 26ste dag.

Edelstenen die goed bij dit sterren- beeld passen: fluoriet, turkoois, angeliet

Karakter- en persoonlijkheidsken- merken: creatief, vindingrijkheid, oorspronkelijk, perfectionistisch, gevoelsmatig, filosofisch.



VISSEN
(20 februari tot en met 20 maart)

De gevoelige VISSEN zijn soms net trillende espenbladen, ze vangen alles op uit hun omgeving... Soms gaat het Visje wel erg ver in de gevoeligheid, als je de partner van een Visje bent kan je dat waarschijnlijk voluit beamen. Vissen met echtgeno(o)t(e)/ partner en kinderen, het jaar kan eerst wat opstartproblemen vertonen, maar later loopt alles weer als een trein. Gelukkig gaat het maatschappelijk allemaal goed en wordt er hard gewerkt en gestudeerd. Natuurlijk het gezin is het paradijs niet, er is overal weleens wat. Maar het belangrijkste, als er iets is wordt het opgelost. Uit onverwachte hoek krijg je een kans voor verbetering in je woonsituatie. Neem op tijd rust, je werkt soms te hard en verliest de tijd uit het oog. En vergeet nooit dat een burnout eerder voor je deur staat dan je denkt. Als je wat meer materialistisch bent ingesteld moet je je realiseren dat 'geld niet altijd de arbeid verzoet'.

Het komend jaar in één oogopslag
De VISSEN zal de volgende cijfers aan 2021 kunnen geven:

Liefde & geluk	8
Geld	8
Maatschappelijk (Vrijwilligers)werk	9
Gezondheid	8

Dat wordt dus een rijk jaar!

Je gelukskleur is: zacht lila.

Trek regelmatig kleding aan van die kleur, het brengt nog meer punitiviteit, kracht, geluk op je levenspad.

Een absolute geluksdag van iedere maand is: de 7de dag.

Edelstenen die goed bij dit sterrenbeeld passen: amethyst, opaal, aquamarijn.

Karakter- en persoonlijkheids-

kenmerken: gevoeligheid, inlevingsvermogen, vriendelijkheid, wijsgerig, spiritueel, vlijtig, soberheid.

Op de website
www.jancvanderheide.com is er een uitgebreide versie van de horoscopen te vinden.

© Jan C. van der Heide
Hypnotherapeut, paragnost & coach

Elke uitgave van Paraview bespreekt Sonja Dover, medium voor mens, dier en bedrijf een vraag van een van onze lezers. Dit keer gaat de brief over:

Wat vinden ze van ons

VRAAG

van
Henny
& Bart:



Hallo Sonja,

Waar we met name benieuwd naar zijn is het onderlinge contact tussen Gioia (poes), een Serval van 6 maanden oud, Bart een rood witte Kater van 10 jaar oud met zijn zusje Louise (poes) ook rood wit, en Bear (kat) een Savannah van 4 jaar oud. Wat vinden ze van elkaar, van het samenwonen en wat vinden ze van ons en de aandacht die ze krijgen? Zijn er verbeterpunten? Willen ze naar buiten?

Groet van ons



Ontmoeting op de beurs?

Wilt u mij persoonlijk ontmoeten, kijk op www.sonjadover.nl om te zien op welke beurs in Nederland ik aanwezig ben.

Mail uw vraag

Vraag over uw dier, mail naar info@sonjadover.nl inclusief foto's en meld erbij vraag bedoeld voor tijdschrift Paraview. Uw antwoordt ontvangt u alleen in het tijdschrift.

ANTWOORD

van
Sonja:

Elk jaar komen Henny & Bart, twee lieve mensen, bij mij voor de jaarlijkse Reading, waarin ik ze per persoon bekijk, maar ook hun relatie en het gezamenlijk bedrijf. Tijdens deze Reading vertelde ze mij dat ze sinds kort een bijzondere poes in hun midden hebben opgenomen. Namelijk Gioia, wat vreugde betekent, roepnaam Poy Poy.

Het is een Serval, een soort tijger kat. Het is een mooi statig dier met lange poten en met lange spitse oren. Haar postuur is kleiner dan een tijger maar groter dan een kat. Als je goed naar de foto kijkt dan zie je ook haar mooi gevlekte vacht. Ze is nu ongeveer een half jaar oud en kan zo rond de 20 kilo worden, het is dan geen schootpoes meer. Een niet ongevaarlijk dier overigens, het blijven uiteindelijk roofdieren, en daarom kan niet iedereen met deze dieren in huis omgaan. Tot nu toe lukt dit aardig waar ze nu woont met nog drie andere prachtige poezen/katten.



Gioia is een lieve eigenzinnige poes die af en toe dominant gedrag laat zien, wat zeker sterker wordt als ze ouder is. Het is dan ook de vraag of ze in huis kan blijven en of ze nog steeds de andere drie dieren om haar heen kan velen, als ze goed begeleid wordt moet dit lukken. Uiteindelijk zal deze lieverd naar buiten willen om te jagen en om haar instinkt te volgen. Nu ze nog klein is kan het nog wel. Wel vraagt het van de beide verzorgers een hele scherpe alertheid, ook om de andere poezen/katers te beschermen, wat de verzorgers goed en liefdevol afaat.



Hoe is het onderlinge contact? Opvallend is dat Bear (kater) ras Savannah, nogal vaak laat zien niet zo gecharmeerd te zijn van Gioia. Hij is wat afwachtend in contact, soms wat angstig maar toereert uiteindelijk Gioia wel. Wat ze van elkaar vinden? Het is goed zo, maar er is meer waakzaamheid tussen deze twee ontstaan dan bij de rode poes en rode kater. Als ik dan kijk naar Louise, rood witte poes en rood witte kater Bart, beide alweer 10 jaar, dan zie ik dat deze twee rode exemplaren heel erg op elkaar zijn afgestemd, veel bij elkaar (willen) blijven en het allemaal, tot nu toe, prima vinden, maar wel alerter zijn geworden als Gioia in hun buurt komt.

Het samenwonen met z'n vieren (krachtige roedel) verloopt nog steeds goed, maar over een jaar zal dit zeker veranderen, omdat Gioia dan groter is geworden, en dan zeker naar buiten wil om te jagen, waardoor ze aanvallend gedrag kan laten zien aan de andere drie medebewoners. Is dat tegen te houden door een kooi buiten te creëren? Je kan het zien als een kleine dierentuin die jullie dan in de tuin moeten maken om ze alle vier een kans te geven buiten te komen. Als ze eenmaal daaraan gewend zijn, willen ze



meer, wat logisch is, maar ik geef het een goede kans dat ze het heerlijk vinden. Toch kunnen Gioia en Bear ook heel goed binnenblijven. Jullie zijn echte liefdevolle verzorgers voor deze vier mooierds. Uiteindelijk is er altijd een de oudste en dus ook de baas van de roedel. Die zal altijd als eerste eten en drinken moeten krijgen, dat is heel belangrijk.

Natuurlijk krijgen ze van jullie persoonlijke aandacht en wordt er veel met ze gesproken en geaaid en geknuffeld en goed naar ze geluisterd.



Verbeterpunten zouden kunnen zijn, consequent eten geven op vaste tijden, en echt ieder apart knuffelen en stoeien. Ze zijn alle vier een persoonlijkheid als dier en zo willen ze ook behandeld worden. Belangrijk blijft wel dat als er vreemde mensen in jullie huis komen, ze altijd op de hoogte moeten worden gebracht voordat ze binnen mogen komen, wat ze wel of beter niet kunnen doen. Als mensen bang zijn, vraag dat altijd van tevoren, dan kunnen jullie adequaat handelen naar mens en dier. Nogmaals het is een bijzondere mooie roedel poezen/katten die jullie in huis hebben opgenomen. Liefde en aandacht en van elkaar genieten is volop aanwezig.

Warme groet,
Sonja Dover



Kijk voor meer informatie op :

www.tarotberoepsvereniging.nl

of tel. 06 27338281.

Meer tussen hemel en aarde
Paraview

Hier kan uw advertentie staan
 voor meer info redactie@paraview.nl

Jan C. van der Heide:
 Hypnotherapeut en paragnost



Voor behandeling en begeleiding van cliënten met o.a. fobieën, leer- en concentratieproblemen, psychosomatische klachten, relatie- en emotionele problemen, angsten e.d.

Therapeut Van der Heide werkt o.a. volgens Ericksoniaanse hypnotherapie en met N.L.P., reïncarnatie- en regressietherapie e.d.

Gedipl. hypno-therapeut, ingeschreven bij: N.B.V.H. (Nederlandse Beroepsvereniging van Hypnotherapeuten), licentiehouder A.N.G.

Voor telefonische afspraken: 071-5172870
 Praktijkadres: Terweeweg 75, 2341 CP Oegstgeest

Catharina

(I shut my eyes in order to see)

Voor aanwezigheid op de VIEW-beurzen:
www.paraview.nl

Voor het maken van een afspraak voor een consult bij mij thuis of een telefonisch (niet gratis) consult:

079 - 35 14 391 (s.v.p. tussen 9.30 en 10.00 uur)



TREVOR EN CORRIE BURGoyNE

MEDIUMS & HEALERS
 SPIRITUAL HELP ORGANISATION
 Victor 13
 6541 LL NIJMEGEN
 NETHERLANDS
 V.O.F. 39073532

Prive consulten Aromatherapie
 Healing workshops
 Tel: 06 53737160 W: www.trevorburgoyne.com

Monique van der Klooster

- ▶ Paragnoste
- ▶ Psycho-analytisch-hypnotherapeut

Met meer dan
 20 jaar ervaring

Waleweinlaan 128
 5665 CL Geldrop
 040 - 285 31 82
www.moniquevanderklooster.nl



**Mind- en
 Lifestyle
 Boeken**



www.lirelavie.nl

**Ontvang
 Pareltjes
 Wijsheid**
ingspire.nl



Elke uitgave van Paraview legt Gerard Heutink een droom uit van een van onze lezers.
Dit keer gaat de droom over:

Het examen in twee zwembaden

VRAAG

van
Gwenda:

Hoi Gerard,

Deze week heb ik het volgende gedroomd. Ik droomde dat mijn oudste zoon mocht afzwemmen. Hij was aanvankelijk bij het zwembad waar dat altijd was, maar opeens was het bij een ander zwembad wat hij niet kent. Ik droomde dat ik daar op tijd wilde zijn, maar ik kon opeens de ingang niet vinden. Ik kwam in een soort bootcamp achtige omgeving en eindigde al tiggerend op de grond onder een soort boog door. Die boog werd alleen alsmaar langer en ik kon daar dus niet uit en tegelijkertijd zag ik Marlon op het startblok klaar staan om te gaan beginnen met afzwemmen omdat het al tijd was en ik was dus te laat. Het klimmen op de grond onder de bogen ging gepaard met beelden van in de knoop zitten en verdwalen met veel touwen en slingers. Ik droom vaker dat ik letterlijk in een warboel raak met slingers en touwen. Ik werd gillend wakker omdat ik er niet uit kon.

Groetjes,
Gwenda

ANTWOORD

van
Gerard:

Lieve Gwenda,
Deze droom heeft er duidelijk mee te maken dat jouw zoon hele andere ideeën heeft dan jij, en dat jij heel veel moeite hebt om hem los te laten.

Je vindt het moeilijk dat Marlon groter wordt. Het zwembad is het symbool van levenswater en opnieuw geboren worden. Het andere zwembad (levenswater) heeft er mee te maken dat hij andere ideeën in het leven heeft dan jij, en dat hij eigenlijk wat meer zelfstandigheid en vertrouwen wil. Je bent een geweldige moeder, je moet alleen wel het geloof hebben dat hij ook zelfstandig kan zijn. De navelstreng doorknippen, daar heb je moeite mee. Dat zie je ook als hij alleen op het startblok staat en zo zelfstandig zijn diploma haalt.

Marlon is een jongen die heel intelligent is, en de tijd ver vooruit is. In zijn doen en laten is hij ouder dan zijn leeftijd. De bogen, touwen en slingers zeggen, dat je in de geest wordt geblokkeerd om te leren hem meer vertrouwen te geven in zijn zelfstandigheid. Hij voelt zich geblokkeerd in zijn denkwijze. Hij kan al veel meer dan wat jij denkt. Marlon komt er wel, geen probleem.

Probeer ook eens om met hem te praten en te luisteren naar wat hij te zeggen heeft. Hij houdt wel van je hoor!! Dat hoeft je echt niet te bewijzen.

Groetjes,
Gerard



Gerard Heutink
Paragnost/Helderziende
www.gerardheutink.nl

Mail uw vraag

Heeft u een droom die u uitgelegd wilt hebben door Gerard? Mail deze dan naar redactie@paraview.nl.



Belinda Inhulsen

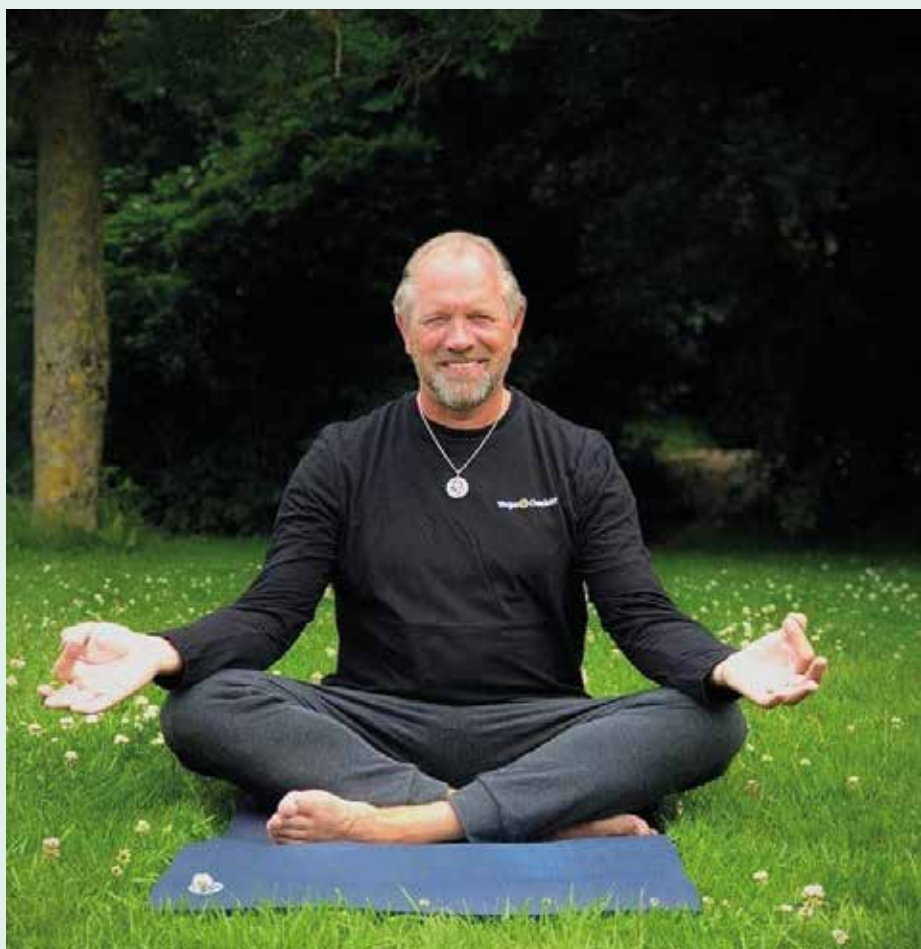
Na 35 jaar als personal assistant gewerkt te hebben vond ik het als vijftigplusser wel welletjes en besloot ik mijn hart te volgen door te gaan schrijven over mensen met een bepaalde passie en andere wetenswaardigheden die wat mij betreft de moeite waard zijn om te delen.

En met succes!

Schrijven voedt mijn innerlijke batterij en geeft mij net die uitbundige schwung om dingen te doen waar ik vroeger niet van durfde te dromen. Zo heb ik mijn passie voor het schrijven gedeeld via verschillende radiozenders en was ik te zien in het RTL4 televisieprogramma 'Wat Ik Altijd Wilde Worden'.

Wat nu naar buiten komt is een Belinda 2.0.

Mijn levensmotto is dan ook: 'Stop met uitstellen en heb vertrouwen in je eigen kunnen want ook jij kunt je dromen waarmaken!'



De wereld van Belinda

Yoga: Balsem voor de ziel

Door Belinda Inhulsen

Onverwacht

Voordat COVID-19 in beeld kwam, werkte ik op een kantoor waar flexwerken de normaalste zaak van de wereld is. Telkens weer op zoek naar een beetje rustige werkplek, met in je kielzog een wiebelende werkkoffer en je eerste bakje koffie. Poeh! Het was dus best wel even schakelen, na jaren een vaste werkplek te hebben gehad, maar achteraf bezien, had het ook wel iets. Het zorgde ervoor dat ik mensen tegen het lijf liep die ik in mijn dagelijkse routine naar de lift of het toilet, niet was tegengekomen. Een van dit soort blijmakende ontmoetingen was die met collega René van Stigt, waarbij

de gesprekken over het werk, een onverwachte wending namen. Want wat bleek? Naast zijn kantoorbaan is René een bevoegen gediplomeerd Yogi (lees: beoefenaar in Yoga)! Het verhaal achter zijn holistische manier van Yoga lesgeven raakte me, zodat ik er een column aan wilde wijden, waarin hij - hoé leuk! - toestemde.

Gouden tip

Tijdens een vakantie in 2010 werd René getipt om iets met Yoga of Body Balance te gaan doen, vanwege een bepaalde stijfheid in de spieren en gewrichten. Zo gezegd, zo gedaan.

Door de Yoga verbeterden niet alleen zijn lichamelijke- maar ook zijn geestelijke gezondheid, zodat hij na 4,5 jaar besloot een docentenopleiding te volgen bij Arhnata Yoga Nederland, en later in India. Een gewaagde beslissing dat een schot in de roos bleek te zijn, want hierdoor kwam hij dichterbij zichzelf. En ontwikkelde hij een beter lichaamsbewustzijn, waardoor hij meer oog kreeg voor zijn omgeving. Een reeks aan positieve lifestyle veranderingen die hem als voormalig stuitballetje, veel hebben gebracht, maar het verhaal gaat nog verder. De zeurende long- en neusbijholteproblemen die jarenlang zijn dagelijks leven beïnvloedden, behoren vanwege de Yoga, tot een grijs verleden. En het slikken van medicijnen? Nee hoor, dit hoeft niet meer. René is inmiddels klachtenvrij. Wát een zegen!

Aandacht

Jong en oud te laten ervaren wat Yoga daadwerkelijk met je doet, is zijn ultieme missie. En dit doet hij door les te geven aan kleine groepen (maximaal 8 personen), zodat hij zijn persoonlijke twist kan blijven borgen (voor de Corona uitbraak waren het er maximaal 12). Vanwege de Corona-lockdown kwam van het live observeren en corrigeren van zijn cursisten even geen sikkepit. En van het lesgeven via ZOOM of Skype al helemaal niet, omdat René hier niets mee heeft. Toch waren zijn cursisten tijdens deze ietwat surrealistische periode, niet helemaal verstoken van hun favoriete Yoga. Integendeel! De lessen kreeg je toegestuurd zodat je lekker op je matje, thuis je oefeningen kon blijven doen.

René geeft o.a. les in Hatha-, Yin-, Vinyasa Yoga en mediteren. Hatha Yoga kan je als de klassieke basisvorm beschouwen, van waaruit je later kunt doorstromen naar de stijl die uiteindelijk het beste bij je past. Zo kan je gewicht willen verliezen, je lenigheid willen vergroten, stress willen verminderen, fit willen worden (en blijven!) of leren mediteren. Daarnaast geeft hij stoel Yoga, waardoor je even lekker afstand kunt nemen van de hectiek van de dag, en je hierdoor beter leert luisteren naar de signalen van je lichaam. Voor ieder wat wils dus! Zo vertelt het verhaal van een man die zich met zijn vrouw, liet inschrijven voor een cursus

Yoga, zonder enig doel voor ogen te hebben. De partner haakte af maar de man bleef trouw terugkomen (en dit doet hij nog steeds), omdat zijn rugklachten na slechts een maand, aanzienlijk verminderden. Een verbetering waar de vele bezoeken aan de fysio en manueel therapeut niet aan konden tippen.

“Blijf gezond, heel veel geluk en liefde.”

Ben je inmiddels een beetje nieuwsgierig geworden naar wat Yoga nou eigenlijk is, en of het iets voor je zou kunnen zijn? Een digitale zoektocht kan je soelaas bieden. Zo weet Google me te informeren dat Yoga in Nederland floreert, en niet zo'n beetje ook! Zo'n 1,6 miljoen doen aan Yoga, waarvan 74% vrouw is, en 26% man. En minstens zo interessant: Yogi's ervaren een betere conditie, en een gezondere levensstijl dan niet-Yogi's. Geen wonder dat de wetenschap steeds meer interesse toont.

Toekomst

René studeert regelmatig bij, en houdt zijn kennis paraat door veel te lezen en DVD's te bekijken. Daarnaast volgt hij eens in de 3 jaar, een aanvullende opleiding. Wanneer hij met pensioen gaat, hoopt hij zich volledig op Yoga te kunnen storten. Het kopen van een bedrijfsruimte is zijn ultieme streven, zodat hij nog meer mensen middels Yoga kan inspireren om het beste uit zichzelf naar boven te halen. René sluit het interview af met de alleszeggende woorden: 'Blijf gezond, heel veel geluk en liefde.' En ik? Ik sluit mij hier naadloos bij aan.

Belinda spreken of een tip geven?

Dat kan! Zie haar blog op Facebook <https://www.facebook.com/Mijn-PassielsSchrijven/> of mail naar: belindainhulsen@gmail.com

Belinda Inhulsen

Columniste/Inspirator

E belindainhulsen@gmail.com

M 06 14 97 90 68



Seringenboom

Mijn handen zachtjes in het gras.
Vingertoppen die verlangen naar een tijd waarin mijn ziel nog heel was.
Wollige wolken drijven zo snel voorbij.
Vormen blijven veranderen, hoe graag mijn ogen ook willen vasthouden.
Niets is blijvend tastbaar voor mij.
De zoete zachte geur van het leven brengt me terug naar het moment.
De pijn die ik ben gewend.
Verdwijnt in het weelderige groen.
Mijn rug stevig tegen de ruwe bast van de boom.
Rust over toen.
Alles mogen ontvangen in het nu.

Saskia van Aken



Mijn naam is Helma Broekman en zolang ik me kan herinneren sta ik in contact met mijn galactische familie.

De kosmos en de aarde zijn nauw met elkaar verweven en als kind voelde ik vaak hoe beperkt het mens zijn voor mij was. Mijn bewustzijn heeft zich in de loop der jaren steeds verder geopend en vandaag de dag ben ik dankbaar om als mens op deze prachtige planeet te zijn!

Vele jaren heb ik jong en oud opgeleid in de kosmische leringen met behulp van workshops, cursussen en het geven van een 3-jarige opleiding tot lichtwerker. Inmiddels is mijn taak veel smaller geworden en schrijf ik hoofdzakelijk boeken, artikelen en post ik YouTube filmpjes, waarin ik de mensheid tracht mee te nemen naar een Hoger Bewustzijn. Het Kosmische Goddelijke Bewustzijn is de weg die elk mens vroeg of laat in zichzelf mag openbaren.

*In Liefde voor AL wat is.
Helma Broekman
www.nieuwedageraad.nl
www.lichtkind.nl*

Mijn Facebook groep:
*Circle of Light Lichtkind
[https://www.facebook.com/groups/
www.lichtkind.nl](https://www.facebook.com/groups/www.lichtkind.nl)*

Facebook pagina
Centrum Lichtkind:
*[https://www.facebook.com/
CentrumLichtkind](https://www.facebook.com/CentrumLichtkind)*

Telegram kanaal Lichtkind
Circle of Light:
*t.me/centrumlichtkind
Lichtkind YouTube Helma Broekman
[https://www.youtube.com/results?
search_query=bewustwordingscen-
trum+lichtkind](https://www.youtube.com/results?search_query=bewustwordingscentrum+lichtkind)
info@lichtkind.nl
info@nieuwedageraad.nl*



Helma Broekman

We bevinden ons in de Tijd van de Verdrukking

Wat betekent dit eigenlijk? De verdrukking is de periode voorafgaand aan de zogenaamde Eindtijd. Kosmisch gezien betekent dit dat ons gehele zonnestelsel in een rondje van 25.860 jaren rond Alcyone draait. De Grote Centrale Zon van de Pleiaden. Dat bij deze omvangrijke kosmische gebeurtenis grootse veranderingen op aarde zullen plaatsvinden, moge duidelijk zijn. Onze aarde is niet voor niets een microkosmos van het Grote Geheel.

In de Tijd van de Verdrukking zullen veel zielen hun eigen schaduwzijden telkens weer opnieuw tegenkomen, net zolang totdat zij de blik naar binnen keren en zichzelf onder ogen zien.



Wat betekent dit? Je zult vast allang hebben gemerkt dat juist in deze tijd, je veelal tegen dezelfde thema's en problemen aan loopt in je leven. De situaties zijn dan wel verschillend, maar de onderliggende gevoelens, gedachten en angsten die dit bij je oproepen, zijn gelijk.

Het is alsof je in een soort lus gevangen wordt, waarin je telkens opnieuw op hetzelfde punt beland.

Vragen die daarbij horen zijn:

- Waarom overkomt mij dit nu alweer?
- Waarom leer ik hier nu niet van?
- Ik dacht dat ik dit al verwerkt had.
- Deze pijn ervaar ik al zo lang.
- Enzovoort.

Omdat ons hele zonnestelsel, inclusief de aarde in de grote zuiveringsfase is aanbeland, gaat hier een grote opruiming aan vooraf.

Immers; als jij jouw huis drastisch schoon wilt maken, zul je eerst oude troep moeten weggooien, ten einde om ruimte te creëren. Ruimte en leegte willen ook in jezelf gecreëerd worden. Dit brengt niet alleen overzicht, maar ook vrijheid in jezelf te weeg. En die vrijheid is nu juist waar het om draait. In die vrijheid IN jezelf, vind je jouw innerlijke wijsheid terug. Maar ook je liefdevolle staat van zijn. Dat is wat de mens van nature is. Maar door het bombardement aan alle berichten die vandaag de dag, uit de buitenwereld

op ons afkomen, vinden we amper nog de stilte en de leegte in onszelf. Hierdoor is er ook geen ruimte om de liefde volop toe te laten. Zonder te beseffen zijn we dan gevangen in onze eigen kracht om te overleven. (nou ja, om staande te blijven dan).

Juist in deze tijd van de verdrukking, wordt van ons allemaal gevraagd om dicht bij onszelf te blijven. Om onze eigen waarheid te volgen, los van alle media berichten die er zijn. Het tumult zal toenemen. De wereld chaotischer. De verdrukking sterker. Maar IN jouw binnenwereld vindt het meest wezenlijke plaats; de vrijheid en de liefde om het Goddelijke van het leven te ervaren. Want wat is nou waarheid?



De Waarheid

Waarheid is een lastig begrip: wat voor de één waar is, werkt voor die ander vaak net andersom.

Wie heeft nou gelijk? Als twee mensen naar de horizon kijken, ziet de ene in de verte een vogel. Die ander ziet het niet, maar valt op hoe prachtig de kleuren in de lucht zijn.

Wat je niet ziet of ervaart, bestaat simpelweg ook niet in je werkelijkheid. Je eigen werkelijkheid wordt enkel gevormd door je gedachten wat waar is of niet, je verlangens en je overtuigingen over hoe iets zou moeten zijn. Wat je niet voor mogelijk houdt, of wat te mooi is om waar te zijn, bestaat gewoonweg niet.

De ondergrond van elk mens bestaat uit de eerste levenservaringen van je jeugd. Daarover heen komen de processen van je pubertijd en adolescentie. De pijn en littekens die je hierin hebt opgelopen, bepalen in hoge mate de latere basis voor je leven. Gekleurd door herinneringen, oude pijn en sterke overtuigingen die daaruit voortkwamen, maken dat ieder mens de shift heeft gemaakt vanuit zijn gevoelsessentie, naar zijn rationele bewustzijn.

En dan...

De volwassenheid breekt aan. Het rationele bewustzijn komt er niet langer mee weg om de diepere lagen des levens te begrijpen. We zoeken de waarheid des levens, in de buitenwereld. Nemen alles tot ons wat onze aandacht heeft. We worden goed in het begrijpen van feiten, teksten en nieuwe overtuigingen ontstaan. Maar nu ook spiritueel. Hoe meer we ons vereenzelvigen met onze ratio, hoe minder we nog voelen in onze diepste kern. Daar diep in onze onderbuik en in het onderste puntje van ons hart (bewustzijn), woelt het nog wel, maar onze ratio is zo naarstig op zoek om de waarheid in de buitenwereld te vinden, dat deze innerlijke onrust wordt genegeerd. Het hoofd wordt sterker. En daarmee ook ons ego beseft.

Waarheid wordt blinde vlek.

We worden ouder...

De zoektocht intensiveert zich bij velen. Bij degenen waar dit niet gebeurt, komt er steeds meer een afvlakking van het gevoel. In ons zelf treedt er verharding op. We moeten wel, denken we. Om te overleven. Ons hoofd kan anders het leven niet aan. Onze essentie, diep verborgen in ons systeem, trekt zich dieper terug. Klachten ontstaan, heel geleidelijk aan. Soms mentaal, soms lichamelijk en soms emotioneel. Nog steeds naarstig op zoek naar de ontmaskering van de leugen. Op zoek naar de waarheid achter het verhaal.

Iedereen die zich in een vroege fase van hun spirituele en psychologische ontwikkeling bevindt, is meestal niet in staat om eerlijk te zijn tegenover zichzelf. Dat is ook een zeer complex proces. Hoe meer we namelijk naar binnen keren, hoe meer we erachter komen, dat we onze gevoelsessentie diep hebben weggestopt. Een wel zeer pijnlijke conclusie. Daarbij heeft iedereen wel een mening over ons en worden we vaak vergeleken met andere mensen. We creëren daarom illusies om onze gemaakte keuzes te rationaliseren en om onze pijn in het mentale bewustzijn, als herinnering op te slaan.

En dan zijn we op leeftijd...

We kennen inmiddels de klappen van de zweep van het leven. We weten inmiddels dat mensen elkaar en vooral onszelf, kunnen kwetsen. We ervaren onze woelige binnenwereld, maar zijn er ook vooral achter gekomen dat ons hoofd niet langer het levensgevoel kan

regisseren. Het sluitstuk valt met de heftige conclusie dat we nog steeds op zoek zijn naar onszelf en simpelweg ons gevoel willen leven. Zonder angst.

De T splitsing volgt:

Gaan we dieper in onszelf ons gevoel ontmoeten of nemen we de kortste route richting het hoofd?

De meeste spirituele zoekende mensen, nemen de route richting hun hoofd. Het zal je misschien verbazen, maar de meeste spirituele mensen zoeken de waarheid over zichzelf, in de buitenwereld. Zich niet bewust, dat het leven enkel om je binnenwereld verkennen gaat om zodoende navigerend de buitenwereld aan te gaan. Zo binnen zo buiten, is gemakkelijk gezegd. Maar wel de waarheid...

In deze fase bevindt zich de mensheid nu. Iedereen praat over de 5e dimensie, maar wie beseft zich dat deze zich in jezelf afspeelt? De vijfde dimensie is transparant zijn over je gevoel, openheid geven over je binnenwereld en de liefde tussen elkaar rijkelijk laten stromen. Dan creëert zich een sterk bewustzijnsveld om je heen. Laten we dit veld maar Goddelijk noemen. Vanuit je binnenste gevoel, stap je de buitenwereld in. Het Goddelijke veld beschermend om je heen. Niet langer is de waarheid buiten je zelf te vinden, maar voelbaar in je eigen ZIJN. Hoofd, hart en buik komen samen. Je kent je pijn, maar ook je geluk. Je ervaart soms wanhoop, maar ook de liefde. Het is er tegelijkertijd. Leven is eigenlijk zo simpel: het nodigt ons alleen maar uit om onszelf te zijn.

Wat is de dan de Waarheid?

Dat jij jezelf bent vanuit datgeen wat je diep van binnen voelt.

Een baby komt ter wereld zonder gedachten. Het ervaart en voelt wat er in de buitenwereld is.

Het bewustzijn is nog open, de huid nog zacht en roze.

Die kwetsbaarheid is de weg terug naar wie we daadwerkelijk zijn. Want we herkennen God en het Goddelijke, enkel in ons naakte aangezicht.

De naakte Waarheid. Ligt enkel in ieder mens zelf. Diep verborgen, het is de weg terug naar jezelf. Loop je mee?

Helma Broekman

www.nieuwedageraad.nl

www.lichtkind.nl

Telegram: t.me/centrumlichtkind

Stichting Athanasia is een kritische, onafhankelijke stichting die zich bezighoudt met parapsychologisch, psychologisch en wijsgerig onderzoek naar leven na de dood, persoonlijke reïncarnatie, communicatie met overledenen en de evolutie van de persoonlijke ziel of geest. Daaronder vallen bijvoorbeeld ook onderwerpen zoals buitenzintuiglijke waarneming, psychokinese, fijnstoffelijkheid, en bewustzijn bij dieren. Namens stichting Athanasia schrijft drs. Titus Rivas elke keer een artikel voor Paraview.

Apporten

door Stichting Athanasia

Hondenliefhebbers kennen allemaal het verschijnsel apporteren en het daaraan gekoppelde commando "Apport". Hierbij is het de bedoeling dat de hond bij wijze van spel achter een speeltje, stok of bal aanrent en dit terugbrengt naar de baas. Het woord is afgeleid van de Franse term apporter die grofweg "brengen" betekent. In het Frans komt het uiteraard in allerlei verbanden voor, maar ook in het Nederlands is er nog een andere betekenis van apporteren. Het gaat dan om een parapsychologisch fenomeen; het direct paranormaal verplaatsen van voorwerpen van de ene naar de andere ruimte.

Paranormale apporten

De voorwerpen in kwestie lopen sterk uiteen, van stenen tot bloemen en zelfs levende vogels. Men hoeft niet te weten waar een object vandaan komt om het toch een apport te mogen noemen. Wel moet er een reden zijn om aan te nemen dat een voorwerp voordat het zich laat zien al bestond. In sommige gevallen is dat niet zo, bijvoorbeeld wanneer er een boek tevoorschijn komt dat nooit eerder gedrukt is. In dat geval spreekt men eerder van materialisatie dan van apporten. Je zou kunnen zeggen dat apporten een specifieke vorm van materialisatie moeten behelzen, namelijk het opnieuw materialiseren van een ding dat daarvoor ergens anders verdwenen was.

Hoe vreemd een parapsychologisch apport ook moge lijken, er zijn in de loop van de geschiedenis veel ervaringen gemeld die het bestaan ervan zouden ondersteunen.

Allerlei spontane gevallen

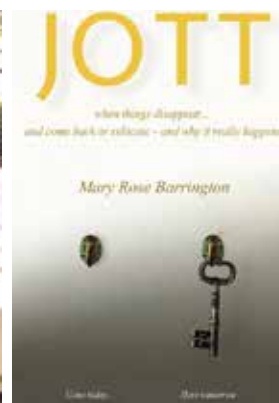
Het boek JOTT van Mary Rose Barrington behandelt onder andere recente ervaringen met apporten. De objecten waar het om draait zijn alledaagse voorwerpen, zoals sleutels, brieven, grammofoonplaten, sieraden en boeken. Iemand verliest bijvoorbeeld haar leesbril en die wordt uiteindelijk boven op een hoge kast teruggevonden. Een ouder voorbeeld stamt uit 1844 en is afkomstig van ene Dr. Larkin uit Wrentham in Massachusetts.

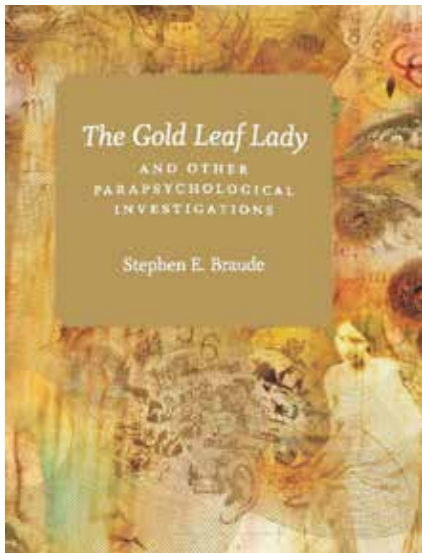
Zijn gezin had een huishoudster, Mary Jane geheten, die bekend stond om de vreemde gebeurtenissen die zich in haar omgeving voordeden. Larkin beschrijft hoe zijn hele gezin zich een keer verzameld had rond een bank waar Mary Jane op lag. De deuren van de kamer waren gesloten en toch werd er zomaar uit het niets een strijkijzer in hun midden neergezet. Dit strijkijzer had zich daarvoor in de keuken bevonden. Toen zijn vrouw vroeg om het voorwerp weer te laten verdwijnen, gebeurde dit meteen. De volgende dag werd het strijkijzer in de keuken teruggevonden, terwijl alle aangrenzende deuren gesloten waren gebleven.

Bij poltergeistgevallen kunnen spontane apporten ook vaak een rol spelen. Er kunnen dan bijvoorbeeld kleine voorwerpen uit het niets verschijnen, zoals sieraden of kristallen, maar ook stenenregens kunnen als apporten worden beschouwd. De gedachte is dan dat de gebruikte stenen reeds bestonden. Zo kan er

ook sprake zijn van het uit het niets verschijnen van plassen water in huis. Stenenregens zijn overigens eveneens binnen waargenomen terwijl de buitendeuren gesloten waren. Verder bestaan er gevallen waarin er stenen door een gesloten raam of dak naar binnen leken te 'regenen' zonder dat deze beschadigd werden.

Het bekende Britse medium en paranormaal genezer Matthew Manning had als 12-jarige puber last van poltergeistachtige ervaringen. Voorwerpen bewogen uit zichzelf in het rond, er waren klop geluiden te horen en er verschenen geschreven teksten op muren en plafonds. Uiteindelijk werd hij naar een kostschool gestuurd en daar bleven de merkwaardige verschijnselen zich voordoen. Er kwamen onder meer apporten van bakstenen, kiezelstenen, messen en glas bij. Op volwassen leeftijd werd dit nog verder uitgebreid, onder andere met een brood dat er erg oud uitzag, fossielen en een oude kaars van bijenwas.





De vrouw met de goudfolie

Een grondig onderzochte spontane casus rond apporten betreft de Amerikaanse huisvrouw uit Florida, Katie. Net als Matthew Manning beschikte zij over diverse paranormale vermogens en net als in zijn geval deden de apporten zich spontaan voor. Een belangrijk verschil was echter dat het bij haar vooral om goudfolie ging, die zich spontaan op haar huid manifesteerde. Dit gebeurde vooral op haar gezicht, maar ook op haar handen, armen, middel en soms ook op haar benen.

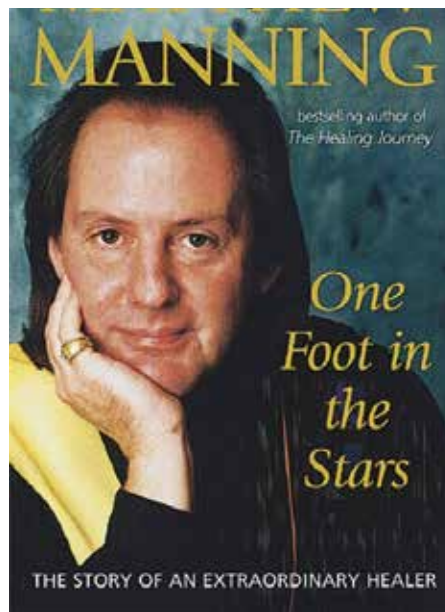
Onderzoekers, waaronder Stephen Braude stelden vast dat het om normale goudfolie ging en dat Katie geen bedriegster was. Ze lieten dit laatste staven door professionele illusionisten die niet wisten hoe ze het fenomeen kunstmatig zouden kunnen nabootsen. Bovendien bekeken ze haar kleding om te kijken of ze de folie daarin verstopt kon hebben. Uit de samenstelling van de goudfolie kon men afleiden dat Katie zichzelf vergiftigd zou hebben als ze grote hoeveelheden folie in haar mond of andere lichaamsopeningen zou hebben gestopt.

Men betwijfelt overigens of het bij de goudfolie strikt genomen om een apport gaat of eerder om een andere vorm van materialisatie, maar waar men niet of nauwelijks aan twijfelt is dat het werkelijk om een goed gedocumenteerd en regelmatig waargenomen paranormaal fenomeen moet gaan.

Mediums en wonderdoeners

Spiritistische mediums zoals Manning maken tijdens hun jeugd al vaak een keur aan paranormale ervaringen

mee. Voor een deel zou men die kunnen opvatten als voorbereiding op wat er later zou komen. Apporten worden zo ook van oudsher gemeld tijdens spiritistische seances. Ze kunnen bijvoorbeeld bestaan uit stenen, persoonlijke bezittingen of bloemen. Toen het spiritisme nog niet zo lang bestond, vormden apporten zelfs een van de meest voorkomende aspecten van een seance. Soms vlogen apporten daarbij door de lucht en tegen het gezicht van aanzitters aan, en in andere gevallen verschenen ze uit het niets op een tafel of bij iemand op schoot. Er bestaan bovendien claims over apporten van levende dieren. Uit de beginjaren van het Amerikaanse spiritisme stamt bijvoorbeeld een casus van



de materialisatie van een witte duif bij een spiritistenkring in Boston. Elf eerbiedwaardige burgers van die stad zouden er getuige van zijn geweest hoe er in een ruimte die reeds 24 uur van tevoren hermetisch gesloten was een witte duif gematerialiseerd was. Een aantal mediums bij wie dergelijke verschijnselen gemeld werden viel uiteindelijk door de mand als ordinaire bedriegers. Men constateerde bijvoorbeeld dat ze de schijnbaar geapporteerde voorwerpen van tevoren hadden verstopt in hun kleding of zelfs op of in hun lichaam. Na deze ontmaskeringen nam ook de frequentie van het aantal apporten af. Er werd minder waarde aan gehecht, omdat men besepte dat het vaak om een vorm van goochelen of illusionisme kon gaan.

Dit gold later ook voor zogeheten psychische chirurgie die enkele decennia geleden tamelijk populair was. Daarbij zouden mediums met hun blote

handen of een scalpel zieke delen van organen of weefsels uit een lichaam verwijderen zonder dat sprake was van veel bloedverlies of littekens. Onderzoek wees uit dat het doorgaans niet eens om menselijke weefsels ging, maar om slachtafval, zodat de hype uiteindelijk weer wegebde.

Gecontroleerd onderzoek

Parapsychologen hebben enkele pogingen gedaan om de echtheid van rapporten vast te stellen bij mediums en andere begaafde personen die geen allround oplichters leken, maar in de meeste gevallen bleven hun resultaten multi-interpretabel. Dit lag aan het feit dat de onderzoekers niet in staat waren alle normale verklaringen voldoende uit te sluiten of dat mediums niet akkoord gingen met alle benodigde maatregelen op dat punt. Dit geldt bijvoorbeeld voor de bekende Indiase wonderdoener Sai Baba. Hoewel onderzoekers als Erlendur Haraldsson probeerden om normale factoren weg te strepen, lijken er toch aanwijzingen te bestaan dat Sai Baba bedrog pleegde bij zijn mogelijke apporten en andere vormen van materialisatie. Van sommige recente mediums die veelbelovend leken, zoals de Duitser Kai Mügge, bekend van de Felix Experimental Group, neemt men inmiddels zelfs vrij algemeen aan dat ze zonder meer betraapt zijn op bedrog. Dit werpt natuurlijk een schaduw over al hun claims.

Een ander probleem waar onderzoekers mee te maken krijgen, is dat claims vaak nogal opgeklopt blijken en dat er uiteindelijk weinig meer vastgesteld kan worden dan onduidelijke aanwijzingen voor paranormale processen. Dit zou volgens critici bijvoorbeeld gelden voor de fenomenen die zich voorgedaan hadden bij een experimentele paranormale groep in Scole. Hun aanspraken over apporten zoals munten, zakdoeken en medaillons zouden onvoldoende hardgemaakt kunnen worden.



Om dergelijke redenen is er nog altijd weinig goed bewijsmateriaal verzameld voor het doelbewust oproepen van apporten door mediums. Om die reden dienen paranormale apporten volgens de gezaghebbende Society For Psychical Research in het algemeen zelfs als een van de zwakst onderbouwde fenomenen te worden beschouwd. Maar dat is zeker te kort door de bocht als je spontane ervaringen met (niet-opgeroepen) apporten meeneemt.

Theorievorming rond echte apporten

Het bewijsmateriaal voor paranormale apporten betreft, zoals we hebben gezien, vooral spontane gevallen. Als we op basis daarvan aannemen dat het verschijnsel echt bestaat, hoe kunnen we het dan het beste verklaren? Er zijn wat dit betreft van oudsher twee parapsychologische kampen.

De oudste theorie komt overeen met die van spiritisten: De apporten worden veroorzaakt door geesten van overledenen die ons op die manier willen laten weten dat ze er nog zijn en tot dingen in staat zijn, die op aarde normaliter als onmogelijk worden beschouwd. Die theorie lijkt vooral interessant in gevallen van poltergeist of spookhuizen wanneer de apporten gepaard gaan met paranormale boodschappen van gezijde. Deze combinatie schijnt zich voorgedaan te hebben bij Matthew Manning. In zijn aanwezigheid verschenen er bijvoorbeeld naast apporten ook uit het niets woorden op een muur die samen verifieerbare informatie bevatten over overledenen waar hij nog nooit van gehoord had. Iets dergelijks geldt ook voor apporten tijdens seances die gepaard zouden gaan met boodschappen van tot dan toe onbekende overledenen, van wie later het bestaan kan worden

vastgesteld. Voor zover bekend zijn dergelijke casussen zeldzaam, aangezien apporten meestal voor lijken te komen bij mediums die voornamelijk spectaculaire tastbare verschijnselen produceren, de zogeheten fysieke (of 'fysische') mediums. Zij staan veel minder bekend om daaraan gekoppelde paranormale informatie. Tegenover de spiritistische theorie staat de psychologische theorie, onder meer geformuleerd door de Franse onderzoeker René Sudre, dat de onbewuste menselijke geest verantwoordelijk is voor de apporten. We zouden zelf onbewust zo'n grote psychokinetische invloed kunnen uitoefenen op fysieke voorwerpen dat we in bepaalde gevallen kunnen bepalen of deze zich fysiek manifesteren of niet.

Een ander twistpunt betreft de precieze manier waarop de apporten zouden worden voortgebracht. Enerzijds heb je wat dit betreft geleerden, zoals Johan Zöllner, Cesare Lombrose en Camille Flammarion, die meenden dat de voorwerpen vanuit de aardse dimensies werden opgetild in een fysieke 'vierde dimensie', zodat ze hier verdwenen, en vervolgens vanuit die vierde dimensie weer terugkeerden naar onze wereld. Anderzijds zijn er de onderzoekers die stellen dat apporten aardse objecten zijn die eerst ergens gematerialiseerd worden (verdwijnen) en vervolgens weer gematerialiseerd (verschijnen) op een andere plaats. Er zou een nog onbekende verschijningsvorm van de materie in het spel zijn, waarbij voorwerpen onzichtbaar zouden zijn. In die toestand zouden ze dus schijnbaar kunnen verdwijnen om dan elders weer zichtbaar gemaakt te worden.

Om ooit verder te kunnen komen in het doorgronden van deze kwesties, zou men nog meer bewijsmateriaal moeten verzamelen.

Literatuur

Apports, lemma bij Encyclopedia.com, ongedateerd. Zie: <https://www.encyclopedia.com/science/encyclopedias-almanacs-transcripts-and-maps/apports>

Barrington, M.R. (2018). JOTT. Anomalist Books.

Braude, S. (2007). The Gold Leaf Lady and Other Parapsychological Investigations.

Manning, M. (1974). Matthew Manning: Een paranormaal fenomeen.

Mulacz, P. (2015). Fall of the House of Felix? Paranormal Review, 74 (Spring): 16-22.

Nahm, M. (2014). The Development and Phenomena of a Circle for Physical Mediumship. Journal of Scientific Exploration, 28 (1): 229-283.

Solomon, G. and J. (1999). The Scoble Experiment. London: Piatkus.

Zöllner, J. C. F. (1888). Transcendental Physics. London. University of Chicago Press.

Ook een paranormale ervaring gehad?

Blijft u ons vooral schrijven over paranormale ervaringen rond een leven na de dood, reïncarnatie, bijna-doodervaringen, sterfbedvisioenen, contacten met overleden, uittredingen, waarnemingen van aura's door jonge kinderen, etc. En sla s.v.p. onze tafel niet over als we op een van de beurzen staan.

Stichting Athanasia postadres:
Darrenhof 9 6533 RT Nijmegen
(niet zonder afspraak bezoeken)

Titus Rivas (onderzoek)
titusrivas@hotmail.com



Aniek is de oprichtster van de PUUR POWER Academie

Hiermee wil ze vrouwen met een druk leven helpen beter voor zichzelf te zorgen, want vaak doen ze dat wel heel goed voor anderen, maar niet zo goed voor zichzelf. In de Paraview deelt ze graag haar visie en tips. Deze zijn ook toepasbaar voor mannen uiteraard!



OEFENING

Elke dag bij het opstaan en naar bed gaan leg je even je hand op je hart. Sluit je je ogen. En visualiseer je dat je een paar keer rustig in- en uitademt door je hart naar binnen en naar buiten. En zeg je een paar keer tegen je hart "Ik vertrouw op jou". Je zult merken dat je vaker je hart gaat horen. En dan is het natuurlijk wel de bedoeling dat je er iets mee doet ;-)

Luister naar je hart

Jarenlang een verkeerde leefstijl (bewust of onbewust) zorgt een keer voor klachten. En als leefstijl de oorzaak is, is leefstijl ook de oplossing!

Luister jij al naar je hart? Als je dat meer gaat doen, dan gebeuren er magische dingen, zo heb ik zelf ondervonden. Maar voordat je verder leest, probeer dit te lezen vanuit je hart, niet vanuit je hoofd.

Je hoofd gaat er namelijk van alles van vinden, waardoor je niet open staat voor nieuwe inzichten. Je denkt bijvoorbeeld 'Dat doe ik al' of juist 'Dat is veel te moeilijk'. En als je in je hoofd vastzit mis je de pareltjes en boodschappen die in deze tekst voor jou verborgen zitten. En kun je niet voelen of deze informatie klopt of niet. Voelen inderdaad. Niet weten. Dat is het verschil tussen hoofd en hart. Je hoofd zal alles wat je hoort, ziet, leest en meemaakt direct willen beoordelen.

Terwijl je hart veel beter voelt wat klopend is. Je hart weet welke informatie, weg, stap, persoon, kans of keuze voor jou juist is en de bedoeling is. Luister je meer naar je hart, naar je gevoel, dan ga je heel snel merken dat het leven een stuk prettiger verloopt.

Want als je alleen je hoofd volgt, dan ga je misschien wel de verkeerde weg in en wordt het hard werken, vechten en zwemmen. Vaak tegen de stroom in. Je doet zoals er van je verwacht wordt, zoals het hoort, maar dit hoeft helemaal niet jouw manier te zijn. Dan wordt het een vermoeiende en lange weg om uiteindelijk misschien wel op hetzelfde punt uit te komen. Maar het heeft je veel gekost.

Volg jij je hart, dan gaan de dingen veel soepeler, bijna moeiteloos. Want 'toevalligheden' gaan je helpen. De juiste mensen, kansen, ingevingen en middelen komen precies op het juiste moment op je pad. Alsof je gesteund en gedragen wordt. En dat is ook zo. Maar hiervoor moet jij je durven overgeven aan je gevoel, je ingevingen. Vertrouwen durven hebben, want je kunt dit pad niet voorspellen (met je hoofd). Je weet niet precies wat er gaat gebeuren. Maar belangrijk is dat je een 'wéten' voelt, dat het naar iets prachtigs gaat leiden. Blijf altijd vertrouwen hebben. Als iets mis lijkt te gaan, denk dan "Er is vast iets beters voor mij onderweg".

Want ook op het pad van je hart heb je wel eens tegenslag, maar vertrouw erop (en weet) dat dit dan de bedoeling is. Omdat je bijvoorbeeld hulp moet gaan vragen en zo bij de juiste persoon terecht komt. Of omdat je door tegenslag jezelf beter leert kennen en merkt hoe krachtig je eigenlijk bent. Of omdat er iets veel beters voor jou de bedoeling is, maar je kunt het nog niet zien.

Blijf altijd vertrouwen houden, als je hart een sprongetje maakt dan zou ik dat gevoel volgen. Er komt altijd iets fantastisch uit voort. Mooier dan jij met je hoofd had kunnen voorstellen of durven dromen. Sinds ik luister naar mijn hart kwamen er nieuwe mensen op mijn pad die me zoveel geleerd hebben. Die me lieten zien hoe ik op een andere manier kon leven. Een stuk lichter en meer in flow. Ik heb er zoveel kracht door gekregen. Dat ik nu voor altijd op mezelf (mijn hart) en het leven durf te vertrouwen.

Dat kun jij ook! Ik zal je een persoonlijk voorbeeld geven. Mensen vinden het soms raar dat ik geen flauw idee heb waar ik over 5 jaar wil zijn. Ik ben niet zo'n planner. Ook niet binnen mijn bedrijf. Ik laat me leiden door mijn gevoel, mijn intuïtie. Als iets goed voelt, dan doe ik het. Als ik een tof idee heb en ik word er enthousiast van, dan doe ik het. Ook al is het spannend en nieuw. Als ik enthousiast ben is dat een teken voor mij om het te volgen. Ook als steeds weer hetzelfde idee voorbijkomt, of een persoon, of een kans, of suggestie waar ik blij van word, dan zie ik dat als 'de bedoeling'. Dan moet ik daar dus blijkbaar iets mee. Ik weet dan vaak niet precies waar het toe leidt, maar ik neem gewoon de eerste stap in de richting en laat me leiden door mijn hart. Als ik er geen plezier aan beleef, dan kan het nooit een succes worden namelijk. Dus ik volg liever mijn enthousiasme, dan een plan. En dan komen dus altijd 'ineens' de juiste mensen op mijn pad. Kansen en 'toevalligheden'. Alsof het leven me cadeautjes geeft omdat ik mijn hart (intuïtie) volg. Op die manier mijn werk doen voelt zo fijn. Soms trap ik ook nog wel eens in de valkuil, dat iemand me zegt dat ik iets op

een andere manier moet doen, want zo hoort dat. En als ik die andere manier, die eigenlijk helemaal niet bij mij past of me blij maakt, probeer door te zetten rooft het zoveel energie en lichtheid bij mij dat het geen succes wordt. En altijd kom ik dan tot de conclusie 'Eigenlijk wist ik al dat dit geen succes zou worden. Hier krijg ik geen energie van'.

Zo is het ook met mijn coaching. Doordat ik opensta en intuïtief de juiste woorden zeg tijdens intakegesprekken, melden altijd de juiste vrouwen zich aan die ik kan helpen. Zelfs als er in het begin nog wat weerstand is, lukt het toch om haar open te breken omdat ik niks probeer te forceren. Omdat als het de bedoeling is dat ik haar help, ik erop vertrouw dat dat zal gebeuren. En mijn intuïtie heeft me nog nooit in de steek gelaten. De juiste woorden vloeien uit mijn mond en raken haar op de juiste manier, zodat ze opengebroken wordt en begint te voelen dat het klopt. Alsof puzzelstukjes beginnen te passen en kwartjes beginnen te vallen. Het gebeurt altijd. Ik zie dat haar blik verandert. Vaak zeg ik dan "Je hebt hem he!". Want ik zie haar oogopslag, energie en houding veranderen. Ze snapt ineens het grotere geheel. En dat zorgt voor magie. Zo mooi om intuïtief te coachen. Precies dat kunnen zeggen wat de ander moest horen. De tools mee te geven die erbij passen. En dan te zien dat ze zich veel beter is gaan voelen. Lichter. Sterker. Stabieler. Gelukkiger.

Iedereen is intuïtief, jij ook. Dat is wie je in essentie bent. Iedereen heeft die krachtbron. Jij ook, je hebt het misschien al een tijdje niet gevoeld, maar het zit er altijd nog. Als je vaker rust inplant voor jezelf en zorgt dat je energie stabiel is, dan kun je die krachtbron weer voelen. Dan maak je er weer contact mee. Je energie, je vibe is hierbij heel belangrijk. Je energie zou jouw allerbelangrijkste prioriteit in je leven moeten zijn. Als je moe bent ga je in je hoofd zitten. Als je ontspannen en uitgerust bent kun je naar je hart afdalen. Wat denk je dat er gebeurt als je dat vaker doet? Als je vaker en vaker naar binnen keert? Man, dan ga je vliegen!

Yoghurt met peer en noten

Nodig:

- naturel yoghurt
- ½ peer in stukjes
- 25 gram amandelen
- 20 gram walnoten
- 15 gram moerbeien
- 5 gram kokosvlokken

Bereidingswijze:

Doe de yoghurt in een schaal. Snij de peer in stukjes en voeg deze toe. Strooi de amandelen, walnoten en moerbeien en kokosvlokken eroverheen.



De sleutel van het leven die jouw Zijn ontgrendelt

Spirituele Zinbeleving in het Hier en Nu

Door Inge Geertzen | www.ingspire.nl ©



Jarenlang een verkeerde leefstijl (bewust of onbewust) zorgt een keer voor klachten. En als leefstijl de oorzaak is, is leefstijl ook de oplossing! Universele wijsheden omvatten het verleden, het heden en de toekomst. Sommige lessen geven ons een helder en rechtstreeks inzicht in de natuur van de werkelijkheid. In de essentie van zinbeleving in het Hier en Nu ligt een enorme kracht verscholen. Een non-dualistische visie waarin wij allen één zijn, waaruit alles is en mag ontstaan vol met spirituele ervaringen.



We willen allemaal een doel hebben en een gevoel van betekenis ervaren in ons leven. Zo kunnen we vanuit het gewone in het buitengewone terecht komen. Door bijvoorbeeld een ingrijpende gebeurtenis zoeken we naar meer zingeving. In hogere spirituele sferen kunnen we waarheden ontdekken en betekenis geven aan gebeurtenissen en ervaringen. We duiken in zelfreflectie en spiritueel groeien waar we vervolgens de kracht ontdekken van het gewoon zijn. We vinden het diepzinnige in het eenvoudige doodgewone Zijn.

In dit doodgewone Zijn willen we vervolgens een meer waardevolle invulling geven aan ons leven.

Het gewone en buitengewone tonen beiden de kracht van 'er gewoon zijn' in het Hier en Nu en ons daar verbonden voelen. Het Nu is de meest kostbare en belangrijkste tijd die is gegeven om het leven ten diepste aan te raken. Het Nu is een cadeau om in te mogen bestaan en in te leven. Je mag hier zijn zoals je bent, zonder daar iets voor te hoeven doen. 'In het doodgewone vinden we het buitengewone en in het buitengewone vinden we het doodgewone, het gewone van simpelweg Zijn' - Ingspire

Bewust gewaar zijn

Aandacht schenken aan de eenvoudige dingen die we in het moment beleven draagt bij aan zingeving en de rijkdom van het leven. Zo kan elk moment

in het Nu ons toegang geven tot het (weer) verbonden voelen met alles en iedereen. Bijvoorbeeld een moment met de wind die jou aanraakt, een moment dat de zon schaduw schept en zo nieuwe creaties aan je toont of het moment dat je opgemerkt en gezien wordt door een ander (mens of dier) door enkel te zijn.

In de momenten van het Hier en Nu waar je bewust gewaar bent ontstaan zuivere waarnemingen en ervaringen. Deze doen beseffen dat je verbonden bent met al het andere. Je ervaart bewust het leven om je heen en daarmee de levenskracht in jou die (weer) aangewakkerd wordt. Elke keer terugkomen in het huidige moment geeft ruimte voor adem en stilte.



Stilte waarin het fundament van begrip, inzicht en kracht zich ontvouwt. Je blijven verbinden in het Nu geeft je de kracht voor morgen'- Ingspre Je ware thuis

Spiritualiteit kan ons een betekenisvolle verbinding brengen met iets groters dan onszelf. In het buitengewone van simpelweg 'Zijn' mogen we allen één zijn waaruit alles ontstaat. Niet alles ligt in onze eigen handen maar met een bewust spiritueel leven kan je véer komen, namelijk thuiskomen bij jezelf in het Hier en Nu. Met een bewust leven vind je de moed in het Zijn.

Met een bewust leven vind je de kracht in het Zijn. Met een bewust spiritueel leven vind je een nieuwe werkelijkheid. Spiritualiteit is net als betekenis: diep persoonlijk, magisch en allesomvattend.

In moeilijke tijden maar juist ook in betere tijden gaat het om zinbele-

ving in het moment in plaats van wat komen gaat. Met mindful vertoeven in het heden ontstaat er ruimte om tegelijkertijd het verleden én de toekomst aan te raken. Een dieper moment van contact. Hoe mooi is het dat de sleutel

tot het geheim van het buitengewone ligt in het Zijn van het gewone, vol met spirituele ervaringen.

Door Inge Geertzen
www.ingspire.nl ©

Affirmaties Terugkomen in het Hier en Nu

Ik blijf zijn

Ik haal energie uit het Nu

Mijn ware essentie is levendig wakker

Mijn adem is mijn anker naar het Hier en Nu

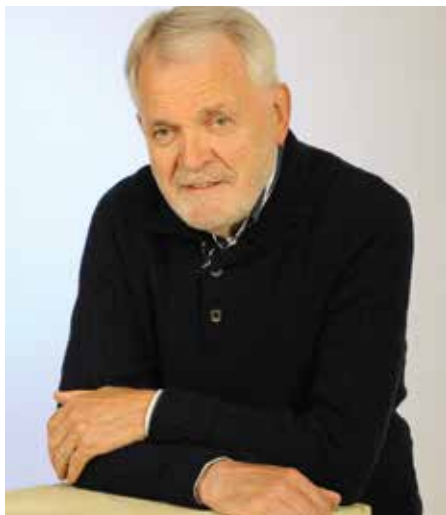
Affirmaties voor Spirituele hogere sferen

Ik sterf nooit

Het universum is in mij

Mijn innerlijk licht is helder en levend

Ik ontvang levenslessen met nieuwsgierigheid en gratie



Oorzaak en gevolg

Jij als mens bepaalt zelf zowel de Oorzaak als het Gevolg. Het is een onderdeel van de universele wet van AANTREKKING. Als je positief bent en liefdevol staat tegenover alles en iedereen, dan trek je dat overeenkomstig aan en keert het daarmee bij je terug. Maar ben je met negatieve zaken bezig, of heb je negatieve gevoelens naar een ander, dan keert dat ook volledig bij je terug en raak je steeds verder van jezelf vandaan en wordt het steeds moeilijker in je eigen kern te komen.

Negativiteit is gekoppeld aan een kosmisch energieveld dat de materiële mens met zijn denkvermogen heel subtiel uit zijn balans haalt.

Dat is de makkelijke weg, omdat de materie dicht bij de mens ligt en waar hij, voordat hij het in de gaten heeft, volledig in kan verdrinken. Bewustwording is zijn redding en genezing. En dat is de actualiteit van de tijd waarin we nu leven. De weg naar het Licht is een minder gemakkelijke weg, van afzien en loslaten. Graag wil ik laten zien, hoe het leven is opgebouwd en dat alles wat je geleerd hebt bestaat uit leugens en verzinsels; dat is de indoc-trine die je hebt meegekregen.

Alle dingen, gebeurtenissen en mensen, die in ons leven opduiken, creëren we zelf. Energie beweegt in cirkels en iedere impuls, die voortkomt uit je denken, spreken en gevoel, zendt een resonantie uit in het universum, dat naar jou terugkeert en jouw werkelijkheid schept. De meest dominante gedachten trek je aan.

Alles wat in jouw leven gebeurt, heb je zelf aangetrokken. De oorzaak van het gevolg ben je dus zelf, dat je hebt gecreëerd, met andere woorden: dat, wat je is overkomen. Ben je dus niet waakzaam en bewust, dan kun je zaken aantrekken waarbij je later moeite hebt met de gevolgen die het oplevert. Dit geldt zowel voor positieve als negatieve zaken. Maar als je deze wet optimaal wilt hanteren en gebruiken, zal je op een bewuste wijze optimaal met je leven moeten omgaan.

Daar kom je nooit bij als je je niet wilt openstellen en optimaal gebruik wilt maken van de mogelijkheden die je pad kruisen.

Ook zal het niet lukken zolang je nog met blokkades blijft rondlopen, die je altijd zelf staande houdt en niet wilt

opruimen. Het gevolg van zo'n houding heeft altijd een negatieve uitwerking. Daar komen dan de meest nare gevolgen uit voort, zoals projecties, kritiek, narcistisch gedrag, enz.

Maar als je dat wilt keren, dan begin je bij jezelf te onderkennen dat jij een deel van het universum bent en dat jouw lichaam een woning of tempel is waarin jij woont.

Tegelijkertijd ga je je dan verantwoordelijk voelen voor jezelf en je omgeving. Dan ga je je huis goed onderhouden, omdat je bewust bent geworden dat je goed voor je lichaam moet zorgen. En dat betekent dan dat je gezond gaat eten en drinken, je lichaam laten bewegen en dat je positief dient te denken. Anders kun je in handen van mensen vallen, die het niet goed met je voorhebben, zoals artsen, farmaceuten en anderen, door wie je op een negatieve manier wordt beïnvloed. En dat betekent simpelweg: AFBRAAK. Kijk in de spiegel naar jezelf. Niet vanuit 'ego', maar kijk in de spiegel vanuit je 'zijn'.

Het is goed om in de spiegel te kijken naar wie je werkelijk bent. Kijk eens in de spiegel waarom je zo mooi bent; niet naar het uiterlijk, maar naar datgene wat door jouw ogen het Licht laat uitstralen. Niet het uiterlijk is belangrijk, maar het Licht dat jou omgeeft. Kijk in de spiegel waarheen je gaat. Kijk in de spiegel waarom je stilstaat. Kijk in de spiegel en laat jouw Liefde stralen. Houd op met van alles te vergaren.

De Vader, jouw Bron, laat er alles voor jou zijn. En het moederlijk deel van God zalft alle menselijke pijn. Belangrijk is dat je volledig ontwaakt in het NU. Dat betekent volledig aanwezig zijn. Daarbij staat het ego buiten spel en valt zijn spel stil. Je kunt hier het metafoor han-

teren van de buitenspelregel van het voetbal. Want alles buiten het hier-en-nu is ego, zoals verleden en toekomst.

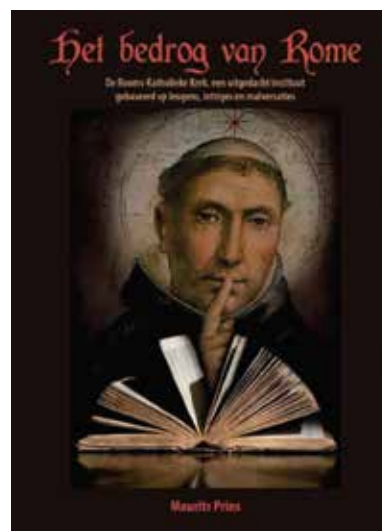
In het hier-en-nu leef je in verbinding met het 'zijn', jouw goddelijk-zijn.

En dat kan alleen maar door altijd aanwezig te zijn in die verbinding. Denk maar eens na over het volgende: Allen in één en één in alles. Alles wordt bepaald door de intentie waarmee je iets doet.

Als ik vertrouwen heb, nodig ik het goede uit. Om een verlicht mens te worden, kun je niet leren vanuit boeken. Hoe je met energie moet omgaan en hoe je in het leven moet staan, leer je door openstelling en in contact te treden met je diepere 'zelf'. Dan ga je liefdevol staan tegenover alles wat leeft en is. Dan kun je alle angsten laten varen over alles wat er heden op je af komt. Want wakker worden heeft ook alles met dit thema te maken.

Jij bent een vrij mens en besef daarbij dat jij niet je lichaam bent maar de materie en alles overschrijdt.

Maurits Prins



ADRESSENGIDS

ALTERNATIEVE GENEESWIJZEN

Aider
Blonk, Adri
Huibertplaat 7
8032 DD ZWOLLE
T: 038-7508700
E: acblonk@hotmail.com
W: www.aider.nl

(Sjamanistische)
Custic-Schellingerhout, Miranda
Meppelrade 143
2544 XN DEN HAAG
T: 06-57120032
E: sjamaanmiranda@yahoo.com
W: www.sjamaanmiranda.nl

Ilse van Bladel
Bladel, Ilse van
Hendrik van Nassaulaan 33
6585 KL MOOK
T: 06-28826300
E: ilsevanbladel@me.com
W: www.ilsevanbladel.nl

Natuurlijk Centrum Bewustzijn en Bloei
Douma, Aafke
Oosterzoom 59
9321 EH PEIZE
T: 06-23182041
E: natuurlijkcbb@gmail.com
W: www.natuurlijkcentrumbewustzijn
enbloei.nl

ASTROLOGIE

**Antwoorden en Inzichten,
Paranormale hulp- en advieslijn**
T: NL: 0909-0890 (€0,80 p/m)/
BE: 0903-36465 (€1,50 p/m)
E: info@barbara-paragnost.nl
W: www.antwoordeneninzichten.nl

AUTOMATISCH SCHRIFT

Catharina
ZOETERMEER
T: 079-3514391
F: 079-3514391

BOEKEN

Aider
Blonk, Adri
Zie *Alternatieve Geneeswijzen*

Centrum Lichtkind
Broekman, Helma
EMMEN
T: 06 47161875

E: info@lichtkind.nl
W: www.lichtkind.nl
www.nieuwedageraad.nl

Citadel, Uitgeverij
Heide, Jan C. van der
T: 071-5172870
F: 071-5174357
E: jancvanderheide@gmail.com
W: www.uitgeverijcitadel.com

(Gedichten)
Ingspire
E: info@ingspire.nl
W: www.ingspire.nl

Lire La Vie

E: anna@lirelavie.nl
W: www.lirelavie.nl

Universal Awakening
Prins, Maurits
de Werf 137875 BA EXLOO
T: 06-17575477
E: mauritsprins@hotmail.com
W: www.universalawakening.org

CHANNELEN/GIDSEN

Agnesiam
Grundt, Agnes de
zie *Automatisch Schrift*

Catharina
zie *Automatisch Schrift*

Slootemaker, E.
Lijnbaanstraat 56
1501 PD ZAANDAM
T: 075-6312729
E: info@evaslootemaker.nl
W: www.evaslootemaker.nl

(Dieren ook)
Sonja Dover
Medium voor mens, dier en bedrijf
Princestraat 32 A
2225 GC KATWIJK
T: 06-43961291 071-8885990
E: info@sonjadover.nl
W: www.sonjadover.nl

COACHING/COUNSELLING

**Antwoorden en Inzichten,
Paranormale hulp- en advieslijn**
zie *Astrologie*

(Vitaliteit, Leefstijl en Bewustwording)
Ilse van Bladel
Bladel, Ilse van
zie *Alternatieve Geneeswijzen*

Het Paarse Huis
Reinders, Pascal
Knotwilg 2A
4286 DE ALMKERK
T: 06-42845225
E: hetpaarsehuis@pascalreinders.nl
W: www.hetpaarsehuis.nl

Universal Awakening
Prins, Maurits
zie *Boeken*

DROOMUITLEG

Heutink, Gerard
Oudlaan 141
2672 AR NAALDWIJK
06-53337131
E: paragnost@gerardheutink.nl
W: www.gerardheutink.nl

EDELSTENEN/MINERALEN

TopEdelstenen.nl
Baas, Eric
Zutphensestraatweg 40D
6955 AJ ELLECOM
T: 06-30684873
E: info@topedelstenen.nl
W: www.topedelstenen.nl

Silverbol/Trykonion
Twuyver, Henk G. van
Harelbekerstraat 36
4826 AS BREDA
T: 076-8897360
E: info@trykonion.nl
info@silverbol.com
W: www.trykonion.nl
www.silverbol.com

ENERGETISCH REINIGEN

Natuurlijk Centrum Bewustzijn en Bloei
Douma, Aafke
zie *Alternatieve Geneeswijzen*

GEEST- & SPOOK VERSCHIJNSELEN

Athanasia, Stichting
Rivas, Titus
Darrenhof 9
6533 RT NIJMEGEN
T: 024-8487203
E: titusrivas@hotmail.com

Heide, Jan C. van der
Terweeweg 75
2341 CP OEGSTGEEST
T: 071-5172870
F: 071-5174357
E: jancvanderheide@gmail.com
W: www.jancvanderheide.com

GEZONDHEIDSSTENEN

TopEdelstenen.nl
Baas, Eric
zie Edelstenen/Mineralen

Silverbol/Trykonja
Twyuyver, Henk G. van
zie Edelstenen/Mineralen

HANDLIJKUNDE/HANDLEZEN

Wetsema, Richard
C-Beukenhof 6 (1 hoog)
6866 DH HEELSUM
T: 0317-317574
E: info@wetse.nl
W: www.wetse.nl

HEALING

Oils of Nature
Burgoyne, Trevor
Victor 13
6541 LL NIJMEGEN
T: 06-53737160
E: trevorburgoyne@hotmail.com
W: www.trevorburgoyne.com

Universal Awakening
Prins, Maurits
zie Boeken

HELDERVOELENDE/HELDERHORENDE EN WETENDE

(Dieren ook)
Custic-Schellingerhout, Miranda
zie Alternatieve Geneeswijzen

HELDERZIENDE/PSYCHOMETRIE
(Paragnoste)
Antwoorden en Inzichten,
Paranormale hulp- en advieslijn
zie Astrologie

Balans, Spirituele Organisatie.
Roosmalen, A.J.M. van
Dedemsvaartweg 435
2545 DG DEN HAAG

T: 070-3298231 06-42233092
E: info@spiritueleorganisatiebalans.org
W: www.spiritueleorganisatiebalans.org

Catharina
zie Automatisch Schrift

Centrum Lichtkind
Broekman, Helma
zie Boeken

(Dieren ook)
Custic-Schellingerhout, Miranda
zie Alternatieve Geneeswijzen

Heutink, Gerard
zie Droomuitleg

(Helderziende)
Klooster, Monique van der
Waleweinlaan 128
5665 CL GELDROEP
T: 040-2853182
E: m.vanderklooster@chello.nl
W: www.moniquevanderklooster.nl

Natuurlijk Centrum Bewustzijn en Bloei
Douma, Aafke
zie Alternatieve Geneeswijzen

Oils of Nature
Burgoyne, Trevor
zie Healing

Slootemaker, E.
zie Channelen/Gidsen

Sonja Dover Medium voor mens,
dier en bedrijf
Dover, Sonja
zie Channelen/Gidsen

Wetsema, Richard
Zie Handlijkunde/Handlezen

HYPNOTHERAPIE

De Verandering Zwolle
Ploeg, José van der
Geert Grootestraat 126
8022 CK Zwolle
T: 06-54681754
E: jose@deveranderingzwolle.nl
W: www.deveranderingzwolle.nl

Heide, Jan C. van der
zie Geest- & Spookverschijnselen

Klooster, Monique van der
zie Helderzienden/Psychometrie

KAARTLEGGEN/TAROT
Antwoorden en Inzichten,
Paranormale hulp- en advieslijn
zie Astrologie

Balans, Spirituele Organisatie
Roosmalen, A.J.M. van
zie Helderzienden/Psychometrie

Catharina
zie Automatisch Schrift

Het Paarse Huis
Reinders, Pascal
zie Coaching/Counseling

Slootemaker, E.
zie Channelen/Gidsen

Tarot Beroepsvereniging Nederland
Schneiderstraat 22
7555 LX HENGELO
T: 06-27338281
E: info@tarotberoepsvereniging.nl
W: www.tarotberoepsvereniging.nl

KLANKHEALING

De Verandering Zwolle
Ploeg, José van der
zie Hypnotherapie

MAGNETISEREN

Slootemaker, E.
zie Channelen/Gidsen

Wetsema, Richard
zie Handlijkunde/Handlezen

MEDIUMS

Custic-Schellingerhout, Miranda
zie Alternatieve Geneeswijzen

(Ook voor groepen)
Praktijk van der Kooij
Leeuwenburgh, Lia
Omgeving GOES
T: 0113-403988 06-15425102
E: cleeuw@kpnmail.nl

ADRESSENGIDS

(Dieren ook)
Sonja Dover, Medium voor mens,
dier en bedrijf
Dover, Sonja
zie Channelen/Gidsen

MUZIEK, NEW AGE

(Meditatieve)
Citadel, Uitgeverij
Heide, Jan C. van der
zie Boeken

NEW AGE ARTIKELEN/WEBWINKEL

Ingspire
zie Boeken

Lire La Vie
zie Boeken

Silverbol/Trykonion
Twuyver, Henk G. van
zie Edelstenen/Mineralen

TopEdelstenen.nl
Eric Baas
zie Edelstenen/Mineralen

NLP

Heide, Jan C. van der
zie Geest- & Spookverschijnselen

OPLEIDING/CURSUS/ WORKSHOP/SPIRITUEEL CENTRUM

Centrum Lichtkind
Broekman, Helma
zie Boeken

(Persoonlijke ontwikkeling, Creativiteit)
Het Paarse Huis
Reinders, Pascal
zie Coaching/Counseling

(Tarot)
Klooster, Monique van der
zie Helderzienden/Psychometrie

Natuurlijk Centrum Bewustzijn en Bloei
Douma, Aafke
zie Alternatieve Geneeswijzen

(Ook voor groepen)
Praktijk van der Kooij
Leeuwenburgh, Lia
zie Mediums

Tarot Beroepsvereniging Nederland
zie Kaartleggen/Tarot

Universal Awakening
Prins, Maurits

zie Boeken

Wetsema, Richard
zie Handlijnkunde/Handlezen

PARAPSYCHOLOGIE

Athanasia, Stichting
Rivas, Titus
zie Geest- & Spookverschijnselen

PENDELEN

TopEdelstenen.nl
Baas, Eric
zie Edelstenen/Mineralen

REGRESSIE/REÏNCARNATIE

De Verandering Zwolle
Ploeg, José van der
zie Hypnotherapie

Heide, Jan C. van der
zie Geest- & Spookverschijnselen

REIKI

Aider
Blonk, Adri
Zie Alternatieve Geneeswijzen

(Ook voor groepen)
Praktijk van der Kooij
Leeuwenburgh, Lia
zie Mediums

RITUELEN

(Spirituele Huwelijken)
Sonja Dover Medium voor mens,
dier en bedrijf
Dover, Sonja
zie Channelen/Gidsen

ROUWVERWERKING/ STERVENSBEGELEIDING

De Verandering Zwolle
Ploeg, José van der
zie Hypnotherapie

(Ook voor groepen)
Praktijk van der Kooij
Leeuwenburgh, Lia
zie Mediums

SIERADEN

Ingspire
zie Boeken

(Atlantische)
Silverbol/Trykonion
Twuyver, Henk G. van

zie Edelstenen/Mineralen

SJAMANISME

Custic-Schellingerhout, Miranda
zie Alternatieve Geneeswijzen

THERAPIE

(Touch of Matrix e.d.)
Aider
Blonk, Adri
Zie Alternatieve Geneeswijzen

(Orthomoleculaire)
Ilse van Bladel
Bladel, Ilse van
zie Alternatieve Geneeswijzen

(Energetisch en Holistisch Massage)
Reinders, Pascal
Het Paarse Huis
zie Coaching/Counseling

(Psycho-analytisch- hypnotherapeut)
Klooster, Monique van der
zie Helderzienden/Psychometrie

TIJDSCHRIFTEN

(Gedichten)
Ingspire
zie Boeken

(Columniste/Inspirator)
Inhulsen, Belinda
HAARLEM
T: 06-14979068
E: belindainhulsen@gmail.com

Paraview
Voorstraat 52
2251 BP VOORSCHOTEN
T: 071-5611934
E: beurzen@paraview.nl
W: www.paraview.nl

(Journalist, contentspecialist, schrijver
en fotograaf)
Melisa Verheijen
Verheijen, Melisa
Handelskade 162
7005 AL Doetinchem
T: 06-21863374
E: info@melisaverheijen.com
W: www.melisaverheijen.com

VOEDINGSADVIEZEN

Puur Power
Jonckers-Brand, Aniek
W: www.puur-power.nl

Ilse van Bladel
Bladel, Ilse van
zie Alternatieve Geneeswijzen

Voorspellingen 2021

Door Medium Sonja Dover

Katwijk, gestart op 11 t/m 13 november 2020.

Thema Coronavirus:

Het begon in maart 2020 en zoals het er nu uit ziet zal het rond het voorjaar/zomer 2022 over heel de wereld een halt zijn toegeroepen.

Dit virus verloopt zeer grillig met pieken en dalen. Corona besmettingen komen weer terug zowel in Nederland als in Europa en daarbuiten, opnieuw worden er weer lockdowns ingesteld met alle gevolgen van dien. Regelmatig ligt de samenleving stil. Boven op dit coronavirus ontstaat al heel snel een nieuw ander virus met huiduitslag als symptoom.

Economisch is het een flinke klap voor bedrijven waardoor menig bedrijf zich failliet moet laten verklaren, zowel grote als kleine bedrijven. Mede daardoor zal er zich over de hele wereld een enorme werkloosheidsgolf plaatsvinden. Armoede wordt nog zichtbaarder in landen waar het toch al niet zo goed ging met de economie. Het coronavirus creëert nieuwe tendensen, mogelijkheden, om het massale af te gaan zwakken.

Thema Economische gevolgen Corona virus:

Helaas voorzie ik dat over de aankomende twee jaar er heel veel niet meer mogelijk is.

Sportwedstrijden zullen er altijd wel blijven.

De helft van de bestaande theaters zal verdwijnen. Leegstaande hallen van fabrieken worden omgebouwd voor incidentele grote voorstellingen of tot kleine woonunits, voor singles/ouderen (combi). Dit om noodgedwongen de leegstand in bewoonbare staat te brengen. Veel werklozen (door corona) laten zich omscholen naar de zorgsector, technische beroepen of onderwijs.

Veel verhuizingen vinden al plaats van jong en oud en dat stopt voorlopig niet in Nederland. Mede daardoor vinden er opnieuw ook weer veel emigraties plaats, om in een ander land een nieuw bestaan op te bouwen, maar ook om een eigen bedrijf op te starten

De economische gevolgen nemen een langere tijd in beslag om tot rust/inkeer/verandering te komen. Het mas-sale wordt kleinschaliger.

Eetgelegenheden zullen meer in gaan spelen op kleine familie/vrienden groepjes en zullen nu meer de kwaliteit van eten naar voren laten komen. Betere kwaliteit van vlees en groente en meer variatie, als ook meer vegetarische gerechten. De mens wil eerlijke producten. Veelal bestaande grote bedrijven krimpen in, noodgedwongen, en zoeken samenwerkingsverbanden/partners.

Ons geldstelsel:

De Euro blijft sterk. Europa zal meer saamhorigheid gaan creëren wat ook wordt vastgelegd.

Grensovergang bewakingen worden strenger gehandhaafd.

Door deze corona fase wordt de handhaving in Nederland positief bijgesteld en opgetekend in wetten. De gevolgen van dit corona virus pakt, ondanks de vele zieken & overledenen, toch nog goed uit.

Thema Koninklijke huizen:

Engeland; William en Kate nemen belangrijke verplichtingen meer en meer op zich.

Prins Charles en Camilla blijven goede doelen hoog in het vaandel houden.

Prins Charles neemt nog meer taken over van zijn moeder Koningin Elisabeth.

Monaco; De zuster van Prins Albert, Caroline, neemt gas terug, waardoor prinses Charlene taken over kan nemen. De tweeling, prinses Gabriella en prins Jacques, ontpopt zich steeds meer en meer naar de sportievere sport kant als bezigheid.

Zweden; Troonoverdracht verwacht, eind volgend jaar of begin 2022. Koning Carl Gustaaf kampt met gezondheidsproblemen.

Spanje; Meer dan de helft van de Spaanse bevolking heeft problemen met het koninklijk huis. De monarchie staat onder zware druk. Koningin Letizia werkt aan een charmeoffensief en betreft haar kinderen erbij.

Nederland; Koning Willem Alexander zet zijn charmes in en blijft zijn ding doen die hij belangrijk vindt, protocol of niet. Hij handelt altijd in het belang van het volk, maar zijn gezin staat en blijft altijd op nummer 1 staan. Neder-

land blijft de Koning trouw.

Koningin Maxima gaat gestaag door met haar werkzaamheden. Veelal in het buitenland. Vooral de minderbedeelden zullen volop haar aandacht houden. Onze koning en koningin zijn liefdevolle ouders voor hun 3 dochters en beschermen hen waar nodig is. Prinses Amalia is een stevige eigenwijze krachtige jonge vrouw aan het worden. Sport heeft haar volle aandacht. De drang om naar China te gaan, is nog steeds aanwezig.

Paardrijden hoort bij de opvoeding. Zo ook tref je prinses Alexia aan in de paardenwereld. Maar mode/fotografie/kleuren - combinatie - ontwerpen/schetsen + sieraden is haar creatieve vibe.

Studeren gaat haar goed af. Maar haar oudste zus Amalia, spant de kroon.

Prinses Alexia weet wat ze wil en wat ze niet wil. Haar jongste zusje Ariane is een enorme dierenfan, gaat absoluut haar eigen gang en ontwikkelt zich steeds meer naar de dierenwereld. Alle drie de prinsesjes zijn zeer gevoelig net zoals hun moeder Koningin Maxima.

Oma Zorreguieta en Oma Beatrix trekken veel op met alle drie de prinsesjes. Daarnaast voelt prinses Beatrix zich nog steeds nauw betrokken bij wat haar zoon bij het volk doet of laat.

De broer van Koning Willem Alexander, Prins Constantijn en prinses Laurentien zullen dit jaar veel taken overnemen van het koninklijk paar, door omstandigheden.

Thema het weer:

Laat in het voorjaar pas mooi lente weer, zo doorlopend naar begin zomer.

De zomer is opnieuw eerst kort mooi en droog, dan weer veel regen buien en pas laat in de zomer, begin najaar, mooi en lang mooi weer.

Thema Bekende Nederlanders:

Natasja & René Froger; vooral Natasja's tv-carrière ontwikkelt zich, naar mensen uit de problemen helpen, maar ook mensen bedrijfsmatig aan elkaar koppelen. (nieuw)

Sylvie Meis; haar modelijn komt op een laag pitje te staan.

Hans Klok; tournee door Europa rond zomer/najaar.

Rogier en Frank; gaan niet uit elkaar. **Jan Smit;** krijgt meer tv-programma's aangeboden waar andere artiesten mogen optreden. Hij besteedt steeds meer aandacht aan zijn gezin.

Gerard Joling; Veel familie problematiek. Hij slaat zich er goed doorheen, redt het prima. Tv-carrière wordt meer. Over 2 jaar solo tour.

Patty Brard; Een vrouw van allure, er staan nog veel tv-programma's op haar te wachten.

Jan Dulles; zanger bij de 3JS, zal meer en meer voor solo-optredens TV gevraagd worden.

Ilse de Lange; gaat goed, komt snel weer met een nieuwe CD uit. Voor de zomer.

Ellie Lust; Het opsporen of speuren naar, zit in haar bloed. Programma's hier omheen worden uitgezonden maar niet alleen in Nederland. Privédetective bureau?

Catherine Key; haar positieve heldere kritiek wordt steeds meer en meer gevraagd zowel bij radio als bij TV.

Andre Hazes; nieuwe romances gaat hij niet uit de weg. Toch komen Monique en Andre niet echt los van elkaar.

Giel Beelen; zit prima op zijn plek en toch wil hij nieuw jong talent aandacht geven op een ludieke manier. Gaat hem zeker lukken.

Andy van der Meijde & Melissa; verhuizing in het verschiet, Melissa start nieuw bedrijf. Inmiddels is Nederland te klein voor ze.

Maxime Meiland & Leroy; eind van het jaar zie ik een huwelijk en ik zie een tv-programma voor Maxime.

Patricia Paay; er komt een leuk nieuw tv-programma dit jaar voor haar. Doorlopend naar volgend jaar.

Lucille Werner; Politieke analytische capaciteiten komen nu tot volle uiting. Ook zie ik een boekje door haar geschreven worden en/of een column in een bekend blad.

Eva Jinek; Buitenland – thema gericht programma's – Vrouwen thema's, ze is bruisend, energiek en heeft genoeg ideeën nog.

Frits Wester; Geluk in de liefde valt hem ten deel.

Connie Witteman; wonen wordt rustiger, nieuwe liefde in het verschiet, en eigen bedrijf lukt beter.

Estelle Cruijff; blijft zoekende, blijft niet wonen in Nederland. Ontmoet een nieuwe man.

Bridget Maasland; Romances vallen haar ten deel. Tv-presentaties blijven op haar pad komen. Rust in wonen.

Nieuw tv-programma, quiz/spel vorm.

Glennis Grace; Zangcarrière rustig. Musical komt op haar pad.

Özcan Akyol; zijn kritische manier van vraagstelling wordt door een breed publiek goed ontvangen.

In zijn privéleven is hij niet zo kritisch.

Shirma Rouse; Zang Workshops, veelal vrouwen groepen. Grote optredens in het verschiet. Geliefd bij de Nederlanders.

Arie Boomsma; Vaderschap. Liefde. Dieren. Nieuwe sport bewegingsvorm uitgevonden voor jong en oud, scoort goed.

Beau van Erven Dorens; Sympathie van de Nederlander. In voor uitzonderlijke programma's. Presenteren gaat hem nog steeds goed af.

Marco Borsato; komt heel voorzichtig weer terug begin voorjaar/eind zomer met een heel nieuw ander zang repertoire.

Leontien Ruiters (ex Borsato); leeft een rustig en tevreden bestaan nu en heeft veel steun en hulp van haar echte vrienden.

Fred van Leer; Zijn carrière verloopt voorspoedig.

Albert Verlinde; Musicals ontwikkelen en neerzetten blijft zijn liefhebberij en beroep. Toch zal hij het rustiger aan willen doen, ondanks dat hij in Amerika bekendheid wil en zal krijgen via Musicals. Vooral Amerikaanse Soul zangers hebben zijn aandacht.

Ruud de Wild en Olcay; ontwikkelen samen een nieuw bedrijf waarin muziek en mode een belangrijk item hebben. Een verbintenis ritueel zie ik in de zomer.

Verenigde Staten:

Zoals ik verleden jaar al voorspelde dat de nieuwe president Biden zal gaan worden, zal er een nieuwe golf van vernieuwing zichtbaar worden, voor de bevolking. Veel wetvoorstellen van Barack Obama, worden opnieuw bekeken en ingevoerd en wettelijk vastgelegd.

Dat president Biden in 2021 veel vrouwen op bepalende posten neerzet, wordt goed ontvangen. Toch zal deze president niet altijd beschikbaar zijn, in zijn 4 volle president jaren, zijn leeftijd speelt hem regelmatig parten. Door zijn vastberadenheid en doorzettingsvermogen is zijn positiviteit bewonderenswaardig. De Verenigde Staten vaart er wel bij door deze president gekozen te hebben.

Ex - President Trump zal nog menig proces aan zijn broek krijgen, veel achterstand aan betalingen zijn de boosdoener en zijn bedrijf krijgt daardoor een flinke financiële aderlating maar ook zijn zakelijke positie komt in het geding. Zijn vrouw Melania doet een flinke stap terug en naar verwachting zullen zij niet meer samen blijven leven, scheiding van tafel en bed zie ik. Nieuwe partner voor Melania is al in zicht, opnieuw dient zich een rijke zakenman voor haar aan. Heel verdrietig dus voor deze mensen die het niet samen zullen redden.

De ontwikkelingen in de VS zullen zeer langzaam gaan, veel rellen voorzie ik alsook rassen problematiek, die in bepaalde delen van de VS opnieuw weer de kop op steken. Opnieuw zijn veel gelovigen bereid om de strijd aan te gaan als het om normen en waarden gaan, zoals in de Bijbel staat omschreven, demonstraties en provocaties worden zichtbaarder.

De nieuwe president doet enorm veel aan de politieke buitenlandse betrokkenheid, om nieuwe samenwerkingsverbanden aan te halen en vast te leggen, om zo de economie weer in positieve banen te leiden.

Het leger en het politie korps wordt drastische aangepakt, gescreend en opgeschoond door een vrouwelijke belangrijke deskundige, tot veel ongenoegen van de mannelijke werknemers in die branche.

Positie van de vrouw wordt in veel functies opgewaardeerd en erkend. Emigratie naar de VS wordt mogelijk gemaakt, mits je met een bedrijf binnen komt, waar de huidige bevolking baat bij heeft, nieuwe wetgeving in wording. Überhaupt blijft emigratie naar de VS niet gemakkelijk, toch komen er lichtpuntjes onder president Biden naar voren, waar meer mogelijk is dan tot nu toe.

Klimaat problematieken krijgen onder deze president niet de aandacht die het wel nodig heeft, wel de gezondheid krijgt heel veel aandacht, wat harder nodig is, vindt Biden. De huidige fabrieken stoten nog steeds te veel CO2 de lucht in en dat verander je niet zo snel, vindt hij. Door automatisering verliezen veel arbeiders hun werk en daar ziet Biden niet zo een twee drie een

Colofon

oplossing voor, door de huidige fabrieken aan te pakken.

En zo zijn we weer aan het eind gekomen van een voorspellingen reeks, over wat er zoal in de wereld 2021 te verwachten valt. Nogmaals, voorspellen is niet makkelijk maar voor mij als Medium wel een uitdaging. Ik wens u allemaal een gezond en liefdevol 2021 toe.

Wees dankbaar, blijf alert naar jezelf en elkaar maar blijf ook behulpzaam voor en naar elkaar, juist nu. Heel veel liefde op uw verdere levenspad in 2021.

Sonja Dover

Medium voor Mens & Bedrijf & Dier

Op de website www.sonjadover.nl zijn nog meer voorspellingen te vinden, ook over de politiek.

PS; Ieder jaar dat ik voorspellingen doe, worden deze opgetekend door Henny Vermeijs. Voor ons een bijzonder terugkomend ritueel. Zie foto's op mijn website.



PARAVIEW
spirituele beurzen

Ga met je telefoon of tablet browser naar
<http://m.paraview.nl>
of scan deze QR code

PARAVIEW.NL



**Jaargang 24
nummer 1
maart 2021**

Paraview is een uitgave van Bureau View, verschijnt 2 keer per jaar en wordt aan alle leden van Paraview toegestuurd.

Secretariaat

Marjo Soels

Tel: 071-5611934 (13.00-17.00 uur)

E-mail: beurzen@paraview.nl

Uitgevers Michiel Loeber, Marjo Soels

Redactie Marjo Soels

Contact: Vragen en opmerkingen voor de redactie: kunt u een mail sturen naar redactie@paraview.nl

Aan dit nummer werkten mee: Saskia van Aken, Eric Baas, Ilse van Bladel, Helma Broekman, Aafke Douma, Sonja Dover, Inge Geertzen (Ingspire), Jan C. van der Heide, Gerard Heutink, Belinda Inhulsen, Marga Jansen, Aniek Jonckers-Brand, Anna Jongert, Monique van der Klooster, Veronique Krösing, Maurits Prins (Stichting Universal Awakening), Titus Rivas (Stichting Athanasia), Melissa Verheijen.

Ontwerp Studio c'est bien

Abonnementen

Bureau View

Voorstraat 52 2251 BP Voorschoten

Tel: 071-5611934

E-mail: beurzen@paraview.nl

IBAN: NL21INGB0004422260

BIC: INGBNL2A

t.n.v. Bureau View vof Voorschoten

Abonnementenprijs

€15,- voor 4 edities, losse nummers €3,95

- 2 edities per jaar (incl. kortingsbon)

- incl. 2 vrijkaarten Paraview Beurs (1 x per jaar)

Drukwerk

Senefelder Misset

ISSN 2468-7669

© Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder schriftelijke toestemming van de uitgevers. Opzegging van een abonnement dient schriftelijk te gebeuren vier weken voordat het abonnement afloopt, anders wordt het abonnement automatisch verlengd. De redactie neemt geen enkele verantwoordelijkheid op zich omtrent de meningen van de auteurs.



Kortingsbon Paraview

Met deze kortingsbon betaalt u € 5,00 i.p.v.

€ 7,00 entree voor één van de Paraview Beurzen!





Beursagenda 2021

Paraview

Westervoort (Arnhem)	Sports Planet	15 & 16 mei 2021
Amstelveen	Emergohal	22 & 23 mei 2021
Eindhoven	Sporthal Genderbeemd	29 & 30 mei 2021
Nog onbekend		5 & 6 juni 2021
Haarlem	Kennemer Sportcentrum	19 & 20 juni 2021
Hilversum	Dudok Arena	26 & 27 juni 2021
Groningen	Martiniplaza	3 & 4 juli 2021
Dordrecht	Reeweghal	10 & 11 juli 2021
Vught (Den Bosch)	Van der Valk	17 & 18 juli 2021

LET OP!!!! Alle data zijn onder voorbehoud zie actuele informatie op www.paraview.nl of www.sieradenbeurs.nl of www.reptilica.nl

Voor meer informatie kijk ook op www.paraview.nl