



WE MUST BE THE CHANGE WE WISH TO SEE IN THE WORLD

Uw e-mail adres zit in ons bestand . Aangezien we u graag als lezer behouden, bieden we u bij deze een gratis elektronisch tijdschrift aan. Mocht u echter geen prijs stellen op deze service, dan vindt u onderaan deze nieuwsbrief een link om u direct af te melden.

INVLOEDEN VAN DE MAANFASEN



Met een stijgende maanbaan is de maan steeds langer boven de horizon. Haar baan is voor het oog langer en zij komt hoger aan de hemel.

Dit gebeurt als de maan in de zogenaamde winter en lente tekens staat, respectievelijk Boogschutter, Steenbok, Waterman, Vissen, Ram en Stier. De invloed van de maan krijgt dan een stijgende kracht mee zoals we zien in de winter en de lente: Geleidelijke groei en bloei. De sappen stijgen op en de groei van bovengrondse delen wordt gestimuleerd. De stijgende maan wordt symbolisch aangegeven door een liggend maantje met de punten naar boven.

Met een dalende maanbaan is de maan steeds korter aan de hemel. Haar baan oogt korter en staat lager aan de hemel. Dit vindt plaats als de maan in de zogenaamde zomer en herfst tekens staat: Tweeling, Kreeft, Leeuw, Maagd, Weegschaal en Schorpioen.

De maan heeft dan een dalende kracht zoals in de zomer en herfst; rijpheid, neergang, oogst en rust. Bij een dalende maan dalen de sappen en krijgen de wortels een impuls.

De dalende maanbaan wordt symbolisch aangegeven met een liggend

maantje met de punten naar beneden.

Deze krachten wisselen elkaar dus maandelijks af als de maan in 28 dagen haar gang door de tekens maakt. Dit ritme blijkt van groot belang in de biologisch dynamische landbouw. De dalende maan wordt daar veelal benoemd als de planttijd. Doordat het stijgen van de sappen in deze tijd is verzwakt concentreert de kracht zich in de ondergrondse delen. Dit is gunstig bij verspenen of verplanten. Immers, de wortels moeten zich opnieuw verbinden met de aarde door nieuwe wortels te vormen. Mest en compost wordt sneller opgenomen. Door in deze tijd vruchtbomen en hagen te snoeien helen de wonden snel.

Bij elke bodembewerking stromen de krachten die op dat moment werkzaam zijn de grond in. Het loont om hier aandacht aan te besteden tijdens het wieden van onkruid.

Met een dalende maan zullen veel zaden ontkiemen. Schoffelen in deze tijd betekent dat ook het zaad van het onkruid snel zal opkomen. Het bewerken van de bodem tijdens de stijgende maan zal weinig onkruid opleveren.

Ook in de geneeskunde kan men gebruik maken van deze krachten. Zoals je waarschijnlijk wel weet over de medische astrologie, hier heerst elk teken over een bepaald deel van het lichaam. Je zult daar bij opmerken dat de tekens die bij de dalende maanbaan horen voornamelijk heersen over de organen en de tekens die bij een stijgende maanbaan horen voornamelijk heersen over de extremiteiten. Kruiden die de organen ondersteunen worden dus het best toegediend tijdens de dalende maanbaan. Kruiden voor de extremiteiten hebben hun beste werking tijdens de stijgende maanbaan. Het samenspel van de stijgende of dalende maanbaan en de maanfasen maakt dat ze elkaars invloed kunnen versterken of verzwakken. De wassende maan is de meest gunstige periode om kruiden toe te passen die ondersteunen, de afnemende maan is de meest gunstige periode om kruiden toe te passen die reinigen.

Reinigende kruiden voor de organen werken dus optimaal tijdens afnemende maan en een dalende maanbaan. Kruiden die de organen ondersteunen hebben een optimale uitwerking als ze gegeven worden tijdens een wassende maan en een dalende maanbaan.

MONDIALE VOETAFDruk

Werken met de Mondiale Voetafdruk betekent rekening houden met het feit dat we maar EEN planeet hebben. Helaas lijken velen er nog vanuit te gaan dat we de beschikking hebben over meer aardes. In Wales is daarom door het Wereld Natuur Fonds een footprint-campagne opgezet om het One-Planet-denken te bevorderen. De bedoeling is de mensen in Wales te stimuleren te kiezen voor een kwalitatief goed leven met een mooie voetafdruk; een situatie die in 2050 bereikt kan worden. Samen met de Universiteit van Manchester werd een scenario gepubliceerd met voor alle sectoren een reductie van ongeveer 75% van de huidige voetafdruk. Dus One Planet Buildings, One Planet Food, One Planet Transport etc.. Ook One Planet Economy! Het rapport - in het Engels en Welsh - kan worden gedownload via www.wwf.org.uk/wales



IS JE GELOOF GOED OF BEN JE GOEDGELOVIG?



Door: Bram Flippo

Jaren geleden schreef C.S. Lewis: "Uiterlijke schijn heeft in onvoorstelbare mate de werkelijkheid verdrongen." Een profetische uitspraak van de bovenste plank! We zien het overal om ons heen, de uiterlijke schijn. De presentatie naar buiten toe is



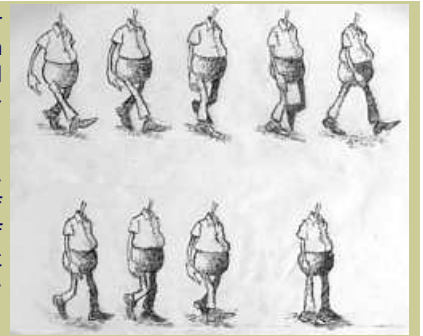
belangrijker geworden dan de werkelijkheid. De mens is meer dan ooit verwaald in de betovering van de buitenkant. We zijn op zoek naar een 'binnenkant' die nauwelijks meer te vinden blijkt. De mens die God kwijt raakt, raakt ook zichzelf kwijt. Wij kunnen onszelf niet definiëren, we kunnen hooguit een projectie maken van wie we zouden willen zijn. Dat is de tragiek van de gevallen mens aan het begin van het derde millennium van de christelijke jaartelling.

[Lees hier verder](#)

WALKING YOUR BLUES AWAY

Wandelen is ademen, onthaasten, natuurbeleving, goed om je blikveld te verruimen en kan zeer sociaal zijn. In de jaren tachtig kwamen de eerste wandelwinkels er, gespecialiseerd in kaarten en wandelgidsen. Een nieuwe trend van de laatste tijd is dat wandelen steeds vaker geassocieerd wordt met spiritualiteit en persoonlijke groei. Initiatieven als wandelcoaching, wandelen als therapie, meditatief wandelen en stiltewandelingen schieten als paddestoelen uit de grond.

Bij zonsopgang is de levensenergie in zijn pure vorm aanwezig. Daarom wordt van oudsher de ochtendwandeling als de meest helende vorm van lichaamsbeweging beschouwd. Door een meditatief contact met de ongerepte sfeer tijdens de dageraad, wordt deze bijzondere energie ook in jezelf wakker. In *Ayurvedische ochtendwandeling* wordt beschreven hoe je zodanig kunt wandelen dat deze levensenergie je van top tot teen vitaliseert. Het boekje geeft een helder inzicht in de relatie tussen aandacht, adem, beweging en energie.



Elke ochtend als we wakker worden hebben we weer 24 splinternieuwe uren om te leven. Wat een kostbaar geschenk! Het ligt in ons vermogen zo te leven dat deze 24 uur onszelf en anderen vrede, vreugde en geluk brengen. Vrede is hier en nu te vinden, in alles wat we zien en doen. De vraag is alleen: zijn we er mee in contact? Verlichting, vrede en vreugde kunnen ons niet door een ander geschonken worden. De bron zit in onszelf. Als we diep in het heden graven, kunnen we water vinden. Om werkelijk te leven, moeten we terugkeren naar het nu. Het voertuig dat ons naar het heden terugbrengt is onze bewuste ademhaling.

Meer informatie kan je verkrijgen bij [Ankh-Hermes](#).

TICKET FOR TIBET FESTIVAL OP 20 APRIL

In heel Tibet zijn de afgelopen week opstanden tegen de Chinese onderdrukking uitgebroken. Vele duizenden demonstranten zijn de straat op gegaan om hun vrijheid te eisen. Op 20 april betuigen we onze steun met het Ticket For Tibet festival. Bløf, Racoon, Moke en vele andere artiesten treden belangeloos op. De kaartverkoop is reeds begonnen.

Ticket For Tibet is een non-profit festival dat aandacht vraagt voor de situatie in Tibet. Juist nu Tibet in opstand is gekomen tegen het regime in Beijing, willen we de Tibetanen luidkeels onze steun betuigen. Alle betrokken artiesten en partijen doen hier belangeloos aan mee.



TICKET FOR TIBET

20 APRIL 2008 AMSTERDAM

WWW.TICKETFORTIBET.COM

Programma

Met gepaste trots presenteren we een ijzersterk programma voor Ticket For Tibet. Op 20 april spelen op de NDSM-werf in Amsterdam Noord: Bløf, Racoon, Moke, the Scene, Postman, Claw Boys Claw, de Heideroosjes, Aqua de Anniq, Peter Pan Speedrock, Osdorp Posse, El Guapo Stuntteam, Van Katoen, Zeus, Jeremy's, Gerard van Maasackers, Maarten van Roozendaal, JW Roy, Woody en Paul en Wende Sneijders. Daarnaast zal er een keur aan Tibetaanse artiesten optreden, waaronder Loten, Namgyal Lhamo en Chino.

Daarnaast is er veel aandacht voor politiek en sport met o.m. Femke Halsema (GroenLinks), Hans van Baalen (VVD), Karien van Gennip (CDA), Martijn van Dam (PvdA), Harry van Bommel (SP), Erik van Muiswinkel, Marcel Rözer, Jan Douwe Kroseske, Gideon Levy, Bahram Sa-deghi, Christa Meindersma en het Forbidden Team (het Tibetaanse voetbalelftal in ballingschap).

Kaarten kosten € 17,50 in de voorverkoop en € 22,50 op de dag zelf. Kinderen tot 12 jaar mogen gratis naar binnen. De opbrengst komt ten goede aan ontwikkelingsprojecten in Tibet. Zie voor meer informatie www.ticketfortibet.com

DE UITDAGING

Henk Mutsaers schreef in zijn brief het volgende: Waarom ondermijnen de meeste mensen hun kansen op genezing? Omdat genezing gelijk staat aan veranderen. Omdat de meeste Westerse ziekten veroorzaakt worden door de leefstijl zul je die leefstijl ook moeten veranderen. Je gewoontes; 'ik vindt dit nu eenmaal lekker', zijn een sta - in - de - weg op genezing. Heb jij jezelf al wel eens de kans gegeven om te ontdekken of er wellicht nog andere dingen zijn die lekker zijn? Om betere resultaten te krijgen met je gezondheid ga je dus niet naar de dokter om je eigen verantwoording uit handen te geven aan een vreemde maar ga je eerst zelf veranderen om weer gezond te worden. Ik ben benieuwd of er zich weer mensen afmelden na het lezen van deze korte intro? Hoe was het ook al weer, zachte woorden maken stinkende artikelen. Voor meer informatie van Henk [klik je hier](#)

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).

Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar info@asmi-ikben.nl