

Harriet Algra

Hoe het ook anders kan

Met dank aan de volgende personen
die stuk voor stuk een waardevolle spiegel en
een fantastische steunpilaar voor mij zijn geweest:

Marijke van Lis
Lea Hellendoorn
Coby en Ton Schasfoort
Ric Weinman
Jill Hester
Yaakov
en
Elimor

Hoe het ook anders kan

*De meeste ziektes en ouderdomsklachten zijn overbodig
Ze ontstaan door een onbalans in ons energiesysteem,
vaak gecombineerd met een laag gevoel voor eigenwaarde.
Gun u zelf een nieuwe start nu het nog kan*

voorwoord

Een week na mijn operatie werd de kriebel die ik voelde om dit boek te gaan schrijven steeds sterker. Ik had in de afgelopen tien jaar zoveel geleerd, zoveel informatie verzameld en ervaringen opgedaan die ik nu graag met anderen wilde gaan delen. Ik begon te schrijven maar kreeg het steeds drukker in mijn praktijk waardoor alles langzaam naar de achtergrond schoof. Nu drie jaar na de operatie besloot ik de draad weer op te pakken nu ik ondertussen ook steeds meer gespecialiseerd raak in het opsporen en behandelen van Candida schimmels.

Zo probeer ik zo duidelijk mogelijk mijn eigen ervaringen te beschrijven met daarnaast de praktijkervaring die waarschijnlijk door velen gedeeltelijk herkent zullen worden.

Op mijn 19^{de} begon er een bultje te ontstaan vlak onder mijn linker oor. Het groeide zeer langzaam maar op mijn 22^{ste} besloot ik ermee naar mijn huisarts te gaan. Deze stuurde mij door naar het Prinsengracht ziekenhuis wat toen nog bestond. De behandelend arts/professor bekeek het en zei; "Niets aan de hand, het is gewoon een cyste. U kunt hem laten verwijderen of het laten voor wat het is". Ik besloot voor verwijdering en we maakten een afspraak. Het zou poliklinisch gebeuren dus opname kwam niet ter sprake. Een vriendin ging mee voor het geval ik mij naderhand toch niet zo lekker zou voelen. De professor had zijn assistent gestuurd daar het waarschijnlijk niet interessant genoeg voor hem was. Ik werd plaatselijk verdoofd en de assistent begon met snijden. Toen het open lag constateerde hij tot zijn grote schrik dat het helemaal geen cyste was. Wat het wel was kon hij niet zeggen. Hij besloot advies te vragen aan de professor. Deze was echter met iets anders bezig waardoor hij verstek liet gaan. Mij werd de vraag gesteld: "Wil je dat we doorgaan of zullen we het weer dichtmaken opdat we het een ander keer onder algehele narcose kunnen verwijderen". Dit was natuurlijk te gek voor woorden en daar ik ziekenhuizen het liefst zoveel mogelijk vermijd gaf ik hem toestemming om door te gaan. Ik lag daar nu eenmaal toch.

Een paar weken later moest ik terug komen voor de uitslag. Volgens de professor was het een tumor in een zenuw geweest.

Tot mijn 28^{ste} ging het goed totdat ik aan het bevallen was van onze dochter. Tijdens de persweeën hoorde ik iets knappen bij mijn oor en daar zat weer op dezelfde plek als 6 jaar eerder een kleine tumor. Ik maakte me niet ongerust dus pas anderhalf jaar later besloot ik om medisch advies te vragen. Onmiddellijk werd er een afspraak gemaakt voor een MRI-scan.

Uit de MRI-scan kwam naar voren dat mijn aangezichtszenuw dwars door de tumor heen liep. Dit betekende dat als ik voor verwijdering zou kiezen, wat volgens de artsen mijn enigste keus was, ik grote kans zou lopen dat mijn gezicht halfzijdig verlamd zou raken. Nadat geen van de artsen mij antwoord kon geven op de vraag wat de oorzaak van de tumor was en/of de garantie kon geven dat hij ditmaal na een operatie voorgoed zou wegblijven, besloot ik zelf op onderzoek uit te gaan.

Het was niet altijd een gemakkelijke weg maar wel één die ik voor geen goud had willen missen. Ik heb in de afgelopen jaren mijn lichamen leren kennen. Ik zeg lichamen daar ik op

een gegeven moment er niet langer omheen kon dat ik naast het fysieke lichaam ook een mentaal en een emotioneel lichaam bezit die allen gezamenlijk een eenheid vormen.

Ik probeer de uitgezonden signalen van deze lichamen zo snel mogelijk op te vangen en ze niet langer te verwaarlozen, want alleen samen vormen we een sterke eenheid.

Het heeft me tevens het inzicht gegeven dat ik en alleen ikzelf verantwoordelijk ben voor mijn gezondheid. Je wordt niet zomaar ziek, er is hiervoor altijd een aantoonbare reden te vinden.

Eén van de drie lichamen is uit balans en het symptoom van de ziekte is een poging van je lichamen om je wakker te schudden en te zeggen dat er iets aan de hand is.

Het gehele lichaam dat we bezitten is uniek en een prachtig iets en is tot veel meer instaat dan we zelfs in onze stoutste dromen kunnen bedenken. De enige en zeer belangrijke taak is ervoor te zorgen dat ons afweersysteem sterk blijft daar **alle lichamelijke klachten ontstaan door een onbalans in ons energiesysteem.**

Harriet Algra

Voor meer informatie bezoek:

www.totalhealthclinic.nl

-voorwoord

-inhoud

-inleiding

Deel I

-zoektocht naar mijzelf

- water
- Het overlijden van mijn vader
- Regressies
- Essiac
- Vaccinaties
- Depressie
- Toegepaste kinesiologie
- Moeder Meera
- Het ongeval
- De Hof van Axen
- Israël
- Afscheid
- Huisdieren komen en gaan
- De “Flower of Life”
- Har Amasa
- Wonen in een kibboets
- Colloïdaal Zilver
- Vortexhealing©
- Arad
- Vasten en urinetherapie
- De grote onverwachte beslissing
- Hulp uit onverwachtse hoek
- Het reguliere medische circuit

Deel II

-Hoe het ook anders kan

- Alle klachten in ons lichaam ontstaan door een onbalans of storing in het energiesysteem.
- Allergieën en intoleranties
- Hoe ziet onze spijsvertering eruit
- Onze samenleving verschimmelt
- Kanker
- Oorzaak
 - *voeding*
 - *negatieve emoties*

- *Het opnieuw activeren van de helende capaciteit van het lichaam zelf*
- Gezonde huisapotheek
 - *EFT(negatieve emotie bevrijdende techniek)*
 - *Wonderoliekwikkels*
 - *Waterstofperoxide*
 - *Appelciderazijn*
 - *Hoe je snel herstelt na een operatie*
 - *Niet giftige schoonmakers*

INLEIDING

Een paar weken voor mijn operatie ontving ik onderstaande vragenlijst per E-mail over Alternatieve Geneeswijzen. Deze was afkomstig van een dochter van vrienden die een werkstuk voor school moest maken en Alternatieve geneeswijzen als onderwerp gekozen had. Ik vond dit zo'n leuk idee en besloot het een onderdeel van dit boek te maken. Een aantal van de vragen zullen in het boek verder uitgewerkt worden maar geven alvast in het kort de inhoud van dit boek weer.

Wat doet u precies in de alternatieve geneeskunde?

Ik heb verschillende technieken die onder alternatieve geneeskunde vallen ge- en bestudeerd nl.:

- Kinesiologie tezamen met Touch for Health (spiertesten)
- Reiki I, II en III
- Orthomoleculaire Geneeskunde
- Vortexhealing

Waarom bent u in de alternatieve geneeskunde gegaan?

Ik ben me bezig gaan houden met alternatieve geneeskunde (AG) omdat er een heleboel vragen bij me opkwamen waar de reguliere geneeskunde geen antwoord op had. Deze hadden zowel betrekking op mijn eigen gezondheid als wel van vrienden en bekenden om me heen.

Waarom trekt alternatieve geneeskunde zoveel mensen aan?

De grote zwakte van de reguliere geneeskunde (RG) is dat ze zich hoofdzakelijk met symptoombestrijding bezighouden zonder zich te verdiepen in de oorzaak. De RG gaat alleen uit van fysieke lichaam en heeft de neiging om ieder lichaam op dezelfde wijze te willen behandelen. Voor ieder kwaaltje hebben ze een medicijn om bepaalde symptomen te bestrijden, voor de eventuele bijwerkingen van de voorgeschreven medicijnen krijg je weer andere, met als gevolg dat je op een gegeven moment een pillendoos moet aanschaffen met de dagen van de week + de dagdelen anders raak je geheel de kluts kwijt.

Je sterft uiteindelijk aan medicijn vergiftiging en laat een sterk verontreinigd lichaam achter. Indien niet naar de oorzaak wordt gekeken laat staan dat deze behandeld wordt dan blijven de klachten groeien en steken steeds op een andere manier de kop op. Je komt zo in een spiraal terecht die je langzaam de nek omdraait.

De AG gaat over het algemeen uit van meerdere lichamen waaronder het *fysieke* lichaam, het *mentale* lichaam en het *emotionele* lichaam. Als een van deze drie uit balans is worden de

andere twee ook aangetast en zend je lichaam symptomen uit die aangeven dat er iets uit balans is. Ieder mens is uniek en ieder heeft zijn zwakke plekken ergens anders zitten waardoor symptomen zich van mens tot mens anders kunnen voordoen met misschien dezelfde oorzaak.

Dus in het kort gezegd: steeds meer mensen voelen zich aangetrokken tot de AG omdat ze hier hun ei kwijt kunnen en niet als een nummer behandeld willen worden of als een onmondig kind die ja en amen moet knikken tegen de witte doktersjas.

Werkt het echt?

Ja, het werkt echt. Dat wil niet zeggen dat alle mensen beter worden omdat sommige mensen nu eenmaal op een onbewust vlak besloten hebben om vaarwel te zeggen tegen hun lichaam. Is dit het geval dan bereik je met AG een enorme rust bij de des betreffende persoon.

AG teert vaak op kennis die gedurende duizenden jaren bij elkaar is vergaard. Deze kennis is op vele vlakken overgenomen door de RG.

De RG bestaat nog geen 150 jaar. Toen zijn er wetten gemaakt die stelden dat alleen mensen die medicijnen hadden gestudeerd volgens westerse uitgangspunten zich als dokter mochten uitgeven. Vele belangrijke kennis is hierdoor op de achtergrond geraakt.

Tegenwoordig zijn het de farmaceutische industrieën die de dienst uitmaken. Zij zijn de grote machthebbers. Oplossingen voor kanker, AIDS ed. zijn niet interessant, die brengen geen geld in het laatje dus worden ze verboden of weg geïntimideerd.

Er komt jaarlijks een lijst uit met de top 10 van de meest gecensureerde nieuwsberichten.

Nummer 1 van 1998 was het feit dat een van de leidinggevende farmaceutische industrieën in de wereld op het gebied van kankerbestrijdingsmiddelen dezelfde chemische bedrijven zijn die kankerveroorzakende producten produceren

(zie gebruikte literatuur 1.)

Vaak is een combinatie van AG en RG de beste oplossing voor bepaalde behandelingen, waar de oude kennis gecombineerd wordt met de nieuwe . De huidige technologie is zodanig verbeterd waardoor diagnose veel sneller en duidelijker zichtbaar worden.

Sommige mensen beschrijven alternatieve genezers als kwakzalvers, die alleen maar op het geld uit zijn, wat is uw mening hierover?

Kwakzalvers, die alleen maar op geld uit zijn, zijn er altijd geweest en zullen er ook altijd zijn, zowel in de AG als RG. Want iemand die medicijnen gestudeerd heeft is lang niet altijd een goed arts. Vele artsen worden helaas nog steeds door de farmaceutische industrie geleid d.m.v. bonussen, cadeautjes, geheel verzorgde dure congressen enz. waarbij het belang van de patiënt niet centraal staat, maar wat het financieel op zal brengen.

Gebruik bij iedere medische behandeling zowel in de AG als de RG je gezonde verstand en vraag zonodig een “second” opinie bij iemand anders.

Heeft de alternatieve geneeswijze bijwerkingen, of kunnen er bijwerkingen optreden?

Ja, maar niet zoals bij de RG. Daar men bij RG vooral aan symptoombestrijding doet d.m.v. het voorschrijven van medicijnen, komen de meeste bijwerkingen daar voort uit medicijngebruik.

Bij de AG wordt de oorzaak aangepakt. De AG stimuleert het lichaam om zelf zijn helende capaciteiten te gebruiken door weer een evenwicht in de 3 lichamen tot stand te brengen. Dit uit zich vaak in een korte verslechtering wat nodig is om tot een uiteindelijke verbetering te

komen.

Zou u alternatieve geneeswijze aan prins Bernard aanraden?

Een combinatie van AG en RG is voor iedereen aan te raden.

Is alternatieve geneeswijze net zo duur als een gewone dokters behandeling?

Op de lange termijn is AG veel goedkoper dan RG daar de AG de oorzaak van de klachten aanpakt. De RG doet voornamelijk aan symptoombestrijding waar fortuinen aan medicijnen worden uitgegeven en je in een spiraal terechtkomt die ik in het begin beschreven heb.

Deel 1

De zoektocht naar mijzelf.

Water

De dag dat ik besloot mijn eigen zoektocht naar de oorzaak van mijn tumor te starten belde ik met Marijke, een goede vriendin. Na mijn beslissing te hebben aangehoord gaf ze mij het telefoonnummer van Lea Helledoorn, een paranormaal genezer. Ik maakte de volgende morgen onmiddellijk een afspraak en kon al diezelfde week bij haar terecht. Diep in mijn hart vond ik het doodeng omdat ik geen benul had wat er tijdens een paranormaal consult gebeurt. Zou ze mijn gedachten kunnen lezen? Zou ik onder hypnose raken? Allemaal vragen die plotseling opkwamen.

Eenmaal bij haar aangekomen was ik gauw gerustgesteld. Het was een zeer warme persoonlijkheid die me met de juiste vragen en antwoorden onmiddellijk wist te kalmeren.

Al tijdens onze eerste ontmoeting leerde ik twee zeer belangrijke feiten :

- Ik bleek veel te weinig water te drinken met als gevolg dat ik veel rugklachten had, afkomstig van mijn nieren.
- Ik cijferde mijzelf volkomen weg en liet over me heen lopen omdat ik geen nee kon zeggen, waar naar het blijkt ongelofelijk veel mensen last van hebben

Ik werd me ervan bewust dat ik waarschijnlijk het grootste gedeelte van mijn leven veel te weinig had gedronken. Water, wat de belangrijkste vloeistof in ons bestaan is, kwam zelfs niet eens op mijn lijst van dranken voor. Koffie lustte ik niet en thee ging er met mate in.

Ik ontdekte door informatie wat ik over water vond ongelofelijke feiten zoals:

***Maagzuur** is een van de belangrijkste indicaties van een tekort aan vocht in het lichaam. Je kunt de pijn verlichten door medicatie maar de oorzaak blijft aanwezig nl watertekort wat op de langere termijn tot veel ernstiger klachten kan leiden.*

***Reumatische gewrichtspijn** die jong en oud kan treffen kan worden verlicht of zelfs verholpen door de inname van water met een kleine hoeveelheid zout.*

***Migraine** wordt vaak veroorzaakt door een water tekort in de hersenen en de ogen*

***Angina** wordt veroorzaakt door een water tekort in het hart/long gedeelte*

***Astma** aanvallen kunnen vaak worden voorkomen door inname van water te verhogen in combinatie met zout wat slijmvorming kan afbreken.*

*Water verlaagd te **hoog cholesterolgehalte**.*

***Ouderdoms-suikerziekte** ontstaat vaak door een systematisch tekort aan waterinname.*

*Ziektes als **chronische vermoeidheid** , **verminderde behoefte aan seks**, **Multiple Sclerosis**, **spierdystrofie** etc,etc.zullen enorm verbeteren wanneer de gemiddelde waterinname drastisch wordt verhoogd. 1*

Enz.enz.

De oefening die ik van Lea meekreeg om het leren nee-zeggen te verbeteren was: “zeg **nee**, **laat mij er even over nadenken..** “ Dit zou me meer ruimte geven omdat nee om te draaien is in ja. Had je echter eenmaal ja gezegd dan was dit nauwelijks terug te draaien in nee” .

De paranormale behandeling zelf had ook het een en ander bij mij losgemaakt. Ik had in die eerste week enorme woedeaanvallen die uit het niets kwamen opzetten. Het was allemaal

opgekropte woede die eindelijk naar buiten kwam en ik moest toegeven dat het me flink opluchtte .

In de weken daarna ontdekte ik dat het nee zeggen een soort respect afdwong in mijn omgeving. Dit verbaasde mij enorm daar ik altijd had gedacht dat als je regelmatig nee zou zeggen de mensen snel op je uitgekeken zouden raken. Niets was minder waar.

Na drie maanden onder behandeling bij Lea te zijn geweest werd ik opgebeld door het Academisch Ziekenhuis Maastricht met de mededeling dat ze mij ingepland hadden voor een operatieve ingreep. Het zou volgens de artsen, onverantwoordelijk zijn hier met het oog op mijn tumor, niet op in te gaan. Ze wilden graag een nieuwe afspraak met me maken voor verder onderzoek. Ik deelde hun echter mee dat mijn besluit vast stond om het op mijn eigen manier verder aan te pakken daar ik grote vooruitgang boekte tijdens mijn paranormale behandelingen. Mijn drijfveer was dat ik de oorzaak wilde proberen te achterhalen en daarbij was ik er van overtuigd dat ik niet geboren was om met een halfzijdig verlamd gezicht door het leven te moeten gaan. De artsen hadden mijn vele vragen omtrent de oorzaak van de tumor niet kunnen beantwoorden ,laat staan dat ze mij een garantie konden geven dat de tumor niet voor een derde maal zou terugkomen.

Voor mijn gevoel had ik dus niets te verliezen en was mijn keuze de beste.

Het overlijden van mijn vader

In de maanden daarna werd ik mij er steeds meer van bewust dat de tumor enorm op mijn emoties reageerde, ongeacht of dit om woede, verdriet, angst of de slappe lach ging. Hij werd dan onmiddellijk groter en gevoeliger. Ook ontwikkelde het zich meer en meer in een voelspriet of antenne. Mensen die niet helemaal eerlijk waren kon ik er onmiddellijk uithalen, omdat mijn tumor dan een stuk gevoeliger werd. In het begin hechtte ik er niet zoveel waarde aan, maar gaandeweg bleek het keer op keer terecht te zijn geweest.

De maand voordat mijn vader overleed met wie ik een diepe band had was zeer intens. Op een avond toen we gasten te eten hadden en Elimor, onze dochter van vier, al boven lag te slapen hoorde ik opeens mijn naam roepen. Ik liep onmiddellijk de gang in om te luisteren of Elimor soms wakker was geworden. Dit was echter niet het geval dus keerde ik weer terug aan tafel. Even later gebeurde weer precies hetzelfde. Iedereen begon te lachen omdat ik de enige was die het scheen te horen. Ik snapte er helemaal niets van. Het zou zich die avond nog tweemaal herhalen.

De volgende dag was ik in de keuken aan het werk en was ik er van overtuigd dat Yaakov, mijn partner, me riep. Hij zat achter z'n computer in zijn kantoor wat aan de achterkant van ons huis lag. Toen ik terug riep en vroeg wat er was kreeg ik geen antwoord. Ik liep zeer geïrriteerd naar hem toe met de vraag wat er was. Een beetje verward keek hij op en zei dat hij nooit geroepen had.

Enkele dagen hierna bracht ik deze gebeurtenissen ter sprake tijdens een afspraak bij Lea . Haar antwoord was dat het waarschijnlijk te maken had met sterfsproces van mijn vader.

Ze zij dat onze band zo sterk was dat deze waarschijnlijk ook naar zijn overlijden zou blijven bestaan.

Twee weken voor zijn dood moest Yaakov voor zijn werk naar Israël. We hadden een klein hotel in het uiterste puntje van zuid Limburg op de grens met België. Ik runde dit grotendeels alleen. De avond voor zijn vertrek raakte ik volkomen in paniek. Hoe zou ik alles in mijn eentje moeten regelen als mijn vader kwam te overlijden tijdens Yaakov's afwezigheid. Ik kon die nacht helemaal niet slapen. Ik kon niets anders dan huilen en nog eens huilen. Rond een uur of vier stond ik op en ging op de bank zitten om een sigaret te roken. Even later had ik waarschijnlijk een dieptepunt in mijn wanhoop bereikt waardoor ik alles losliet. Ineens kwam

er een ongelofelijke rust in me op en hoorde ik een stem dat alles goed was. Mijn hele lichaam vibreerde helemaal en het was net of ik energetisch werd opgeladen waardoor ik die nacht tot mijn grote verbazing ook geen slaap meer nodig. En alles kwam goed.

Twee dagen voor het overlijden kwam Yaakov terug uit Israël. Alles liep op rolletjes. Iedere dag reed ik naar mijn ouderlijk huis om mijn vader op te zoeken en mijn moeders taak wat te verlichten die een bijna onmenselijke rol op zich had genomen mijn vader tot het laatst toe zoveel mogelijk zelf te verzorgen. Mijn zusjes en ik hadden een schema gemaakt waarbij we om beurten 's nachts bij mijn vader bleven slapen zodat mijn moeder haar nacht kon benutten om zelf bij te tanken. De bewuste ochtend toen ik mijn hond aan het uitlaten was voelde ik ineens een enorme scheut pijn door mijn tumor gaan. Tien minuten later was ik thuis en hoorde ik van Yaakov dat mijn moeder net had gebeld om te zeggen dat mijn vader was overleden.

Elimor die zeer aan haar opa was gehecht, was woest dat ik haar die dag niet meenam. Ze wilde ook naar opa. Ik beloofde dat ze de volgende dag mee mocht.

Mijn vader werd opgebaard in een nabij gelegen mortuarium waarbij we geregeld hadden dat we wanneer we maar wilden bij hem aanwezig mochten zijn. Elsbeth, mijn jongste zusje, en haar vriend hadden zich voorgenomen gedurende 3 dagen een wake te houden.

De volgende ochtend ging Elimor al vroeg met ze mee naar OPA. Ze had al haar tekenspullen meegenomen. Yaakov en ik zouden een uurtje later volgen om haar weer mee terug naar huis te nemen. Er was zoveel te regelen dat we niet 1 maar 2 uur later in het mortuarium aankwamen. Elimor zat heel vredig naast opa te tekenen en piekerde er niet over om met ons mee terug te gaan naar huis. Ze had zijn borst geheel met bloemetjes versierd en voerde hele gesprekken met hem. Het was fantastisch te zien hoe dit jonge wezentje met de dood omging. Op school zou ze de volgende dag ook aan haar juf vertellen dat opa net als een vlinder uit zijn lichaam was weggevlogen.

Naar mijn vaders wens werd hij gecremeerd in besloten kring. Na de crematie keerden we terug naar ons ouderlijke huis. Ik liep naar de badkamer en had nog maar net de deur achter me dicht gedaan toen ik ineens heel sterk mijn vaders aanwezigheid voelde. Het was zo sterk dat ik het gevoel had dat hij ieder moment zou kunnen gaan spreken. Alles was nog veel te vers en hier was ik helemaal niet op voorbereid met als gevolg dat ik de badkamer uitrende en dekking zocht in de aanwezigheid van de rest van de familie. Toen ik 's avonds weer thuis was gebeurde het nogmaals. Weer voelde ik dat mijn vader vlak bij me was. Er kwam een soort vreemde angst in me op omdat ik geen idee had hoe ik hier mee om moest gaan. Ik had in de afgelopen jaren veel spirituele lectuur gelezen over doodgaan, reïncarnatie en alles wat hiermee samenhangt maar om het daadwerkelijk mee te maken is een heel ander verhaal.

Die nacht had ik een zeer vreemde droom die hier helemaal mee verbonden was. Ik liep op een speelplaats waarop twee hoge houten torens met ieder drie verdiepingen stonden. Ze deden me denken aan de wildtorens in de bossen waar mijn vader me zo nu en dan mee naar toe nam toen ik nog klein was. Eén was open zonder wanden de ander was gesloten. Ik koos de gesloten toren, liep naar binnen en vond een houten trap die leidde naar de verschillende verdiepingen. Op de tweede verdieping aangekomen zag ik plotseling twee slangen met een merkwaardig V-teken aan weerszijden van hun kop. Zij versperden de toegang naar de derde verdieping, de etage waar ik naar toe moest. Van schrik leek het of mijn hart ineenkromp, hetzelfde gevoel wat ik 's middags in de badkamer van mijn ouders had gevoeld. Ik raapte al mijn moed bij elkaar en schopte de slangen van de trap waarna ik verder naar boven klom. Na een tijdje daar te zijn geweest liep ik met lood in mijn schoenen weer naar beneden, bang dat ik dezelfde slangen opnieuw zou tegenkomen, wat niet het geval was. In mijn droom ging ik naar Lea Hellendoorn, mijn paranormaal genezeres. Zij wist tot mijn grote verbazing de slangen precies te beschrijven. Ze vertelde mij dat ik absoluut niet bang hoefde te zijn omdat deze slangen de taak hadden mij de weg te wijzen.

Ondanks deze boodschap die ik via een droom had ontvangen bleef ik maanden met een angstig gevoel rondlopen. Ik vermeed donkere ruimtes, probeerde altijd iemand bij me in de buurt te hebben om niet alleen te zijn bang dat het weer zou kunnen gebeuren.

Ik durfde het niemand te vertellen. Ik was ervan overtuigd dat men mij voor gek zou verklaren.

Drie maanden na het overlijden van mijn vader vertrokken we met de naaste familie op twee boten naar de zandplaat vlak voor de kust van Vlieland met de urn die het as van mijn vader bevatte. Mijn vaders laatste wens was een zeemansgraf in de buurt van zijn beste vriend die enkele maanden voor hem was overleden aan de gevolgen van kanker. Het was schitterend weer die dag met nauwelijks een zuchtje wind. We gingen voor anker en de twee boten werden aan elkaar vastgemaakt. Elimor zou samen met mijn moeder de as over zee strooien wat ook gebeurde. Elimor was echter vanaf het moment dat ze voor het eerst in een zwembad gegooid werd (*2 maanden na de geboorte*) een waterrat. Voordat we er erg in hadden sprong die duvel even later de zee in met als gevolg dat ze onder de as zat. Het was zo'n vreemd gebeuren met als gevolg dat we binnen de kortste keren met zijn allen dubbel van de lach aan boord of ook in zee lagen. Iedereen was het er over eens dat mijn vader zich geen betere teraardebestelling had kunnen bedenken.

Op een dag kwam Marijke langs met het nieuws dat ze een fantastisch weekend achter de rug had. Ze had een inwijding voor Reiki I gehad en geleerd hoe je een eenvoudige regressie bij iemand kon uitvoeren. Ik besloot haar van mijn angsten op de hoogte brengen die meer en meer gepaard gingen met een beklemmend gevoel in mijn borststreek. Dit alleen al luchtte me enorm op en we prikten onmiddellijk een datum voor een eerste afspraak.

Regressies

Verslag van 11 november 1994

Marijke begint met het geven van Reiki op mijn hoofd en schouders. Bij mijn borstbeen brengt ze mij in een soort trance. Vanaf dit punt geleidt ze mij in een visualisatie waarbij ik in een soort zaal terechtkom waar ik een trap naar beneden aantref die ik helemaal af moet lopen. Ik kom bij een deur die ik open en stap regelrecht de bewuste droom weer binnen waar mijn angsten begonnen. Ik herken mijzelf als een indiaans meisje. Ik loop de trappen van de toren op en boven aangekomen zie ik in de verte een groep herten staan. Ik weet dat ik een speciale binding met deze herten heb. Er is iets aan de hand en ik loop naar ze toe. Als ik ze vraag wat er is zie ik de schaduw van een man met een geweer in de aanslag om op de herten te schieten. Als ik naar hem toe loop wendt hij zich af daar hij niet gezien wil worden. Maar ik neem waar dat hij eenzelfde kostuum draagt als de soldaten droegen tijdens de Amerikaanse Burgeroorlog. Ik merk dat hij de spot met me drijft en voel een woede in me opkomen en draai me om. Ik hoor de man richting bosrand verdwijnen en voel dat ik zelf naar het licht zweef. De man heeft me met een schot in de rug doodgeschoten. (*op deze plek heb ik een moedervlek zitten*) Ik zweef steeds verder weg naar een enorm licht en het voelt heerlijk. Eigenlijk heb ik helemaal geen zin om weer in mijn lichaam terug te keren. Het kost Marijke dan ook enige moeite mij terug te halen.

Als ik weer in mijn lichaam zit, vraagt Marijke mij naar de soldaat toe te gaan om hem te vertellen wat hij heeft misdaan. Hij begint te huilen en ik sla mijn armen om hem heen. Ik krijg de opdracht naar het dode lichaam van het meisje te gaan en een rouwceremonieel te doen. Ik strooi bloemen over haar heen waarbij alle herten om ons heen komen staan. De motto van dit leven was : de leer van de herten, die zegt dat we van elkaar moeten houden. (*Als meisje van twee was ik met mijn ouders in het bos aan het wandelen. Ik dribbelde vaak zo'n 100 meter achter ze aan omdat ik altijd naar van alles op zoek was. Volgens mijn ouders*

sprongen er op een gegeven moment een hele groep herten over me heen . Ik was helemaal niet bang en kon alleen maar heel enthousiast “hertje” uitroepen. Vandaag de dag als ik in het bos loop is het net of ik ze onmiddellijk kan opsporen en waarnemen.)

Marijke vraagt me nu in te zoemen in het beklemd gevoel in mijn borst . Ik kom nu in de 16^{de} eeuw terecht en herken mijzelf als een adellijke jongen van 15 jaar. Mijn naam is Lennaert. Op de 2^{de} verdieping van de dichte toren zie ik een bed staan met een groene spreij. Tegen de muur staan boekenkasten vol met lectuur over filosofie. Ik zie een oude man met krullend grijs haar. Ik herken hem als mijn huidige vader. De oude man is mijn leermeester die mij onderwijst in het kopiëren van teksten. Naast ons huis is een watermolen waar ik door mijn eigen toedoen inval. Ik raak beklemd met mijn borst maar wordt op tijd gered. Als Marijke mij naar het motto van het ongeluk vraagt is het antwoord: meer vrijheid voor mijzelf zoeken, reizen , naar buiten gaan.

Even later schiet ik weer in een ander leven. Dit keer ben ik een man met een zwarte pruik en raak bedolven onder enorme stenen die van de berg af komen rollen. Weer vraagt Marijke mij naar het motto van dit ongeluk. Dit keer is het antwoord dat ik te egoïstisch ben geweest en te weinig ruimte had voor anderen. Marijke stelt voor om de stenen van de borst te halen en hem te troosten

Hierna vraagt ze mij terug te gaan naar de houten toren om een gesprek aan te gaan met de twee slangen. Vanuit de toren glijden ze naar me toe omdat ze mij iets wil schenken. Ze maken een soort ronde muts van gevlochten gras. Deze muts is bestemd om me te beschermen en me tegen het kwaad te behoeden. Ik bedank ze ontroerd , zeg dat ik niet langer bang voor ze ben, waarna ze mij net als een kat kopjes beginnen te geven.

Ter afsluiting stelt Marijke voor dat ik samen met mijn vader terugkeer naar de houten torens. Hier aangekomen vraag ik hem mijn gids te blijven. Ik merk dat plotseling de druk in mijn borst terugkeert. Ik besluit mij vraag anders te formuleren waarbij ik als voorwaarde stel dat hij bij licht komt en niet meer in het donker. Deze afspraak wordt gemaakt.

We sluiten af. De sessie heeft anderhalf uur geduurd.

Naar aanleiding van de boodschap die ik had ontvangen waarin werd aangegeven dat ik meer tijd voor mijzelf moest vrijmaken, werd mij ineens duidelijk met Kerst dat het tijd was om ons hotelletje te gaan verkopen. Ik had in de afgelopen 4 jaar mijn eigen gevangenis gecreëerd. In het begin was het een uitdaging geweest. Niemand geloofde dat het ons zou lukken uit het niets een B&B te beginnen. Er kwam toen iets in me op van, ik zal ze laten zien waartoe ik allemaal in staat ben. We hadden ruimte voor zes kamers. Dit was te weinig om iemand in dienst te kunnen nemen met als gevolg dat ik zelf op het schoonmaken van de kamers na, overal voor moest opdraaien.

Voor Yaakov kwam de mededeling dat ik ons pand wilde gaan verkopen als een complete shock. Hij was in de afgelopen jaren gehecht geraakt aan de omgeving en de mensen uit het dorp. Hij had in tegenstelling tot mijzelf de vrijheid om wekelijks twee dagen in Amsterdam door te brengen naast het feit dat hij regelmatig voor zijn werk naar Israël ging. Ik daarentegen was vooral in de weekenden en vakanties altijd druk bezet.

Elimor begon hier langzamerhand ook meer moeite mee te krijgen omdat ik vaak nauwelijks tijd voor haar had.

Ik had geen idee waar mijn nieuwe plannen mij naar toe zouden gaan leiden. Het enigste was dat ik mijn vrijheid terug wilde en liefst zo gauw mogelijk.

Verslag van 6 januari 1995

De vraag tijdens deze sessie was: Waar heeft het gezwel met mijn linkeroor mee te maken?

Ik raakte heel gemakkelijk in trance. Ik werd geleid naar een zaal achter mijn linker oor. Hier vond ik weer een trap die ik afliep. Ik kwam uit in troonzaal die heel prettig aanvoelde. Het

had een prachtige erker met ondoorzichtig glas in kleine vierkantjes. Verder had het blauwachtige zuilen en een gouden troon waar een koning op zat. Hij was rond de vijftig jaar en had een wrede mond. Iedereen die hem niet aanstond werd ter dood veroordeeld.

Ik werd naar mijn slaapkamer geleid door een gang met een rode loper. In de slaapkamer stond een groot hemelbed. Op Marijke haar vraag met wie ik dit bed deelde was het antwoord: de Koning. Ik liep naar een grote spiegel en zag mijzelf in een blauwe cape met een opstaande kraag. Mijn naam was Loraine. Even later zag ik mijzelf buiten lopen met een heleboel honden. Ik zag een ruige kust met rotsen wat ik herkende als Zuid Engeland rond de twaalfde eeuw. Ik had onenigheid met mijn gemaal gehad omdat ik teveel optrok met het bedienend personeel. Ik, in tegenstelling tot de koning, hield ervan om op de hoogte te blijven van wat zich afspeelde aan het hof.

Dan wordt de koning vermoord door een aantal bedienden. Ik neem zijn plaats op de troon in en stel een soort ministerraad van ridders samen. Gezamenlijk besturen we ons rijk. Wanneer twee ridders dwarsliggen weiger ik ze terecht te stellen. Ze blijven gehandhaafd en blijken later een grote waarde te hebben.

Marijke vraagt me mij voor te stellen aan het einde van dat leven. Ik draag het koningschap over aan mijn zoon. Het motto van dit leven was: **Luister naar mensen en laat ze in hun waarde**. Als Marijke mij laat vragen aan de koningin waarom ik een gezwel aan mijn oor heb in dit leven dan is het antwoord: Je moet beter naar jezelf luisteren want dan wordt je geleid. Ik neem afscheid en sluit Loraine in mijn armen. Het is alsof we versmelten waarbij ik haar aanwezigheid in mijn hart voel.

Op 18 januari kreeg ik een Egyptische healing van Marijke. Ze bracht me in trance naar mijn oor waar ik het gezwel kon waarnemen. Het zag eruit als een wat sponsachtige, stevige rosébruine homp vlees.

Met een blauwe laser maak ik aan twee kanten het gezwel open. Het heeft de vorm van twee hersenhelften. Met een krabber en een mesje snijd ik het vlees voorzichtig los van de zenuwen. Daarna voel ik dat ik het vlees moet vermalen wat kan met de kleine pureermachine die ik in mijn gereedschapskoffertje heb zitten. Op deze manier wordt het een vloeibare massa die ik met behulp van een slang zo uit mijn lichaam kan laten vloeien. Nu is het tijd om de wond met een balsem te masseren. De huid is enorm uitgerekt. Dit laat ik door middel van een oranje licht krimpen waardoor het z'n normale omvang weer terugkrijgt. Marijke brengt me nu via mijn ruggengraat naar het middelpunt van de aarde. Hier ontdek ik een buis die in het begin zilverachtig is en langzaam in een rotsachtige gang met lichtpunten overgaat. In het midden is veel licht. Op deze plek geef ik het afval van de tumor terug aan de aarde waar het kan transformeren. Ik bedank het afval en raap een van de kristallen op die daar liggen om op mijn oor te leggen. Het kost me veel moeite de weg terug te vinden omdat ik iedere keer andere beeldflitsen zie. Als ik weer helemaal bij ben merk ik dat ik een pijn achter in mijn hoofd heb die ik op dat moment niet kan verklaren. Ik ben te moe om dit nog verder uit te zoeken.

Verslag van 25 januari 1995

Marijke bracht me in trance naar een weide waar ik van de zon gouden licht oogjes en handjes krijg. Ik begin mijn oor te inspecteren en zie dat het er prachtig uitziet. Er zit nog een beetje rommel in wat ik via een trechter aan de achterkant van mijn oor door een gat laat verdwijnen. De reden dat het een gezwel een hersenachtig uiterlijk had aangenomen was dat het de functie van een sensor had. Er was hier verder niets meer te doen waardoor Marijke mij voorstelde naar de achterkant van mijn hoofd te gaan waar ik de afgelopen keer zo'n druk had gevoeld. Daar aangekomen blijken het de kleine hersenen te zijn die enigszins bekneld zitten.. Ik voel dat ik het gebied rondom de hersenen wat wil masseren. De functie van de kleine

hersenen blijkt het opvangen van visioenen te zijn. Ik kan hier verder niets doen en krijg te horen dat alles goed komt zolang ik maar naar mijzelf luister en geduld leer te hebben.

Verslag van 1 februari 1995

Deze keer besluiten we in te zoemen op een droom die regelmatig terugkeert waarin mijn ex met wie ik 5 jaar lang een intense relatie had, voorkomt. De dromen zitten nog steeds vol met vervelende emoties als boosheid, minachting en jaloezie.

Marijke leidt me naar een spreekkamer bij mijn hart waar hij op een gegeven moment binnenstapt. Hij is blij me te zien. Ik vertel hem dat ik nu echt afscheid van hem wil nemen. Hij reageert verdrietig en zegt me niet kwijt te willen raken als vriend. Ik maak duidelijk dat dit ook niet zal gebeuren. Vanuit het plafond schijnt er ineens een lichtbundel naar beneden op het tafeltje tussen ons in. Dan breekt het plafond open en mijn ex wordt meegenomen door het licht naar boven. Hij zwaait ten afscheid. Ik zie overal bloemen in vazen rondom mij heen staan die me stuk voor stuk vertellen dat ik mijn eigen weg moet gaan. Ik laat een duif omhoogvliegen die achter hem aan vliegt. De duif staat voor vrede en ik voel dat hiermee deze relatie eindelijk goed is afgerond.

Verslag van 8 februari 1995

Ik heb de afgelopen dagen weer meer last van mijn oor gehad. Marijke stelt voor hier eerst weer even naar te kijken. Ik ontdek dat de pijn veroorzaakt wordt door een zenuw die is doorgesneden tijdens de eerste keer dat de tumor is verwijderd. Ik breng er een balsem op aan waarmee ik de zenuw in masseer. Dit kost me de nodige moeite omdat ik voortdurend gehinderd word door een rode mist. Deze verhindert mij heldere beelden te krijgen. Even later ontdek ik dat deze wolk met mijn buik te maken heeft. Dan pas realiseer ik me dat het samenhangt met mijn menstruatie. De wolk geeft duidelijk aan dat mijn lichaam op dit moment rust nodig heeft en dat we de sessie moeten uitstellen tot een ander moment.

Verslag van 15 maart 1995

Dit keer leidt Marijke me naar een berg na mij in trance te hebben gebracht. Hier ontmoet ik mijn Hoger Zelf in de gedaante van een oude wijze man met een lange witte baard, gekleed in een blauw overkleed met daaronder een witte jurk. Zijn ogen zijn grijsblauw en stralen enorm veel liefde uit. Hij houdt een soort staf in zijn hand en draagt een kleine kroon. Wanneer hij mij aanraakt brengt dit een sterke tinteling in mijn lichaam teweeg.

Ik vraag hem naar mijn levensopdracht en even later word ik meegevoerd door een blauwpaarse gloed. Ik zie flitsen van kale bossen voorbijkomen en even later ben ik in de kosmos. Hier toont hij mij de gaten in de Ozonlaag. Vervolgens lopen we in een bos naar een klif met uitzicht op zee. Er komen elf mensen aangezweefd. Ik blijf de twaalfde te zijn en gezamenlijk vormen we één bewustzijn. Ieder lid van deze groep heeft ook weer een achterban die uit twaalf personen bestaan, die ook ieder weer een eigen achterban heeft en ga zo maar door. Wij zijn de initiators van de twaalf energieën, met allemaal een eigen kleur. Oranje hoort bij mij. Dit staat voor vuur. Mijn huidige sterrenbeeld is boogschutter wat ook een vuurteken is. Ik krijg te horen dat ik heel bewust zal moeten gaan leven en eten om een stralend voorbeeld te zijn voor mijn omgeving.

Plotseling voel ik me naar beneden vallen en kom in een paradijs terecht. Alles is zo mooi en perfect met als gevolg dat ik merk dat ik me begin te vervelen en hoor me tot mijn eigen ontzetting vragen aan mijn gids: “wat nu”? Mijn gids begint te lachen en zegt : “wat er hierna komt is momenteel nog teveel voor je om te kunnen bevatten. Zodra je er klaar voor bent zul je het weten”.

Dan toont hij me beelden van een catastrofe rond 2005. Heel Europa staat in brand. Er is nauwelijks nog leven. Het vuur reinigt de aarde. Er ontstaan hoge vloedgolven die de helft

van Nederland doen verdwijnen net als het zuiden van Groot Brittanië. De Sahara wordt weer vruchtbaar. In het Midden Oosten moorden ze elkaar uit. Jeruzalem blijft bestaan. Australië blijft het meest ongedeerd.

Ik neem afscheid van mijn gids. Hij zegt dat ik hem ten allen tijde kan ontmoeten in de natuur.

Essiac

Yaakov ontmoette tijdens zijn wekelijkse bezoeken aan Amsterdam een aantal nieuwe personen. Ze waren stuk voor stuk geniaal in hun vakgebied wat door hun gecombineerd met een vorm van spiritualiteit die geheel nieuw voor me was maar die me onmiddellijk zeer intrigeerde. Otto was één van hen. Hij had medicijnen gestudeerd maar was na 4 jaar gestopt uit onvrede over de gang van zaken in de medische wereld waar de studenten volgens hem langzamerhand gehersenspoeld worden om zo hetzelfde beleid voort te kunnen zetten. Hij was regelmatig te gast bij ons en Yaakov en hij konden uren filosoferen over de toekomst. We kregen ook een nieuwe stroom aan informatie over Alternatieve Geneeswijzen, die ik gretig in me opnam.

Bij één van mijn beste vrienden, Santiago del Corral, was net AIDS geconstateerd. Ik had reeds acht kennissen aan de AIDS verloren en probeerde op een bijna wanhopige manier informatie te verzamelen die deze rotziekte tot stilstand zou kunnen brengen. Zo kwam ik op een gegeven moment ook aan de informatie over ESSIAC.

Essiac was een kruidenthee afkomstig van een Canadese verpleegster, Rene Caisse, die het recept had ontvangen van een Indiaanse Ojibwa medicijnman. Door haar achternaam Caisse om te draaien ontstond de naam ESSIAC. Ze heeft zich haar hele leven tot aan haar dood in 1978, ingezet om mensen met voornamelijk kanker te behandelen in haar kliniek. Vele mensen zijn door deze kruidendrank genezen of geholpen daar de pijn een stuk dragelijker werd. Essiac bevat meerdere kruiden, ieder met zijn eigen unieke functie, die het lichaam en het afweersysteem helpen de kankercellen te bestrijden. Het is gebaseerd op de stelling dat het lichaam moet werken in een perfecte harmonie. Als iets uit balans is, kan dat de oorzaak zijn dat er een ziektebeeld wordt ontwikkeld.

Via via kwam ik achter het telefoonnummer van degene die na de dood van Rene Caisse de productie en distributie van Essiac over had genomen. Ik bestelde onmiddellijk een aantal flessen die ik naar Santiago opstuurde. Ik had vaak lange telefoongesprekken met hem om hem op te peppen en instructies te geven maar iets in hem had de moed reeds opgegeven. Dit was heel moeilijk voor mij daar ik een vechter in hart en nieren ben. 2

Vaccinaties

Begin maart begon Elimor een vervelende hoest te ontwikkelen. Op school werd mij verteld dat er kinkhoest heerste. Dit was vreemd omdat alle kinderen op Elimor na, een vaccinatie tegen kinkhoest hadden gehad. Dit hield dus in dat ondanks de vaccinatie de ziekte de kop kan opsteken. Elimor hadden we bewust niet tegen kinkhoest, bof, mazelen en rode hond ingeënt. Dit was het advies geweest van onze Antroposofische huisarts die ons duidelijk had gemaakt hoe belangrijk de kinderziekten voor de verdere ontwikkeling van het kind waren. Hij legde uit dat vaccinaties nut hadden in Derde wereld landen waar het afweersysteem van de meeste kinderen laag is, waardoor kinderziekten een fatale afloop kunnen hebben. In ons land was dit echter niet het geval. Indien je toch voor vaccinaties koos, dan was het heel belangrijk dat deze per ziekte gegeven zouden worden en niet in de vorm van een cocktail. In de natuur komt het ook niet voor dat een lichaam voor drie of zelfs meer ziektes tegelijk antistoffen aan

moet maken. Dit kan ertoe leiden dat het afweersysteem als het ware opgeblazen wordt waardoor het kind vervelende complicaties kan oplopen.

The Center for Disease control and Prevention, het hoogste Amerikaanse overheidsorgaan voor infectieziekten identificeerde in 1994 , 34 belangrijke bijwerkingen van de prikken, die varieerden van problemen met het bloed, astma, infectieziekten en diabetes, tot aan neurologische stoornissen als meningitis, polio en gehoorverlies. De grootste uitschieter was toevallen.(epilepsie, stuip trekkingen en flauwvallen). De effecten van de BMR-prik kwamen naar buiten binnen vier tot veertien dagen na de prik. Bij DTP in de eerste 24 uur.

Bij onderzoek in Duitsland bleek dat 1 op elke 25 kinderen hersencomplicaties kreeg, één op de 400 zou gaan lijden aan stuip trekkingen. Nieuw onderzoek legt voorzichtig verband tussen de sterke toename van de ziekte van Crohn en dikkedarmontstekingen bij kinderen.

De natuur gaat gewoon z'n eigen gang en vormt variaties op de virussen die men door middel van de vaccinaties probeert uit te roeien. Nieuwe ziektes steken de kop op waaronder atypische mazelen, een vorm van mazelen die zeer kwaadaardig is en moeilijk valt te behandelen of meningitis, koortsstuipen, encefalitis en epilepsie als gevolg van het bofvaccin.. Onderzoek begint ook langzaam aan te tonen dat het afweersysteem bij kinderen niet volledig tot ontwikkeling kan komen wanneer hun belet wordt de gewone kinderziekten te krijgen, waardoor men op een latere leeftijd een verhoogd risico loopt degeneratieve ziekten als kanker te ontwikkelen.

Het idee achter de vaccinaties is dat de ziektes uiteindelijk zullen verdwijnen indien alle mensen tegen een bepaalde ziekte worden ingeënt. Wetenschappelijk onderzoek heeft echter aangetoond dat bij een onderzoek 1 van zeven kinderen, allen ingeënt tegen mazelen, antistoffen in het bloed had tegen de ziekte. Bij een bloedonderzoek onder bloeddonoren in het Public Health Laboratory in Londen, bleek dat een kwart onvoldoende immuniteit tegen difterie bezat ondanks het feit dat ze hier in hun jeugd tegen waren ingeënt.. Dus met andere woorden , de geneeskunde weet in feite niet hoe lang de vaccins werken en of deze inderdaad in staat zijn een individu tegen een bepaalde ziekte te beschermen.

Mazelen zou ernstige hersenschade kunnen veroorzaken zoals encefalitis en SSPE(subacute sclerosing panencefalitis) of zelfs een dodelijke ziekte zijn. Een rapport van de SSPE Registry heeft echter aangetoond dat SSPE bij 1 op de miljoen gevallen optreedt en encefalitis andere oorzaken dan mazelen heeft nl.ernstige hoofdverwondingen of contact met bepaalde dieren..

Het begint er steeds meer op te lijken dat de antistofreactie bij een kind steeds geringer wordt hoe meer vaccin hij krijgt toegediend. Ook worden de inenting tegen mazelen, tetanus, cholera , griep en tuberculose in verband gebracht met de huidige ME-epidemie (chronische vermoeidheidssyndroom) als gevolg van een fysieke disfunctie veroorzaakt door antistoffenreacties op incomplete, dode of zelfs latent aanwezige virussen die door de vaccins worden ingebracht. Dit kan leiden tot nieuwe generaties volwassenen met onvoldoende immuniteit die niet in staat zijn hun pasgeborenen te beschermen .

Alternatieve methoden om kinderen tegen ziekten als mazelen te beschermen zijn het toedienen van vitamine A. Dit kan de complicaties van kinderen die ernstig ziek zijn drastisch verminderen.³

Het homeopathische middel Menigococcinum IICH biedt bescherming tegen meningococcon A,B,en C zonder enige bijwerking. Het advies is om 4 verschillende potenties te geven om het werkingsgebied te verbreden. De 30K, 200K, MK en XMK in 4 opeenvolgende dagen, 2 granulen in de mond te laten smelten. Deze procedure dient na een jaar herhaald te worden en daarna elke 5 jaar totdat de kinderen 20 jaar zijn.⁴

Geef uw kind een gezond voedingspatroon en wortelsap en kies indien mogelijk voor borstvoeding, het oudste en best immunisatieprogramma wat er bestaat.

De Nederlandse Vereniging Kritisch Prikken geeft duidelijke informatie over de voors en de tegens van het vaccineren.⁵

Depressie

Eind maart vertrokken we (*mijn moeder, Elimor en ikzelf*) met Yaakov naar Kibboets Ein Gedi aan de Dode Zee in Israël, naar waar hij een groep psoriasis en reuma patiënten begeleidde. Elimor had nog altijd kinkhoest en hield je hierdoor de halve nacht wakker. Om Yaakov te ontzien die daar voor zijn werk was, besloot ik het appartement te delen met mijn moeder en Elimor. Normaal gesproken is het vanaf begin maart reeds prachtig weer in deze streek maar dit jaar was het anders. Het regende vaak en dit creëerde sterk stromende rivieren die plotseling uit het niets vanaf de bergen naar beneden stroomden en hele stukken van de weg langs de Dode Zee met zich meesleurde. Ook ontstonden de meest fantastische luchten met soms wel twee of drie regenbogen tegelijkertijd, die een volmaakte cirkel over het water vormden.

Johan Ehrlich, een antroposofische reumatoloog, was mee als begeleidend arts. Hij was samen met z'n dochtertje Annefee, die één jaar ouder was dan Elimor. Omdat het zelden warm genoeg was om modderbaden aan de zee te nemen en te stormachtig om erin te zwemmen, waren we genoodzaakt andere bezigheden te bedenken. Elimor en Annefee hadden de wilde katten in de kibboets ontdekt, die ze zoveel mogelijk met stiekem meegenomen voedsel uit de eetzaal aan het bijvoeren waren. Ze hadden af en toe kolonies van wel 20 katten om zich heen verzameld waarvan met name de kleintjes het voorrecht hadden ook nog eens lekker vertroeteld te worden. Het eerstvolgende weekend had Yaakov twee vrije dagen die we benutten om familie en vrienden te bezoeken in Tel Aviv. Wat heel uniek was, was het feit dat Elimor dit weekend voor het eerst haar grote broer Ofir zou ontmoeten die negen jaar ouder was. Ofir zijn moeder was zes maanden daarvoor overleden en Yaakov kreeg nu eindelijk de mogelijkheid de banden met zijn zoon aan te halen. De ontmoeting vond plaats in het huis van goede vrienden. Vanaf het moment dat hij binnenkwam was er blijk van herkenning terwijl Elimor en Ofir elkaar nog nooit eerder in levende lijve ontmoet hadden. Binnen vijf minuten zat Elimor bij hem op schoot en leek het of ze elkaar vanaf haar geboorte kenden. Dat bloedbanden ongelofelijk sterk zijn was ons al eerder opgevallen toen Elimor haar neef voor het eerst ontmoette een jaar daarvoor. Ook toen had er iets soortgelijks plaatsgevonden.

De avond werd een groot succes.

De volgende morgen hadden we afgesproken Yaakov zijn moeder in Holon, een voorstad van Tel Aviv een bezoek te brengen. Het had al een paar dagen praktisch non-stop geregend met als gevolg dat de wegen naar Holon volkomen blank stonden. Het water stond zo'n 30 tot 40 cm hoog wat inhield dat als we pech hadden we in het water vast zouden kunnen komen te zitten. We besloten het er toch op te wagen, waarschijnlijk omdat het een huurauto was waarin we reden. We kwamen overal kinderen tegen die in rubberbootjes speelden en genoten van deze vreemde en unieke gebeurtenis. We arriveerden zonder al te veel problemen anderhalf uur later dan gepland waar ons een verrukkelijke maaltijd wachtte.

Die avond keerden we terug naar Ein Gedi en kozen we voor de lange route via Arad. De weg via Jeruzalem was op verschillende plekken praktisch onbegaanbaar geworden waardoor we de kans liepen niet verder door te kunnen rijden. We arriveerden zonder veel oponthoud rond een uur of 10 terug in de kibboets waar ons voor de verandering een heldere avond met een prachtige sterrenhemel opwachtte.

Enkele dagen daarna stond er een excursie naar Jeruzalem op het programma. We hadden het advies gekregen warme kleding te dragen omdat de temperatuur in Jeruzalem tussen de 10 tot 15 graden Celsius lager is dan aan de Dode Zee. Op de heenweg maakten we een stop in een andere kibboets waar we een film over de Dode Zee rollen te zien kregen. Daarna vervolgden we onze reis en kwamen uiteindelijk aan in de Oude Stad. Elimor raakte helemaal gefascineerd door de klaagmuur en vroeg of ze er een wens in mocht stoppen. Nadat ze het

papierrolletje in de muur had gestopt, ging ze in een soort trance die tot mijn grote verbazing een kleine vijf minuten duurde. Ik liep daarop zelf naar de muur toe en voelde een meter voor de muur een enorm sterke energie, die enorm veel verdriet in zich had. Mijn moeder stond er een beetje verlaten bij. Toen ik haar vroeg of alles oké was, kwamen plotseling de tranen, de eerste na het overlijden van mijn vader. Ze voelde zich doodongelukkig en eenzaam. Ze was al die tijd voor zichzelf op de vlucht. Probeerde door aankopen en veranderingen in haar huis de leegte op te vullen maar kwam nu bij de klaagmuur tot de conclusie dat dit niets hielp. Ze moest weer een nieuwe invulling voor haar leven vinden maar wist niet hoe. Ik liet haar begaan en sloeg een arm om haar heen waarna we naar een plein in het Joodse kwartier liepen waar we falaffel voor de lunch bestelden. Yaakov had zich al die tijd met de groep bezig gehouden en vond eindelijk even tijd om bij ons te zitten. Toen hij aan mijn moeder vroeg of alles goed was omdat hij vanuit zijn ooghoeken had opgemerkt dat er iets aan de hand was, zei ze met een stralend gezicht dat ze van alles genoot. Dit was het moment dat ik me voor het eerst zorgen begon te maken. Over het algemeen had ze een hele goede verhouding met Yaakov en vertrouwde ze hem ook. Hoe lang was ze al de schijn op aan het houden door dit toneelspel. Ik probeerde het in de dagen daarop enkele malen ter sprake te brengen maar merkte dat ze ook mij aan het ontwijken was.

Eenmaal terug in Nederland besloot ik mijn zusjes in te lichten. Zij waren ook zeer verbaasd omdat ze ook tegen hen de schijn ophield.

Eind april werd ik opgebeld door een vriendin van mijn moeder met het bericht dat het absoluut niet goed ging met mijn moeder. Ze at en dronk niet meer en lag geheel apathisch al enige dagen op bed. Ik overlegde met Yaakov wat we het beste konden doen en we besloten haar op te halen zodat ze voor onbepaalde tijd bij ons zou kunnen verblijven. We hadden tenslotte ruimte genoeg. Ze was er gelukkig gelijk toe bereid en samen pakten we een koffer in met alles wat ze de komende tijd nodig zou hebben.

Ze bleek er slechter aan toe te zijn dan ik in eerste instantie had gedacht. Ze had in feite de lust verloren om nog verder te willen leven en daarom eten en drinken uit haar leven gebannen. Dit had tot gevolg dat ze een fobie voor water ontwikkelde die haar er zelfs van weerhield om te douchen. In de weken daarna knapte ze langzaam een beetje op. Het gezelschap van Elimor en Sacha, onze labrador retriever deden haar zichtbaar goed. Ze moest van voren af aan beginnen met het opbouwen van haar leven. Mijn vader was een zeer dominante persoonlijkheid geweest die alle zaken altijd geregeld had. Hierdoor had ze zichzelf in feite helemaal weggecijferd. Rekeningen had ze nog nooit zelf betaald. Alle bankpapierassen waren chinees voor haar waardoor ze zich ongelofelijk dom en bijna mensonwaardig voelde. Yaakov besloot Johan Ehrlich op een gegeven moment advies te vragen. Hij stelde voor dat ik die week samen met mijn moeder bij hem langs zou komen in Berg en Dal, de Antroposofische kliniek in Bilthoven. Tot nu toe had ze ieder contact met enig arts vermeden. Johan had ze echter vanaf het eerste moment dat ze elkaar op Schiphol ontmoetten gemogen met als gevolg dat we dus enige dagen later samen naar Bilthoven reden. Johan had onmiddellijk in de gaten wat er aan de hand was. Hij stelde voor dat ze zich inschreef in "het Prins Hendrikoord", een antroposofische ingestelde kliniek tussen Bilthoven en Soest, waar men zorgvuldig kijkt welke bouwstenen iemand nog heeft om van daaruit weer een leven op te bouwen. Hij gaf ons de gegevens mee en beloofde een goed woordje voor haar te doen.

Ik merkte dat er door het advies van Johan, een bepaalde rust over haar heen kwam. Zijn aanpak was een manier die haar aansprak vooral het feit dat ze op deze manier zonder medicijnen behandeld zou kunnen gaan worden. De volgende dag belde ik met het Prins Hendrikoord om haar in te schrijven. Normaal gesproken was er een wachttijd van ongeveer twee maanden maar door bemiddeling van Johan Ehrlich zou ze op 10 augustus geplaatst

kunnen worden. Dit betekende dat ze daar over ruim drie weken geplaatst zou kunnen worden.

Een week na ons bezoek aan Bilthoven stelde ze zelf voor om met de trein naar Baarn te gaan om een paar dagen bij een zwager en diens vrouw te logeren. We vonden dit een goed signaal en het gaf ons de mogelijkheid weer eens iets met zijn drietjes te organiseren.

De dag dat ze weer terug zou komen belde ik 's morgens even op om te vragen hoe laat haar trein zou arriveren in Maastricht zodat we haar af zouden kunnen halen. Yaakov stond op de afgesproken tijd bij het station. Allerlei mensen kwamen naar buiten maar er was geen spoor van mijn moeder te bekennen. Ook in volgende trein zat ze niet. We snapten er niets van. Yaakov besloot op het station te blijven en kwam na een uur eindelijk in gezelschap van mijn moeder thuis. Ze was volkomen in de war. Het was net of we weer helemaal van voren af aan moesten beginnen.

Twee weken voordat ze naar het Prins Hendrikoord zou gaan belde een vriendin van haar uit Baarn op. Zij stelde voor om mijn moeder een de komende week te verzorgen in haar eigen huis. Ze had vernomen dat een zuster van mijn vader met haar man, beiden arts en woonachtig in Friesland daar ook graag een dagje langs wilden komen. Daarna zou ze nog een laatste week bij mij verblijven om vandaar naar het Prins Hendrikoord gaan. Op drie augustus was het mijn moeder 's verjaardag. Ik belde naar haar huis rond een uur of 10 en trof niemand aan. Een uurtje later probeerde ik het nogmaals en weer werd er niet opgenomen. Ik begon me ongerust te maken en besloot één van mijn zusjes te bellen om te vragen of die misschien meer wisten. Tot mijn grote ontzetting kreeg ik te horen dat de familie achter mijn rug om had besloten haar op te laten nemen op de psychiatrische afdeling van het ziekenhuis in Venlo. Het gene waar mijn moeder als de dood voor was, was werkelijkheid geworden. Ik wist geen woord meer uit te brengen en hing op. Ik belde het ziekenhuis op om naar de bezoektijden te informeren en besloot er nog dezelfde middag naar toe te gaan. In het ziekenhuis werd ik naar de gesloten afdeling geleid en trof een heel zielig hoopje aan, al helemaal volgestopt met medicijnen. Ik voelde een enorme woede naar mijn familie in mij opkomen. Thuisgekomen raadde Yaakov me aan het voorlopig los te laten omdat ik in mijn eentje toch niets zou kunnen beginnen. Ook anderen in mijn omgeving probeerden me ervan te overtuigen dat mijn moeder het zelf had toegelaten. Dit was net het gene wat ik sterk in twijfel trok. Mijn moeder had totaal geen ruggengraat meer dus hoe kon je van haar een weerwoord verwachten.

Mijn tumor had in die maand veel te verduren. Naast alle commotie rondom mijn moeder kreeg ik in augustus het telefoontje dat Santiago was overleden. Mariëtte, een vriendin was bij me toen ik het nieuws hoorde. Binnen enkele minuten was de tumor twee maal zo groot geworden en zeer pijnlijk. Mariëtte schrok toen ze het aanschouwde. Ik stelde haar gerust en wist dat ik het de komende dagen rustig aan moest doen. Persoonlijk ben ik er van overtuigd dat alle tumoren zo reageren. De meeste zijn echter niet zichtbaar waardoor je het minder in de gaten hebt.

Toegepaste kinesiologie.

In juni was Yaakov uitgenodigd door Otto om mee te gaan naar een feest op de Hof van Axen. Dit heette een cursuscentrum te zijn in Drente, prachtig gelegen aan een meer midden in de bossen. Yaakov kwam ontzettend enthousiast terug en vertelde dat hij Coby Schasfoort had uitgenodigd om langs te komen zodat ik haar zou kunnen ontmoeten. Zij was de belangrijke figuur achter de Educatieve en toegepaste kinesiologie in Nederland en vele andere landen en tevens oprichter van de Hof van Axen. Naast de vele cursussen die ze nog steeds geeft heeft ze haar eigen praktijk. Haar dochter studeerde medicijnen in Maastricht waardoor Coby regelmatig naar het zuiden afreisde. Ik had nog nooit van kinesiologie gehoord maar vanaf de eerste kennismaking met Coby raakte ik gefascineerd. Coby is een

fantastische persoonlijkheid, recht voor de raap, dus je weet onmiddellijk wat je aan haar hebt. Ze mag dan een echte Nederlandse zijn, maar op haar uiterlijk afgaand zou ze net zo goed Indiaans, Braziliaans, of Oost Europees bloed in zich kunnen hebben. Coby haar kijk op de medische wereld was precies zoals ik er zelf tegen aan keek, alleen had ik het nooit zo goed kunnen verwoorden. Haar droomwens was een kliniek of hospitaal te openen waar mensen lichamelijk terug in balans zouden worden gebracht. De voornaamste doelgroep bestond uit mensen die net vóór een medische ingreep stonden ofwel net geholpen waren. Het ziekenhuis moest een plek zijn waar je zo weinig mogelijk tijd zou moeten doorbrengen. Het woord ziekenhuis gaf het volgens haar reeds aan. Het is een huis voor zieken waar je zo snel mogelijk vandaan moest zien te komen .

We hadden veel te weinig tijd om alles te bespreken . Er kwamen zoveel thema's op die ons beiden boeiden, waarop Coby ons uitnodigde om een weekend bij hun in Drente te komen logeren. Ze zou ons een introductie behandeling geven die mij een beeld zouden moeten geven wat je zoal kunt doen met kinesiologie.

In dezelfde periode waren er voor het eerst serieuze gegadigden voor ons hotelletje. Ze waren met een bod gekomen wat weliswaar iets lager lag dan waarop we hadden gehoopt maar het waren leuke mensen die het graag op dezelfde manier zouden willen voortzetten. Voor het eerst begonnen we na te denken over wat we nu eigenlijk precies na de verkoop van het huis zouden willen gaan doen. Coby haar bezoek was enorm inspirerend geweest en ik merkte dat kinesiologie iets was waar ik graag meer over zou willen weten.

Otto en Yaakov waren steeds serieuzer aan het brainstormen over een healingscentrum dat op de Chinese vorm van genezen gebaseerd was waarbij de cliënt/patiënt /student betaalt zolang hij gezond is. Bij ziekte zouden de behandelingen gratis zijn wat de behandelend arts/therapeut stimuleerde en motiveerde zijn klanten zo gezond mogelijk te houden. Otto wilde het nog een stapje verder doorvoeren. Hij wilde dat er geen vaste tarieven zouden worden berekend maar dat de klant voor zichzelf zou bepalen wat de behandeling hem/haar waard was. Er zou een stichting in het leven moeten worden geroepen die het mogelijk zou maken eventuele giften te ontvangen. Er waren reeds een paar artsen, therapeuten die wel iets voelden voor dit project. Er werden avonden georganiseerd waarbij iedereen bijeenkwam om de plannen verder uit te werken.

Enkele weken later werd het duidelijk dat de verkoop niet door ging omdat de kopers de financiering niet rond kregen. Ik stortte lichtelijk in omdat we nu weer van voren af aan zouden moeten beginnen en ik schoon genoeg van het werk in het hotelletje en hunkerde naar meer vrijheid. Otto en Yaakov grepen deze kans aan om het idee te introduceren hun healingscentrum in het hotelletje te starten. Aan de ene kant voelde ik wel iets voor dit idee, maar tegelijkertijd merkte ik dat ik de behoefte had helemaal ergens anders opnieuw te beginnen. Het had me vier jaren gekost het hotelletje op te zetten, helemaal uit het niets. Het liep nu eindelijk goed. Als het verkocht zou worden aan mensen die het hotel wilden behouden zou mijn werk voor mijn gevoel worden voortgezet. Wanneer het zou worden veranderd in een healingscentrum dan bleef er van mijn inspanning van de afgelopen jaren maar weinig over.

Toen Otto een steeds dominantere houding ging aannemen en op een gegeven moment suggereerde dat we ons pand gratis zouden moeten doneren aan de stichting barstte de bom voor mij. Ik was woedend en tijdens een fikse ruzie met Otto maakte ik hem duidelijk dat hij voor mijn part de boom in kon met z'n ideeën. Ik was bereid tot concessies maar dit ging veel en veel te ver. Hij op zijn beurt verweet me bekrompen te zijn in mijn denkwijze en dat ik nog heel wat had te leren. Daarna graaide hij z'n spullen bij elkaar en verdween.

Het weekend brak aan waarin we naar de Hof van Axen zouden gaan. Het was schitterend weer en Coby raadde ons aan zwemkleding mee te nemen. Toen we arriveerden belandden we

naar mijn gevoel in een klein paradijs. We parkeerden de auto bij de boerderij waar alle cursussen gegeven worden. Het lag midden in de bossen omringd door een kleurige wilde tuin vol bloemen en kruiden. Yaakov leidde me langs de boerderij over een paadje waar gigantische berenklaauw je praktisch de weg versperde en daardoor verhulde wat er achter lag. Plotseling dook er een houten huis op wat me deed denken aan de piramide woningen, die ik enige tijd daarvoor op de televisie had gezien. Er liepen overal pauwen, kippen en eenden rond. Een kleine hond kwam ons luid blaffend begroeten gevolgd door Ton Schasfoort, Coby haar partner en echtgenoot. Hij heette ons welkom en liet Coby verontschuldigen met de mededeling dat ze nog aan het werk was. Ze was met een boek bezig dat ze aan het schrijven was in haar woonwagen die weer ergens anders op het terrein stond.

Tussen de bomen door ontdekte ik ineens het meer dat pal aan de achterkant van hun huis lag. Ton vertelde ons dat, indien mogelijk, iedere dag voor hun begon met een duik in het water, zelfs 's winters. Daarna gaf hij mij een rondleiding door hun huis. Dit was in een soort spiraal gebouwd waarbij je bij iedere vier treden toegang had tot een andere ruimte. Het eindigde tenslotte met de woonkamer in de nok van het huis.

Toen we even later gezellig in de tuin zaten thee te drinken kwam Coby aan lopen. Na elkaar begroet te hebben en een tweede kop thee, stelde ze voor om ons de introductiebehandeling te geven. Hier had ik onmiddellijk oren naar omdat ik ondertussen nieuwsgierig was geworden wat toegepaste kinesiologie nou eigenlijk inhield. Op weg naar de praktijkruimte leidde zij ons rond in de boerderij en de tuin. Indien je in staat was elfen en andere natuurwezens waar te nemen, dan ben ik er van overtuigd dat er hier volop aanwezig waren. De praktijkruimte met zijn lichte zalmkleur straalde een enorme rust uit. Ik mocht als eerste op de behandeltafel plaats nemen. Ze begon met het testen van allerlei spieren door middel van een lichte druk uit te oefenen op een aangespannen spier. Dit was nodig om te kijken of mijn lichaam in balans was en er geen energieblokkades waren. Razendsnel bewoog ze langs armen en benen correcties uit te voeren, af en toe een flesje bij mijn navel neerleggend om iets in terug in balans te brengen.

Coby legde ons uit dat ieder mens een ondeelbare eenheid is bestaande uit Structuur, Chemie en Psyche, die je kunt weergeven als een gelijkzijdige driehoek. Wanneer één zijde verstoord is, beïnvloedt dit de andere zijden en dus de mens als geheel.

Een **verstoorde structuur** kan worden veroorzaakt door een te eenzijdige werkhouding, te struikelen of iets verkeerd op te tillen waarbij je je vertilt.

Een **verstoorde Chemie** kan ontstaan door luchtvervuiling, slechte voeding, medicijnen enz.

En tot slot een **verstoorde Psyche** kan ontstaan door verdriet, woede, angst, negatieve stress, schuldgevoel enz.

Het spiertesten met zijn correctiemethoden heet Touch For Health en is in de zeventiger jaren ontwikkeld door een Amerikaanse Chiropractor, John F. Thie. Hij had de Toegepaste Kinesiologie vereenvoudigd om het toegankelijker te maken voor een grotere groep mensen.

Touch for Health heeft zowel een “*preventieve*” als een “*curatieve*” functie, daar het kan voorkomen dat spieren in stressvolle situaties “uit balans” raken en wanneer ze uit balans zijn deze weer “in balans” terug te brengen.^{6,7}

Toen dit gedeelte van de behandeling voltooid was en Yaakov en ik beiden in balans waren gebracht, kregen we de opdracht een lijstje te maken waarop we de leukste en de vervelendste karaktertrekken van elkaar moesten opschrijven. Deze moesten genummerd worden. Coby begon daarop de nummers uit te testen waarbij ze niet hoefde te weten bij welk nummer een bepaalde zin hoorde. Hiermee testte ze uit op welke punten de meeste negatieve lading lag. De uitslag was verbluffend. De spieren vertelden de absolute waarheid. Yaakov en ik hadden reeds jaren regelmatig ruzie over het feit dat we op een of andere manier niet hoorden wat we tegen elkaar zeiden. Toen het boek op de markt kwam “mannen komen van Mars en vrouwen van Venus” was dit de eenvoudigste uitleg, maar de werkelijke reden kwam nu tijdens deze test naar voren. We kwamen erachter dat ik het beste iets opneem via mijn ogen Ik moet het kunnen lezen om het door mijn hersenen te kunnen laten registreren, terwijl Yaakov het moest kunnen horen. Bij hem was het dus net andersom.

Het intrigeerde mij enorm, deze toegepaste kinesiologie had iets magisch en nog in datzelfde weekend besloot ik me op te geven voor de cursussen Touch for Health I, II, III en IV die gedurende vier verschillende weekenden in de herfst zouden plaatsvinden.^{8,9}

Ook begonnen Coby en ik tijdens dit weekend plannen te smeden hoe we eventueel gezamenlijk het hospitaal zouden kunnen oprichten. Er bleek reeds een plattegrond te bestaan die liet zien hoe en waar het uit de grond zou moeten verrijzen.

Yaakov had na de breuk met Otto zijn interesse in een healingscentrum verloren. Hij was ondertussen via kennissen in contact gekomen met “de Flower of Life” cursussen van Drunvalo Melchizedek. Deze intrigeerden hem enorm na twee introductie video’s te hebben bekeken waarin werd uitgelegd wat de “de Flower of Life” cursussen inhielden.

De voornaamste thema’s waren de Heilige Geometrie die men over de hele wereld tegenkomt, de geschiedenis van de mensheid, de Merkaba-meditatie (*een vorm van mediteren die reeds duizenden jaren oud is*) en de specifieke wonderen van deze tijd, zoals de Nieuwetijds-kinderen en de Geheime Bijbelcode. In september besloot hij deel te nemen aan een cursus in de Sprengk in Tilburg, een prachtig klooster waar veel spiritueel getinte cursussen gehouden werden. Tijdens deze cursus ontmoette hij Donna Kleipool. Beiden waren laaiend enthousiast en besloten eind november naar Amerika te vliegen om de facilitators-training bij Drunvalo Melchizedek zelf te volgen, om daarna zelf les te kunnen gaan geven in de Flower of Life cursussen. Yaakov wilde ze graag gaan introduceren in Israël. Eind oktober vertrok hij voor twee weken naar Israël om voorbereidingen te treffen zijn eerste cursus in januari te kunnen geven. Op vier november werd Itzhak Rabin tijdens een enorme vredesdemonstratie vermoord door een rechtse activist. Dit bracht een schok teweeg die zelden eerder was ervaren. Mensen waren radeloos. De informatie over de “Flower of Life” cursussen bleek voor velen een strohalm te zijn om zich aan vast te kunnen klampen. De cursusdatum werd geprikt en de deelnemerslijst was binnen mum van tijd vol. Op 28 december zou hij opnieuw naar Israël vertrekken.

Alle vier de “Touch for Health” cursussen werden gegeven door Jeroen van Hasselt, Coby’s schoonzoon. De groep bestond uit ongeveer tien personen waarvan het merendeel uit vrouwen. We leerden in het eerste weekend wat meridianen waren en welke 14 hoofdmeridianen men onderscheidt bij Touch for Health. Daarna kwamen de voortesten aan bod die nodig zijn om te controleren of de belangrijke energiecircuits in het lichaam vrij zijn van blokkades. Ook hier kwam weer een test in voor waarbij er gekeken werd of er voldoende water in het lichaam aanwezig was wat nodig bleek voor een optimaal testresultaat.

Tijdens het tweede weekend waren Elizabeth en Hap Barhydt te gast op de Hof van Axen. Zij hebben een hele reeks “self-help” technieken ontwikkeld die mensen kunnen helpen die te kampen hebben met leermoeilijkheden, chronische pijn en/of stress. Elizabeth raakte gefascineerd door de tumor bij mijn oor en bood me een behandeling aan tijdens de middagpauze. Zij adviseerde me een aantal weken dagelijks 6000mg Vitamine C in te nemen in combinatie met een bepaald soort homeopathische medicijn. Dit kon ik via Coby bestellen zodat ik er snel mee aan de slag kon.

Na een week of drie begon ik vreemde buikkrampen te ontwikkelen. Ik voelde me zo ellendig met als gevolg dat ik Coby opbelde met de mededeling dat ik waarschijnlijk niet zou komen. Haar antwoord was dat het juist goed zou zijn om wel te komen zodat we konden uittesten waar de krampen in mijn buik vandaan kwamen. Ik raapte mijzelf bijeen en vertrok naar de Hof van Axen.

Daar aangekomen begon Jeroen een allergie/intolerantie test op mij uit te voeren en weldra bleek dat ik een intolerantie had opgebouwd tegen het homeopathische medicijn wat ik reeds enkele weken aan het innemen was. Nadat hij mij weer terug in balans had gebracht kreeg ik

het advies er onmiddellijk mee te stoppen. Die avond lag ik reeds om acht uur in mijn bed en sliep die nacht als een blok. De volgende morgen voelde ik me als herboren en was ik blij dat ik gekomen was.

Het weekend waarin Touch for Health IV gegeven werd was er één die ik niet snel zal vergeten. Yaakov was reeds naar Amerika vertrokken.

Het begon goed. 's Middags waren Coby en ik bij een boerderij langsgegaan waar ze vakantiehuisjes verhuurden. De eigenaren waren leuke mensen die er geen bezwaar tegen hadden om één van de huisjes voor onbepaalde tijd aan mij te verhuren. Dit zou mij de mogelijkheid geven op mijn gemak rond te kijken en op mijn gemak een juiste beslissing zou kunnen nemen over mijn toekomst.

Mijn moeder zat nog steeds op de psychiatrische afdeling van het ziekenhuis in Venlo waar ze steeds verder wegwijnde als gevolg van alle medicijnen en de vreemde behandelwijzen die ze er op nahielden. Zo hadden ze haar reeds verscheidene malen gedurende 36 uur bewust uit haar slaap gehouden om te kijken hoe daarop reageerde. Toen er op een gegeven moment sprake was dat ze haar met elektrische shocken wilden gaan behandelen, was voor mij de maat vol. Ik wist mijn zusjes te overtuigen dat we nu moesten ingrijpen omdat elektrische shocks mijn moeders grootste nachtmerrie was. Als achttienjarig meisje was ze geshockt nadat ze depressief uit Engeland was teruggekeerd waar ze als au-pair bij een Engelse familie had gewerkt. Een groot deel van haar jeugd was hierdoor volledig weggevaagd.

Het Prins Hendrikoord was al die tijd in mijn hoofd blijven zitten en nog steeds hoopte ik dat we haar daar zouden kunnen plaatsen. De positieve aanpak om bij het individu zelf te beginnen was het gene wat mij zeer aansprak.

We vroegen een gesprek aan met de behandelend arts in Venlo. Al gauw bleek dat hij geen flauw benul had wat er precies met haar aan de hand was. Hij gaf zelfs toe dat ze aan het experimenteren waren om te kijken waar ze het beste op reageerde. Hij was een voorstander van shocken, maar dat was voor ons onbespreekbaar. We kwamen tijdens dit gesprek tot de conclusie dat hoe langer ze hier in handen zou blijven van de reguliere aanpak hoe slechter ze zou worden.

Om de paar weken mocht ze in het weekend twee dagen naar huis. Het aanstaande weekend zou ze ook weer verlof hebben. Terug op haar kamer besloten we dat ze zondags niet teruggebracht zou worden maar met hulp thuis zou blijven totdat ze geplaatst zou kunnen worden in het Prins Hendrikoord. Elsbeth was degene die bij haar zou zijn in dat weekend en daarna zouden we elkaar om de paar dagen afwisselen. Enkele van mijn moeders vriendinnen hadden ook reeds hun hulp aangeboden.

Eindelijk leek het er op dat mijn leven een positieve wending had aangenomen. Mijn moeder zou dan toch eindelijk naar het Prins Hendrikoord gaan en er was sinds enkele weken een serieuze koper voor ons huis die de financiering reeds rond had. De overdracht zou op 1 januari plaatsvinden.

Vrijdagavond toen we al in de cursus zaten werd ik weggeroepen omdat er een telefoontje voor mij zou zijn. Ik rende vlug naar Coby's huis en nam de telefoon op. Elsbeth was aan de lijn met de mededeling dat ze toch van het plan afzagen en mijn moeder zondagavond gewoon weer in het ziekenhuis zouden afleveren. Als ik een klap in mijn gezicht zou hebben gekregen zou minder hard zijn aangekomen. Het leek of de grond langzaam onder mij wegzakte en ik kon geen woord meer uitbrengen. Dit was de tweede keer dat mijn familie zich tegen hetgeen was afgesproken keerde. Ik raakte in een soort shocktoestand waarbij Coby onmiddellijk te hulp schoot en stress release toepaste waarbij ze één hand op mijn voorhoofd legde en de andere op de achterkant. Gedurende dat hele weekend had ik lange gesprekken met Coby die een geweldige steun voor mij bleek te zijn. We kwamen tot de conclusie dat ik me het beste helemaal terug kon trekken omdat ik er anders fysiek aan onderdoor zou gaan. Ik schreef aan beide zusjes een brief waarin in meedeelde dat ik voorlopig geen contact meer wilde zodat zij

het verder op hun manier zouden kunnen oplossen. Naar mijn moeder schreef ik ook een brief. Ik hoopte dat ze zou begrijpen dat ik niets voor haar zou kunnen doen zolang ze dit niet duidelijk zelf zou aangeven.

Zondagavond kwam ik afgepeigerd aan op het station in Maastricht en kwam er tot mijn schrik achter dat mijn auto niet op de plek stond waar ik hem vrijdag had geparkeerd. Dit is zo'n vreemde ervaring waarbij je geheel aan jezelf begint te twijfelen. Ik belde een vriend op met de vraag of hij mij misschien kon komen ophalen. Samen reden we naar het politiebureau om aangifte te doen. De dienstdoende agent besloot na alles genoteerd te hebben even in de computer te kijken en ontdekte dat mijn auto al weer terecht was en opgehaald kon worden bij een speciale parkeerplaats waar alle opgespoorde en weggesleepte auto's naar toe worden gebracht. We reden er onmiddellijk naar toe en ja hoor, daar stond hij. Nog helemaal in tact, maar zonder de radiocassetterecorder. Het was waarschijnlijk het werk van junkies geweest aan de peuken te zien die in de auto achter waren gebleven.

Om 10 uur 's avonds stapte ik eindelijk de voordeur van ons huis binnen en struikelde over een brief waarvan reeds aan de buitenkant zichtbaar was dat mij nog meer narigheid te wachten stond.

De brief was afkomstig van een deurwaarder die beslag kwam leggen op ons huis. Ik dacht eerst dat het om een flauwe grap ging en was te moe om er teveel aandacht aan te besteden.

De volgende morgen echter, kwam ik er achter dat de loodgieter die ons vijf jaar eerder één en al ellende had bezorgd erachter was gekomen dat wij ons huis zo goed als verkocht hadden. Naast het feit dat hij zijn werk nooit had afgemaakt had hij ons indertijd ook nog eens een rekening gestuurd die fl.20.000 hoger was dan het bedrag wat was afgesproken die volledig op lucht gebaseerd was. We hadden toen onmiddellijk een advocaat in de arm genomen die de loodgieter verscheidene malen schriftelijk om tekst en uitleg had gevraagd. Deze had in al die jaren nooit het fatsoen gehad hier op te antwoorden en hoopte nu door middel van een beslaglegging het geld te kunnen innen waar hij naar onze mening nooit recht op had gehad.

Ik hing 's morgens om 9 uur aan de telefoon met onze advocaat. Hij vertelde mij tot mijn grote schrik dat we als wij ons huis zouden willen verkopen waarschijnlijk een borgsom van fl. 25.000 gestort zouden moeten storten bij een notaris. Het begon ongelofelijk te tolleren in mijn hoofd en een golf van paniek schoot door me heen. Dit kon toch niet waar zijn. Kwam er dan nooit een einde aan.

Marijke schoot te hulp door mij een Reiki-inwijding in de eerste graad cadeau te doen zodat ik aan mijzelf kon gaan werken om te proberen een nieuw rustpunt in mijn leven te creëren waar ik dringend behoefte aan had.

Moeder Meera

Yaakov kwam 5 december weer terug. Tijdens onze telefoon gesprekken in de afgelopen weken had ik hem op de hoogte gehouden van alle ontwikkelingen. Het was een welkome afwisseling zijn verhalen over Amerika, Drunvalo Melchizedek en de workshop te horen. Hij was diep geroerd door Drunvalo en helemaal klaar om de Flower of Life in Israël te introduceren.

Zaterdag 9 december vertrok ik met Marijke, Donna Kleipool en Jeanine Rompen (*een unieke persoonlijkheid die de uitzonderlijke kwaliteit bezit om kaarten te leggen en te lezen als geen ander*) naar Moeder Meera. Ik had geen flauw benul wat me te wachten stond maar had onmiddellijk ingestemd toen Marijke mij eind oktober gebeld had met de vraag of ik mee wilde. Marijke had zelf ook heel weinig informatie. Wat ze had was de reisroute en het feit dat Moeder Meera een Avatar zou zijn die jaarlijks door tienduizenden mensen vanuit de hele wereld wordt bezocht. Een Avatar was iemand die naar de aarde gekomen uit compassie om anderen te helpen en niet om zelf te leren of verlichting te vinden. Ze zijn altijd één met het

geheel, met god. Dit in tegenstelling tot goeroes die zichzelf gerealiseerd hebben door hard te werken en dit dan vaak ook van anderen verwachten. Ik persoonlijk, had me nooit aangetrokken gevoeld tot goeroes. Deze maakten me op één of andere manier opstandig. Het concept van een Avatar sprak me veel meer aan. Zeker nu mijn leven steeds meer scheuren begon te vertonen.

Er waren lange wachttijden om naar de ontmoetingen, darshans, van Moeder Meera te gaan. Je moet over het algemeen zo'n twee à drie maanden van te voren boeken. De darshans vinden vier avonden in de week plaats, van vrijdag tot en met maandag. Omdat dit ons eerste bezoek aan haar was mochten we reeds op 9 december komen.

Het dorpje waar we heen moesten heette Thalheim wat in het heuvelachtige landschap tussen Keulen en Frankfurt ligt. We hadden ook ontdekt dat het vlak bij Limburg, een prachtig klein stadje met een kathedraal lag waar we een stop zouden maken alvorens naar Thalheim te gaan.

In Limburg gingen we een hapje eten en keken op de routekaart hoe we het snelste naar Thalheim konden rijden.

Eenmaal in Thalheim moesten we ons rond een uur of vijf verzamelen op een grote parkeerplaats in het dorpscentrum. Er waren een paar honderd aanwezigen uit alle rangen en standen. Kinderen ontbraken. Die mogen pas vanaf hun twaalfde jaar komen. Alle nieuwkomers kregen op de parkeerplaats uitgebreide informatie over wat er ging gebeuren en wat er van je verwacht werd tijdens je ontmoeting met Moeder Meera. Toen iedereen was ingelicht, zette de hele stoet zich in beweging en moesten we nog zo'n 500 meter te voet af leggen totdat we bij het huis aankwamen waar we Moeder Meera zouden gaan ontmoeten. Alle namen werden gecheckt alvorens je naar binnen mocht. Was je nieuw dan mocht je vooraan zitten anders kreeg je een plaats toebedeeld door één van de medewerkers. De ruimte was sober en licht ingericht. Er zat reeds een vrouw in een prachtige sari gekleed in de ruimte. Later hoorde ik dat dit Adilakshmi was, een Indiase filosofe, die haar leven in dienst van Moeder Meera heeft gesteld en tevens haar spreekbuis is.

Om zeven uur kwam Moeder Meera binnen, die ondanks haar kleine en tengere figuur een zeer krachtige en rustgevende uitstraling had. Ze had haar handen gevouwen in de traditionele Indiase groet, namaste, en liep zonder een woord te zeggen of zelfs even rond te kijken direct naar haar stoel waar ze aan haar werk begon. De eerste persoon die voor haar neerknielde was Adilakshmi. Moeder Meera nam haar hoofd in haar armen en hield deze enige tijd vast. Nadat ze haar hoofd losliet ging Adilakshmi rechtop zitten om Moeder Meera aan te kijken die haar bijna onmerkbaar met het hoofd knikkend enige tijd rechtstreeks in de ogen keek. Dit was de manier waarop Moeder Meera met alle bezoekers zou werken. Het geheel neemt niet meer dan één minuut in beslag. Er vindt een directe energieoverdracht plaats die zo krachtig is, dat ikzelf na bij haar te zijn geweest, met knikkende knieën terug naar mijn stoel strompelde. Ik was diep onder de indruk. Dit had ik nog nooit eerder meegemaakt. Hoe meer mensen naar voren waren geweest hoe vrediger de atmosfeer in de zaal werd. De spanning en de afwachtinge sfeer die rondom velen hing maakte langzaam plaats voor een steeds diepere stilte. Vrijwel onmiddellijk nadat de laatste persoon aan de beurt was geweest stond Moeder Meera op en verliet de zaal. Alle aanwezigen konden na afloop in het winkeltje terecht waar foto's en boeken over Moeder Meera werden verkocht. Ook stond er een grote schaal met enveloppen voor donaties. De darshans zelf zijn gratis zoals gebruikelijk is in India.

Toen we terugliepen naar de parkeerplaats ontmoetten we nog leuke mensen waaronder een stel Britten die maandelijks goederen naar Bosnië reden waar op dat moment nog steeds een oorlog heerste. Ze probeerden voor of na iedere rit een bezoek te brengen aan Moeder Meera. Zij hield hun op de been, was het antwoord. Wat dit bezoek voor mij zou gaan betekenen zou spoedig blijken.

Het ongeval

In de daarop volgende week was het zeer druk. De laatste voorbereidingen voor de kerstvakantie moesten worden getroffen. We hadden nog een aantal gasten in ons hotelletje die zouden blijven tot aan tweede kerstdag. Op derde kerstdag hadden we een feestavond georganiseerd ter afscheid van alle vrienden en bekenden uit het dorp. We zouden een soort buffet maken met lekkere hapjes en grote pan met een traditionele Israëliische Stew wat een paar dagen van te voren al gemaakt zou kunnen worden. Yaakov zou de achtentwintigste december voor zes weken naar Israël vertrekken. Hij had nog steeds moeite met het feit dat ons huis nu echt verkocht zou gaan worden en was blij dat hij niet bij de verhuizing aanwezig hoefde te zijn. Het afgelopen jaar hadden we gedurende enkele maanden een groep Iranese vluchtelingen in huis gehad die uit veiligheidsoverwegingen niet langer in het asielcentrum konden blijven. Het waren stuk voor stuk fantastische mensen die door een ware hel waren gegaan. We hielpen elkaar over en weer en zij zouden samen met mij de dozen voor de verhuizing gaan inpakken. De inhoud van alle gastenkamers was door de kopers overgenomen en zou dus achterblijven. De rest moest worden geschift omdat er vele spullen bij waren die ik niet langer nodig had maar nog wel waarde had voor anderen.

We hadden reeds een bezoek gebracht aan de notaris die alles voor de overdracht en de borgsom zou gaan regelen. De ondertekening van het koopcontract stond gepland op 19 december.

Zondag 17 december was een sombere dag. Het regende niet maar de lucht was grijs en grauw en deze dag kon met recht in het rijtje gezet worden die bestond uit de donkere dagen voor kerst. Na de lunch besloot ik Sacha onze labrador retriever even snel met de fiets uit te laten. Hiermee hoopte ik wat tijd te winnen zodat ik vlug verder zou kunnen gaan met opruimen. Ik nam mijn fiets en deed Sacha aan de riem. Ik was nog maar nauwelijks de bocht om bij ons huis of daar maakte ik een smak met mijn fiets. Ik bleef even beduusd op straat zitten maar gaf de moed niet op. Ik raapte mijn fiets op, gaf Sacha een paar kalmerende klopjes en stapte opnieuw op mijn fiets. Ik fietste heel langzaam en toen we ongeveer een kilometer van huis verwijderd waren kwamen er een paar mensen onze richting oplopen in gezelschap van een hond. Ik was waarschijnlijk met mijn gedachten mijlenver weg waardoor het mij ontging dat Sacha op de grond was gaan liggen. Dit had tot gevolg dat mijn stuur omklapte en ik voor de tweede keer binnen 5 minuten zijdelings met de fiets op straat viel. Dit keer voelde ik dat het helemaal mis was. Mijn linker been lag in een vreemde kronkel en ik was zelfs niet meer in staat overeind te komen. Ik besepte dat ik geen andere keus had dan te blijven liggen en wachten totdat er een ambulance zou komen. Yaakov werd door kennissen die even verderop woonden opgebeld en was binnen tien minuten ter plekke om Sacha voor zijn rekening te nemen. De ambulance daarentegen liet naar mijn gevoel ongelofelijk lang op zich wachten. Het vroom nog net niet maar als je op straat ligt was het reeds behoorlijk koud. In het ziekenhuis aangekomen werden er onmiddellijk foto's gemaakt nadat ze eerst hadden geprobeerd mijn been recht te trekken. De behandelend arts kwam even later naar me toe om te vragen wat er nou precies gebeurd was omdat hij dit soort breuken tot nu toe alleen bij ernstige auto ongelukken was tegengekomen. Hij viel praktisch om van verbazing toen hij hoorde dat ik alleen maar was omgevallen met mijn fiets. Na even overleg gepleegd te hebben met collega's kwam hij terug met de mededeling dat ik helaas nog een dag of vijf zou moeten wachten voordat er iets voor me gedaan kon worden. Er was maar één arts die in staat was dit soort breuken aan te pakken en deze was momenteel nog op vakantie in het buitenland. Ik werd die avond op een zaaltje gelegd met nog vijf andere personen om de volgende dag naar een tweepersoons kamer te verhuizen. Lea kwam die zelfde avond nog langs om mij een behandeling te geven. Ik realiseerde mij ineens dat dit gebeuren mijn hele leven en dat van degenen om mij heen volledig op zijn kop zette. Ik dankte de hemel, alhoewel ik diep in mijn

hart natuurlijk liever op een zonnig strand zou hebben gelegen had ik hier eindelijk de rust waar ik reeds weken naar snakke. Los van dat , ik had geen andere keus dan alles volkomen los te laten. Yaakov moest nu geheel onverwachts zijn reis gaan uitstellen tot na de verhuizing om de gasten in ons hotel te kunnen opvangen en verzorgen. De notaris moest in gezelschap van de kopers naar het ziekenhuis komen om het contract te ondertekenen, evenals onze advocaat. En ik liet het maar allemaal langs me heen gaan of was het de gewoonste zaak van de wereld.

Woensdagavond had ik mijn eerste ontmoeting met professor Stapert, hoofd van de afdeling traumatologie. Hij deelde mee dat hij mij op vrijdagmorgen als eerste zou gaan opereren. Hij legde mij uit wat hij tijdens de operatie zou gaan doen. Het tibia-plateau, het bot waarop de knie rust , was volledig verbrijzeld. Dit moest opnieuw opgevuld worden door nieuw bot wat hij uit mijn linkerheup zou gaan halen. Dit moest ondersteund gaan worden door een stalen plaat met een aantal schroeven. Verder bereidde hij me voor dat het zeker een maand of vier zou gaan duren alvorens ik mijn knie licht zou mogen gaan belasten. Dus tot die tijd zou ik mij in een rolstoel of krukken moeten voortbewegen. Op dat moment maakte me hier niet druk over. Ik mocht deze arts vanaf het eerste ogenblik en voelde dat ik hem volledig kon vertrouwen.

Mijn bed lag vol met kristallen en andere helende objecten en hij vroeg me geïnteresseerd naar de specifieke werking van de verschillende voorwerpen. En toen Lea mij de volgende dag kwam behandelen om me voor te bereiden op de operatie, maakte hij zelfs een kwartiertje vrij om er bij aanwezig te zijn.

Donderdagavond werd ik opgebeld door een jeugdvriend wiens vrouw kort daarvoor geheel onverwachts aan een hersenbloeding was overleden. Hij had gedacht me moed in te moeten spreken maar verbaasde zich over mijn rustige houding. Ik voelde mij volledig op mijn gemak ondanks het feit dat dit de eerste operatie in mijn leven zou worden. De slaappil die me werd aangeboden om een rustige nacht te hebben sloeg ik af omdat ik me met Reiki over het algemeen zo goed kon ontspannen waardoor ik snel kon inslapen.

Om half zeven de volgende morgen werd ik wakker gemaakt met een operatiehemd en een rustgevende pil, die iedereen schijnt te krijgen. Eten en drinken was reeds sinds tien uur de avond daarvoor verboden. Om kwart over zeven werd ik door twee broeders opgehaald en gingen we op weg naar de O.K. Professor Stapert kwam nog even babbeltje maken voordat ik in slaap werd gespoten. Binnen een mum van tijd was ik verdwenen en werd voor mijn gevoel niet lang daarna rillend van de kou wakker. “Het is voorbij, je ligt op de uitslaapzaal” werd me verteld door een van de verpleegsters die zag dat ik even wakker was. Ze kwam mij een heerlijke verwarmde deken brengen die me gauw weer deed inslapen. Enige tijd later werd ik teug gereden naar mijn kamer waar ik tot mijn grote verbazing Otto waarnam. Ik was echter te slaperig om een gesprek met hem te voeren. Hij wenste me beterschap en verdween.

Yaakov en Elimor kwamen rond een uur of zeven op bezoek met een dubbele boterham met eieren en spek. Alleen al bij het zien liep het water me in mijn mond. In het ziekenhuis at ik het hoognodige. Dagelijks gaf ik lijstjes door aan het thuisfront met betrekking tot het eten.

Professor Stapert kwam tijdens het bezoekuur ook even binnenlopen. Hij vertelde dat hij vier en een half uur met mij bezig was geweest en zeer tevreden was met het resultaat. De volgende morgen zou ik een machine in mijn bed krijgen waarop mijn been zou komen te liggen. Vierentwintig uur per dag zou dit apparaat in beweging zijn om mijn been weer langzaam te leren buigen. De hoek zou iedere dag iets scherper worden bijgesteld en zodra deze hoek 45 graden bereikt zou hebben dan mocht ik met fysiotherapie beginnen . Ook kreeg ik toestemming om zo nu en dan het bed te verlaten met behulp van een rolstoel.

Buiten was ondertussen echt winter geworden. Het vroom dat het kraakte en alles was wit. Yaakov liep reeds op zijn reserve energie om alles gedaan te krijgen. De meeste gasten in het hotel hadden begrip voor de situatie en probeerden hem zoveel mogelijk te ontlasten.

Op tweede kerstdag kreeg ik bezoek van een waarnemend arts die samen met een aantal assistenten dienst had en visites kwam afleggen. In plaats van naar mijn knie te informeren of zich überhaupt eerst even voor te stellen liep hij onmiddellijk op mijn tumor af om het te betasten zonder eerst toestemming te vragen. Dit schoot mij volledig in het verkeerde keelgat waarop ik ijsig vermeldde dat hij voor mijn knie kwam en niet voor mijn tumor. Abrupt draaide hij zich om en verliet de kamer zonder mij verder nog een blik te gunnen. Twee minuten later kwam de hoofdverpleegster in mijn kamer met de vraag: "Wat heb jij in godsnaam tegen die arts gezegd, ik heb hem nog nooit zo kwaad gezien". Ik herhaalde wat ik had gezegd en voegde er aan toe dat ieder die mij onrespectvol behandelde bij mij aan verkeerde adres was.

Ik had vaak verhalen gehoord over de arrogantie van vele artsen. Ikzelf had dit nooit op die manier ervaren omdat de artsen die ik had gehad over het algemeen mensen waren waar ik vertrouwen in had en waarbij een wederzijds respect bestond. Deze arts was echter ver buiten zijn boekje gegaan.

Tussen Kerst en Oud en Nieuw kwam Coby ook nog even langs. Haar ongelofelijke aanbod was dat ik met Elimor en Sacha bij hun in kon trekken zolang we het nodig hadden. Ik was sprakeloos. Ik wist dat ik hulp nodig zou hebben maar hulp vragen was één van mijn belangrijkste lessen waarin ik nog heel wat te leren had. Ikzelf stond altijd klaar voor een ieder die het nodig had maar hulp vragen kwam niet of nauwelijks in mij op. Mijn ongeduld was hier medeoorzaak aan. Vaak had ik het idee dat ik het zelf veel beter en sneller alleen af zou kunnen en de klus reeds geklaard zou hebben in dezelfde tijd die nodig was om het aan iemand anders uit te leggen. Op dit moment had ik echter geen andere keus. Ik zou niet eens auto kunnen rijden omdat ik niet in staat zou zijn de koppeling in te drukken. Yaakov zou pas over zes of zeven weken weer even in Nederland zijn om daarna weer terug te gaan naar Israël. Zijn workshops waren nog niet eens begonnen maar tot en met juli waren er reeds boekingen. En nu kwam Coby als mijn reddende engel uit de lucht vallen.

Dertig december kreeg ik toestemming om naar huis terug te keren. We namen één van de hotelkamers met douche en toilet op de begane grond in gebruik als slaapkamer zodat ik geen trappen op hoefde.

Onze afscheidsavond was verplaatst naar Oudejaarsavond. In plaats van de hapjes en de stoofpot die oorspronkelijk op het menu stonden nam iedereen nu zelf iets te eten mee en werd het toch nog een heel verassend feestmenu. Toen de oudejaarsconference begon met Youp van 't Hek kwam iedereen bij mij op de kamer. Inclusief kinderen waren we met zo'n vijftientig man. De meeste kinderen nestelden zich bij mij op het bed en de volwassenen zochten een plekje voor hun stoel. Om twaalf uur 's nachts werd het nieuwe jaar met veel champagne en gezang ingeluid. Ik voelde dat dit een jaar met veel veranderingen zou gaan worden en ik moet zeggen dat ik er naar uit keek. De laatste gasten gingen rond half drie huiswaarts.

Op één januari kwam Marijke rond een uur of vijf langs om mij de inwijding voor Reiki II te geven. De kamer die ze hiervoor had klaar gemaakt lag op de eerste verdieping wat inhield dat ik op mijn billen naar boven moest klauteren. Bovengekomen nam ik plaats op een stoel en was omringd door brandende kaarsjes. Nu leerde ik de Reiki symbolen die me in staat stelden mensen en dieren op afstand te behandelen. Ik was er heel blij mee en had talloze plannen waarvoor ik zou willen gaan gebruiken. Die nacht sliep ik als een blok.

Twee januari begonnen we met inpakken, dat wil zeggen, ik in mijn rolstoel gaf instructies wat wel en wat niet ingepakt diende te worden. Omdat ik niet kon uitsorteren besloten we dat het meeste met de verhuizers mee zou gaan. Onze spullen zouden voorlopig worden opgeslagen totdat bekend zou worden waar het naar toe moest. Mijn belangrijkste taak was te zorgen dat het gene ik graag mee wilde hebben naar Drente buiten de verhuisdozen zou blijven.

Op vier januari stonden de verhuizers om half acht 's morgens voor de deur en begonnen ze met het inladen van de dozen en de meubels. Nu praktisch alles opgeslagen zou worden waren ze langer bezig dan was gepland. We hadden gehoopt rond twaalf uur 's middags naar Drente te kunnen vertrekken maar werd een uur of vier. Wij hadden een busje gehuurd waarin de spullen werden gepakt die ik in Drente bij de hand wilde hebben zoals kleding, boeken waaraan ik gehecht was, mijn naaimachine, Elimor's knuffelbeesten en speelgoed enz., enz.. Yaakov zou de volgende dag het gehuurde busje terug brengen om daarna in onze eigen auto terug naar Drente te rijden. Het was een hele vreemde periode. Yaakov zou zeven januari naar Israël vertrekken en voor het eerst in onze relatie hadden we geen idee wat de toekomst ons brengen zou. Hij was op het randje na overspannen na alle hectische verwickelingen van de afgelopen weken, die zijn schema volledig overhoop hadden gegooid. Het idee dat hij voorlopig de tijd aan zichzelf zou hebben hield hem op de been. Rond een uur of acht arriveerden we bij de Hof van Axen waar we met open armen werden ontvangen door Coby en Ton.

De Hof van Axen

Na heerlijk te hebben gegeten met de nodige rode wijn bracht Coby ons naar ons slaapvertrek. Ik geloof dat ik al sliep voordat mijn hoofd het hoofdkussen aanraakte.

Yaakov en Jeroen reden om een uur of negen de volgende morgen naar het huisje wat ik gehuurd had. Dick en Marjan de eigenaren van het complex stonden reeds gereed om mee te helpen om het busje uit te laden. Ondertussen gingen Elimor en ik samen met Ton naar de basisschool in Witteveen waar Elimor ingeschreven moest worden. We kregen een rondleiding in het gebouw en Elimor maakte kennis met haar nieuwe juf. In Limburg had ze op een kleine school gezeten maar deze Drentse school spande de kroon. In haar nieuwe klas zaten in totaal vijf kinderen met haarzelf meegerekend. Het klaslokaal werd gedeeld met nog twee andere klassen, allen onder begeleiding van dezelfde juf. We spraken af dat Elimor na het weekend zou beginnen.

Ik was volledig afhankelijk van de mensen om mij heen, ik had overal hulp bij nodig. Zelfs alleen in bad stappen of onder de douche gaan, lukte niet in mijn eentje. Coby had een fantastisch bubbelbad en 's middags stond ze klaar om mij hier in te helpen. Wat was dit een verwennerij. Het was alsof alle bubbels de moeheid wegmasseerden.

Yaakov kwam 's avonds laat met onze auto terug uit Limburg. Hij moest de volgende morgen rond een uur of acht naar Schiphol vertrekken. We hadden nauwelijks contact gehad in de afgelopen dagen en het was dan ook heel vreemd hem te zien weg gaan. Ik besepte dat we beiden onze tijd nodig zouden hebben om te beoordelen hoe we de toekomst opnieuw in zouden kunnen vullen.

In de daarop volgende maanden volgde ik allerlei cursussen die met woordblindheid of wel dyslexie te maken hadden. Dit intrigeerde mij enorm omdat ik vele mensen uit mijn omgeving kende die hiermee te maken hadden. Ik leerde door middel van kinesiologie dat deze groep niet alleen te kampen had met problematisch lezen en schrijven. Vaak ook leden ze aan faalangst, stotterden, voelden zich ondergewaardeerd enz., enz. met als gevolg dat ze zich onbegrepen en doodongelukkig voelden.

Ik leerde hoe je mensen door middel van praktische en simpele oefeningen kon helpen hun strijd tegen lees-, schrijf-, reken- en coördinatieproblemen te helpen overwinnen. Het was een zeer leerzame periode, temeer omdat ik één van de beste leraren in mijn buurt had. Coby en ik zaten regelmatig te fantaseren over het hospitaal. Er was echter een gemeentelijke herindeling op komst die de toekomst onzeker maakte. Zou de Hof in de oude gemeente blijven, want dan had ze reeds toestemming, zou ze in een nieuwe gemeente worden ondergebracht dan moest er weer opnieuw een langdurige procedure van voren af aan opgestart worden.

De strenge winter bleef maar aanhouden. Omdat ik niet in onze eigen auto kon rijden besloot ik op een gegeven ogenblik een oude automaat, een dafje, te kopen die we via via aangeboden kregen. In deze auto zou ik mijn linker been niet hoeven te gebruiken waardoor ik weer zou kunnen autorijden. Dit gaf me een nieuw gevoel van vrijheid. Ik voelde me vaak opgelaten omdat ik niet meer kon doen dan ik deed en had bij alles praktisch hulp nodig. Met het dafje kon ik de extra lasten die Coby en Ton op zich hadden genomen door ons in huis te nemen, iets verlichten. Ik zou weer in staat zijn Elimor zelf naar en van school te halen. Sacha kon ik achter de auto aan laten rennen zodat ze niet meer zo vaak te voet uitgelaten hoefde te worden. Ook kon ik naar het huisje rijden om eindelijk de dozen uit te pakken die daar reeds zo'n week of acht opgestapeld stonden.

Ik had echter een klein probleem en dat was de voortdurend gladheid op straat. Dit dafje had de vervelende eigenschap dat het bleef rijden wanneer je de voet van het gaspedaal haalde. Je werd daardoor gedwongen op de rem te trappen. De eerste dag dat ik er in reed had ik dit nog niet in de gaten met als gevolg dat ik als gevolg van de gladheid binnen de kortste keren dwars op de weg stond toen ik op de rem traptte. Bibberend van schrik draaide ik het dafje weer in de juiste richting en reed stapvoets verder.

Begin maart besloot ik de stap te wagen en vertrok samen met Elimor en Sacha naar het vakantiehuisje. Dick en Marian hadden me over de streep getrokken door aan te bieden dat ik ze ten allen tijde om hulp zou kunnen vragen. Voor Elimor was het ook gezellig omdat zij zelf een dochtertje hadden die slechts een jaar jonger was. Yaakov zou voor het eerst sinds zijn vertrek in januari, een weekje overkomen en ik voelde dat het belangrijk was om eens even met zijn drietjes te zijn. Ik kon me gelukkig dankzij de fysiotherapeut ook steeds beter voortbewegen op mijn krukken. Het huisje was klein maar had de badkamer en een slaapkamer op de begane grond die ik dus gemakkelijk in gebruik kon gaan nemen. Op de eerste verdieping waren nog twee slaapkamers waarvan er een naar Elimor ging en de ander naar eventuele gasten. In de week dat Yaakov er was sloot hij de computer voor me aan. Op deze manier was ik ook weer in staat te e-mailen. Dit had ik gemist. We stonden sedert langere tijd op de mailinglijst van een Amerikaans bureau die alles wat interessant was op het gebied van Alternatieve Geneeswijzen en wereldwijde spirituele happenings naar ons doorstuurde. Ik verzamelde alles waarvan ik het idee had dat ik of iemand uit mijn omgeving er iets aan zou kunnen hebben. Hier kwam bijvoorbeeld ook de informatie over het water en de Essiac vandaan.

Gedurende deze week ontstond het plan om begin april samen met Elimor een week of vier naar Israël te komen. Elimor's paasvakantie viel hierin en voor mij betekende het dat ik in deze periode langzaam zou mogen beginnen met het belasten van mijn knie. Er zouden dan ongeveer ruim drie maanden zijn verstreken nadat ik was geopereerd. Ik verheugde mij er enorm op.

Toen Yaakov weer weg was, was ik voor het eerst een groot gedeelte van de tijd op mijzelf aangewezen. Wanneer ik iets kon doen op de Hof van Axen dan was ik daar. De rest van de tijd was ik in het huisje waar ik voor het eerst van mijn leven begon met mediteren en portret tekenen. De meditatie gingen steeds dieper en ik ontdekte een stuk van mijzelf dat ik nog niet kende of misschien meer nog, had verwaarloosd. Ik zag bijvoorbeeld welke belangrijke lessen mijn ongeluk mij hadden gebracht, zoals het feit dat je eerst van jezelf moet leren houden wil je van je omgeving kunnen houden. Elimor was ook een echte leraar die mij soms tot het uiterste wist te brengen wanneer ik weer eens vergat mijn grenzen naar buiten toe, duidelijk af te bakenen. Ik werd meer en meer gedwongen om dat gene te doen wat ik zelf wilde. Vroeger waren de rollen omgedraaid dan manoeuvreerde ik mijzelf in allerlei bochten om het iedereen in mijn omgeving naar de zin te maken.

Portret tekenen was ook nieuw voor mij. Vroeger had ik het geduld niet gehad om urenlang aan een en dezelfde tekening te werken maar dat lag nu anders. Het liefste werkte ik met

foto's waarbij ik net zolang bleef doormodderen totdat ik dat of diegene herkende die ik op papier had gezet.

Twee weken voordat we naar Israël zouden vertrekken dreigde alles mis te lopen. Ik was al krukkend op weg van de badkamer naar de keuken met een paar handdoeken over mijn schouder gegooid, toen een van de handdoeken naar beneden gleed en onder een van mijn krukken terecht kwam. Ik gleed hierdoor uit en smakte op de grond. Onmiddellijk voelde ik iets bewegen in mijn knie. Het duurde even voordat ik weer rechtop stond en hoopte vurig dat ik het me had verbeeld. De volgende morgen had ik reeds een afspraak staan in het Academisch ziekenhuis in Groningen waar ik samen met Ton naar toe zou gaan. Ik kon nauwelijks in slaap komen die avond, zo zenuwachtig was ik. Stel je voor, dat er echt iets was verschoven, wat zou dat betekenen.

In het ziekenhuis aangekomen moest ik onmiddellijk door naar de röntgenafdeling. Na een halfuur gewacht te hebben kwam er eindelijk een arts naar mij toe. Normaal gesproken zou hij me toestemming hebben moeten geven om langzaamaan mijn knie iets meer te mogen belasten. Maar tot mijn grote schrik vertelde hij dat er iets helemaal verkeerd zat en hij een persoonlijk voorstander van was om mijn knie opnieuw te opereren. Dit kon toch niet waar zijn. Waren al deze maanden voor niets geweest en moest ik weer van voren af aan beginnen. Dit zou ook betekenen dat mijn reis naar Israël niet door zou gaan. Ik smeekte de arts om me een kans te geven en de beslissing een week uit te stellen. Ik zou mijn knie volledige rust geven en over een week terugkomen. Hij stemde toe maar gaf me niet veel hoop.

We reden terug naar de Hof van Axen waar ik me niet langer goed kon houden en in tranen uitbarstte. Iedereen probeerden me gerust te stellen en er werd van alles geregeld om mij zoveel mogelijk te ontlasten. Mijn fysiotherapeut gaf me aansterkende oefeningen en verklaarde dat mijn knie naar zijn mening te goed functioneerde om weer opnieuw geopereerd te moeten worden. Dit waren woorden die me bemoedigden. En ikzelf was dag en nacht met Reiki in de weer.

Precies een week later ging ik opnieuw met Ton naar Groningen. Dit keer leek het tij gekeerd te zijn. De arts verklaarde dat er in de afgelopen week dusdanig veel veranderd was dat een operatie voorlopig niet nodig zou zijn. Hij waarschuwde mij echter dat nog zo'n val fataal zou zijn. Ik zou nog twee maanden moeten wachten voordat ik mijn knie weer zou mogen gaan belasten. Dit was niet belangrijk. Onze reis naar Israël kon doorgaan.

Israël

Dick en Marian zouden deze maand op Sacha passen. Sacha was daar reeds hond aan huis en was dikke maatjes geworden met hun hond, dus hier verwachtte ik geen problemen.

Na iedereen gedag te hebben gezegd bracht Dick ons naar de trein die rechtstreeks naar Schiphol zou reizen. Ik had kunnen regelen dat ik op Schiphol uit de trein zou worden geholpen omdat ik nog steeds afhankelijk was van een rolstoel. Alles was perfect geregeld. Iemand ontfermde zich over onze bagage en ik werd samen met Elimor het vliegtuig ingereden. Toen we op Ben Goerion Airport landden in Tel Aviv moesten we wachten tot alle passagiers uit het vliegtuig waren gestapt waarna er een heftruck kwam waar ik met rolstoel en al op werd opgezet om zo het vliegtuig te kunnen verlaten. De paspoort controle verliep naar Israëlische begrippen zeer vlot en weldra konden we Yaakov in onze armen sluiten. Hij had sinds twee maanden een appartement gehuurd in Herzeliya, een voorstad van Tel Aviv. Hij woonde en werkte hier. Het was een zeer ruim appartement waar bijna niets instond. Hij had wat meubels cadeau gekregen van kennissen, waaronder bedden en een eettafel met stoelen. Het was de eerste keer dat ik in Israël een eigen plek zou hebben. Alle voorgaande keren waren we afhankelijk geweest van familie en vrienden wat altijd goed was verlopen, maar boven een eigen plek ging natuurlijk niets. De eerste dagen bleven we in de buurt van

Tel Aviv. We bezochten familie en vrienden. Elimor en Yaakov waren flink uit elkaar gegroeid. Dit zorgde voor de nodige spanningen. Elimor had mij al die tijd voor zich alleen gehad en plotseling moest ze mij weer gaan delen met haar vader die ze in de afgelopen maanden nauwelijks had gezien. Door haar sterke eigen wil kon ze soms het bloed onder je nagels vandaan halen. Yaakov had haar enorm gemist en het viel hem dan ook zwaar haar zo mee te maken.

Enkele dagen na onze aankomst bracht hij me naar Christina een goede vriendin die ik ook reeds jaren kende. Zij had een nieuwe vriend, Zeev, die in Israël een bekend stond als een van de beste sjamanen. Ik was nog nooit eerder door een sjamaan behandeld maar stond onmiddellijk open voor een sessie. Het was buiten ongeveer 30 graden Celsius. Hij bracht me naar een kamer waar ik op een bed moest gaan liggen. Tot mijn verbazing maakte hij enkele kacheltjes aan en werd ik ook nog eens toegedekt met een aantal dekens. Hij adviseerde me mijn ogen te sluiten en me zoveel mogelijk te ontspannen. De behandeling duurde ongeveer drie uur. Hij blies op een unieke manier door de blokkades in mijn gehele lichaam heen. Daarna herhaalde het ritueel zich waarbij hij zich eerst concentreerde op mijn oor en daarna op mijn knie. De inhoud van zijn longen was ongelooflijk groot. Het blazen hield soms wel enkele minuten aan. Ik ben nog nooit in een zweethutceremonie geweest maar ik vermoed dat deze behandeling eenzelfde soort effect creëerde. Af en toe leek het of je de hitte niet langer vol zou kunnen houden en dan ineens was daar het gevoel van ruimte vergezeld van prachtige visioenen.

Yaakov had tijdens een van zijn workshops Galia ontmoet, een van oorsprong Nederlandse vrouw, die in een kibboets aan de Dode Zee woonde. Deze kibboets heette Qualiya en lag vlak bij Jericho aan de noordelijke kant van de Dode Zee. Ik ontmoette Galia enkele dagen nadat we in Israël waren aangekomen in ons huis. Ik mocht haar vanaf het eerste moment. Het was alsof we elkaar al jaren kenden. We hadden veel dezelfde interesses waardoor we uren achter elkaar konden praten. Zij nodigde ons uit om naar Qualiya te komen. We zouden daar zolang we maar wilden mogen verblijven. Zij zou een gastenverblijf organiseren en we zouden kunnen mee eten in de eetzaal van de kibboets.

Als kind op de lagere school had ik al een onverklaarbare fascinatie voor deze plek op de aardbol gehad en vanaf het eerste moment dat ik in het echt kennis maakte met de Dode Zee zo'n tien jaar geleden, had ik het gevoel dat ik na lange tijd weer thuiskwam. Het aanbod om daar enkele dagen door te brengen werd dus gretig in ontvangst genomen. Ook zou het een fantastische revalidatieplek voor mijn knie betekenen omdat ik door het zeer hoge zoutgehalte van 33 procent, in het water zou kunnen lopen zonder mijn knie te moeten belasten.

Om naar Qualiya te gaan besloten we de korte route langs Jeruzalem te nemen. Tot dusver had Yaakov deze route altijd proberen te vermijden waarbij hij koos voor de meer veilige weg via Beersheva en Arad. We kwamen omstreeks drie uur aan en werden door Yoel, Galia's echtgenoot hartelijk verwelkomd. De plantengroei in deze kibboets was weer even adembenemend als in Ein Gedi. Yoel bleek daar een belangrijke hand in te hebben en vertelde dan ook vol trots wat de geschiedenis en namen van de verschillende bomen en planten waren.

Galia werkte momenteel in het babyhuis en kon ieder moment thuiskomen net als haar vier dochters waarvan de jongste twee jaar ouder was dan Elimor. Ondanks het leeftijdsverschil klikte het onmiddellijk tussen die twee met als gevolg dat Elimor binnen de kortste werd meegetroond naar de andere kinderen in de kibboets. Ik was nog niet in staat om Qualiya te verkennen omdat ik nog net iets te afhankelijk was van mijn krukken en de afstanden binnen de kibboets te groot waren.

Yoel haalde die avond eten voor ons uit de eetzaal. Het werd een hele gezellige avond. Toen het donker begon te worden waarschuwden ze mij om een lange broek met sokken aan te trekken. De Dode Zee staat namelijk bekend om zijn kleine muggen die nauwelijks groter zijn

als een speldenknop maar zeer venijnig kunnen steken. Mijn hele leven al ben ik aantrekkelijk voor muggen geweest , dus dit liet ik mij niet tweemaal zeggen. Toen ik die avond naar bed wilde gaan kwam ik er achter dat ik me niet goed genoeg had ingepakt. Ik bleek zo'n dertig beten op mijn rug te hebben en ze hadden dwars door mijn schoenen heen gestoken met als gevolg dat ik de volgende dag voor mijn gevoel op klompen liep. Toen Galia mij nog erger zag strompelen dan ik al deed en zag wat de oorzaak was, raadde ze ons aan zo snel mogelijk naar de Dode Zee te gaan. Het hoge percentage zout zou onmiddellijk verlichting brengen.

We pakten onze badspullen en reden naar het strand. Ik wist dat ik heel voorzichtig het water in moest omdat alle beten eerst enorm zouden bijten zodra ze met het zout in aanraking zouden komen. Omdat ik niet met krukken het water in kon schoof ik langzaam op mijn billen het water in. Reeds bij twintig centimeter diepte was ik in staat om te drijven. Dit fascineerde mij iedere keer weer opnieuw. In de Dode Zee lig je bijna op het water. Gewoon zwemmen lukt daardoor ook niet. Wil je staan of in een verticale houding komen dan kost je dit ongelofelijk veel moeite. Verder is dit een plek waar je je weer kunt wanen in de moederbuik omdat je hier totaal gewichtloos bent. Door je hoofd op het water te laten rusten ben je in staat om al je spieren tot ontspanning te brengen omdat je volledig door het water gedragen wordt. Voor mij dus de ideale plek waar ik mijn knie zou kunnen gaan versterken.

De daarop volgende dagen herhaalde ik de oefeningen en iedereen inclusief mijzelf was verbaasd hoe snel mijn knie aansterkte. Ik liep na twee dagen zonder problemen reeds op één kruk naar de eetzaal en durfde hierdoor ook gemakkelijker de Dode Zee in te lopen.

Na een dag of vier besloten we naar Eilat te reizen in het zuiden van Israël. We waren uitgenodigd bij Edy, een oude vriend van Yaakov die jarenlang op het strand gewoond had waar hij een snackbar runde. Toen de Sinai woestijn aan Egypte werd teruggegeven moest hij vertrekken en woonde ondertussen getrouwd en wel, met twee kinderen in een gewoon huis. Het was alsof hij een totale gedaante verwisseling had ondergaan. Ik herkende hem nauwelijks. Wij hadden een groot deel van onze huwelijksreis bij hem aan het strand doorgebracht en hij was toen op mij overgekomen als een echte levensgenieter die de dag neemt zoals hij komt. Dit keer troffen we iemand aan die een zeer overspannen indruk maakte en die niets anders deed dan zijn vrouw afbekken. Ik was blij toen ik me 's avonds terug kon trekken in onze logeerkamer.

Elimor was ook ontzettend humeurig omdat ze het liefst in Qualiya was achtergebleven. Ze liet Yaakov geen seconde met rust om haar ongenoegen kenbaar te maken.

De volgende dag verbeterde haar houding iets toen we besloten de dolfijnen te bezoeken. Het heet, dat de dolfijnen die in "the Dolphin Reef" in Eilat komen vrij zijn en 's nachts gaan en staan kunnen waar ze willen. Overdag komen ze terug omdat ze weten dat ze hier gevoerd worden. Er worden hier ook experimenten uitgevoerd waarbij men autistische kinderen en depressieve mensen in contact brengt met de dolfijnen. De dolfijnen hebben een zeer positieve invloed op deze groepen waarbij resultaten bereikt worden die aan het ongelofelijke grenzen.

Als toeschouwer kun je ook met ze gaan zwemmen maar dat durfde ik nog niet aan vanwege mijn knie. Het water van de Rode Zee is een stuk minder zout waardoor het veel inspannender zou zijn. Elimor was te jong en zou alleen onder begeleiding mogen en Yaakov vond het water te koud. Het bleef dus bij kijken wat de jonge dame natuurlijk aangreep om haar humeurige houding weer op te pakken. 's Middags besloten we naar het strand te gaan wat grensde aan "the Dolphin Reef". Het was overdag reeds een graad of vijfendertig en dit trok me over de streep toch het water in te gaan. Elimor en ik zwommen naar de omheining die de twee stranden scheidt. We waren daar nog maar nauwelijks aangekomen of plotseling dook er een dolfijn vlak naast ons op. We schrokken ons een hoedje maar waren tegelijkertijd helemaal door het dollen heen dat we dit toch nog meemaakten. Iedere keer als ik een dolfijn van dichtbij meemaak raak ik ontroerd en dat was ook nu weer het geval. Het bleef echter bij

die ene ontmoeting waardoor we na een minuut of twintig besloten terug te zwemmen naar het strand.

Die avond kon ik de slaap niet vatten. Er had zich een geheel nieuwe gedachte van me meester gemaakt. Ik voelde steeds duidelijker aan dat ik voorlopig in Israël zou moeten blijven. Los van het feit dat mijn genezingsproces hier veel sneller verliep werd het ook duidelijk dat ik niet langer gescheiden van Yaakov wilde leven. Ik voelde dat ik hier een kant van mijzelf zou ontdekken die ik in Nederland veel moeilijker of misschien zelfs helemaal niet zou vinden. De afgelopen maanden in Drente hadden ook geen duidelijkheid geschept. De enige plek in Drente die mij interessant had geleken om er eventueel te wonen was op het terrein waar het hospitaal gepland was. Dit plan voor het hospitaal stond echter weer geheel op losse schroeven wat het allemaal alleen maar ingewikkelder maakte. Ik was helemaal beduusd toen ik tot deze nieuwe conclusie kwam. Ik had namelijk vanaf mijn eerste kennismaking met dit land altijd verkondigd dat Israël een fantastisch vakantieland was maar absoluut niet een plek waar ik zou willen gaan wonen. De bureaucratie hier vond ik afgrijselijk en de taal heel moeilijk. Ik besloot Yaakov nog diezelfde avond in te lichten. Hij wist niet wat hij hoorde maar was door het dolle heen van blijdschap. Elimor die ik het nieuws de volgende morgen vertelde reageerde geheel tegenovergesteld. Ze vond het maar niets en wilde met mij alleen zonder Yaakov in Nederland blijven wonen.

Rond een uur of tien 's morgens reden we weg uit Eilat en terug naar Qualiya waar we nog een paar dagen door wilden brengen. Elimor was onmogelijk gedurende de gehele terugreis. Yaakov was in haar ogen de grote boosdoener die tussen ons tweeën in kwam. Ik voelde dat ze onbewust bezig was mij te dwingen duidelijke grenzen te stellen.

Die avond toen ik haar naar bed bracht vertelde ik haar heel kalm zonder enige vorm van boosheid dat ik enorm veel van haar hield maar ook van Yaakov. Ik zei dat ik weer wilde dat ons gezinnetje bij elkaar zou zijn. Zij had de keus hierin mee te gaan omdat we bij elkaar hoorden of ze zou een nieuwe vader en moeder kunnen zoeken bij wie ze dacht beter te passen. Ik weigerde nog langer haar onmogelijke houding tegenover Yaakov te accepteren. De keus was nu aan haar. Dit kwam aan als een donderslag bij heldere hemel. Ze had in de gaten dat ik bloedserius was. Nadat ik mijn zegje had gedaan liet ik haar alleen met de mededeling dat ze naar mij toe mocht komen als ze haar keuze had gemaakt.

Die nacht veranderde ze als een blad aan een boom. Haar humeurige houding was de volgende morgen geheel verdwenen en ze liet weten dat ze blij was met mijn beslissing en natuurlijk wilde ze alleen Yaakov en mij als haar ouders. De rest van de dag was ze niet meer bij Yaakov weg te slaan waardoor ik ineens heel duidelijk zag wat haar humeurige houding had veroorzaakt. Het was een vorm van zelfbescherming geweest die geleid werd door haar angst dat we weer gescheiden zouden worden. Nu het duidelijk was dat we binnenkort weer bij elkaar zouden zijn kwam er een zekere rust terug in haar leven.

De resterende tijd die we nog in Israël hadden werd gebruikt om concrete plannen te maken. Familie en vrienden in Israël waren opgetogen en boden hulp aan waar nodig. We hadden een ruim appartement waar we gemakkelijk in zouden kunnen wonen. Elimor zou haar schooljaar in Nederland moeten afmaken wat zou inhouden dat we begin juli zouden kunnen arriveren. De container waarin al onze meubels zaten opgeslagen moest per schip naar Israël vervoerd worden. Dit werd allemaal door een goede vriend geregeld die in zijn dagelijks leven niets anders deed dan transporten organiseren van en naar het buitenland. Uiteindelijk kwam de dag dat we terug moesten vliegen. Ik had in deze maand voorgoed afstand gedaan van één kruk en kon me met die andere steeds handiger voortbewegen. Ik was dus niet langer afhankelijk van rolstoelen. De ochtend dat we naar het vliegveld moesten stond al het verkeer compleet vast en na een uur werd het duidelijk dat we ons vliegtuig zouden missen. Vanuit de auto belden we met het vliegveld en konden we zonder enige moeite ons ticket inruilen voor een vlucht die twee dagen later zou vertrekken. Dit gaf ons ineens een extra dag die het mogelijk maakte

om een verblijfsvergunning te regelen voor Elimor en mijzelf. Er wordt in Israël ontzettend vaak gestaakt bij overheidsinstanties en dat was ook de reden geweest waarom we het nog niet eerder hadden gedaan. Deze dag was de eerste werkdag na een paar weken staking. Alles verliep vrij voorspoedig. Het scheelde natuurlijk enorm dat Yaakov en Elimor beiden de Israëlische nationaliteit hadden naast de Nederlandse. Ik verbaasde me over het feit dat er bij mij automatisch Christen ingevuld werd toen er gevraagd werd welke godsdienst ik had waarop ik “geen” antwoordde. Ik had even de neiging dit te laten veranderen in Boeddhist maar wist me in te houden.

De volgende dag arriveerden we zonder problemen op het vliegveld en waren ruim op tijd. Dit keer was het afscheid veel gemakkelijker omdat we wisten dat er een eind zou komen aan onze gescheiden leefsituatie. Ik zou begin juni nog een week alleen overkomen om mee te helpen uitpakken en inrichten. Onze container zou eind mei in de haven van Haifa aankomen.

Afscheid

Dick haalde ons van het station. Sacha was door het dolle heen toen hij ons terugzag na al die weken. Daarmee ontsprong ineens een nieuw probleem. Bij het plannen had ik niet echt aan Sacha gedacht. Wat moesten we met Sacha doen. Deze labrador was zo aan het buitenleven gewend. Zou hij het aankunnen te moeten leven in een appartement op de tweede verdieping, in een warm droog land, waar nauwelijks water zou zijn om in te zwemmen. Een leven zonder Sacha was ook ondenkbaar. Elimor en Sacha waren twee handen op één buik. Ik besloot het even los te laten. Als ik de juiste beslissing had genomen om naar Israël te willen verhuizen dan zou hier vanzelf een oplossing voor komen. Ik had in het afgelopen jaar steeds duidelijker ervaren dat je leven reeds geheel is uitgestippeld. Sta je er open voor dan ontrolt het stap voor stap en krijg je precies datgene wat je nodig hebt. Het vergt een enorm vertrouwen en een totale overgave die ik nog niet altijd even goed beheerste.

Iedereen was totaal verrast door het nieuws. De meeste moeite had ikzelf toen ik het aan Coby vertelde. Zij had me zo fantastisch geholpen en nu had ik het gevoel dat ik haar in de steek liet. Als ze teleurgesteld was liet ze dit niet blijken en was en bleef een geweldige steun.

Ik was nog niet in staat om normaal auto te rijden en in het Dafje durfde ik geen grote afstanden af te leggen. Dit had tot gevolg dat we in mei en juni veel gasten kregen die ons nog even wilden zien voordat we naar Israël zouden vertrekken.

Mijn moeder kwam ook voor het eerst logeren in ons huisje. Ik had haar sinds december niet meer gezien. Ze was toen nog eenmaal bij mij in het ziekenhuis geweest met één van mijn zusjes. Het ging gelukkig al een stuk beter met haar, al was ze nog niet in staat om voor zichzelf te zorgen. Ze werd gebracht door een verzorgster die vijf dagen per week bij haar inwoonde. Het was heerlijk om haar een paar dagen bij ons te hebben. We hadden ontzettend veel bij te praten en ik was blij dat ze achter mijn beslissing stond om naar Israël te verhuizen. Natuurlijk zou ze ons missen maar via fax en telefoon zouden we in contact blijven.

Marijke kwam ook nog een paar dagen logeren en we benutten onze tijd goed door nog verschillende regressies te doen. Degene waar ik de meeste informatie uit ontving was de regressie die mijn jeugd aan mij voorbij liet gaan.

Verslag van 5 juni 1996

Deze regressie begon met de periode tot en met mijn vijfde jaar. Mijn kleutertijd was zeer ontspannen. Ik was zeer welkom. Ik was de eerst geborene uit mijn vaders tweede huwelijk. Op mijn zesde begonnen er dingen te veranderen. Mijn jongste zusje Elsbeth werd geboren. Spanningen tussen mijn ouders ontstonden hierdoor. Mijn moeder raakte zelfs overspannen en logeerde voor een korte periode bij een familielid om bij te komen. Om mijn moeder zoveel mogelijk te ontlasten nam ik onbewust de verantwoordelijkheid over Elsbeth op mij, in de

hoop dat mijn moeder hierdoor meer tijd voor mijn vader zou hebben. Er was een tijd dat ik Elsbeth als baby stiekem 's nachts bij me in bed nam. Ze sliep dan als een marmot waardoor ze mijn moeder niet wakker maakte. Mijn vader oefende in diezelfde tijd steeds meer druk op mij uit waar ik veel moeite mee had. Ik was de zoon die hij gewenst had. Ik moest de familietraditie hooghouden. Ik leerde als zesjarige de grote zeetjalk te besturen en werd de mast ingetakeld als er bovenin iets verkeerd zat. Ook werd ik vaak voorgetrokken boven mijn zusjes terwijl ik dit helemaal niet wilde. Ik had steeds minder tijd voor mijzelf en raakte gestresst omdat ik hierdoor ook steeds minder tijd voor Elsbeth over had.

Mijn eerste echte schok die ik in mijn leven te verwerken kreeg was het plotselinge overlijden van mijn grootvader op wie ik heel erg gesteld was. Mijn vader kwam geheel onverwachts huilend de trap op rennen. Dit alleen al was shockerend, daar ik mijn vader nog nooit eerder had zien huilen. In het kort werden mijn zusjes en ik ingelicht wat er was gebeurd en moesten we wat kleren inpakken omdat we een week uit logeren zouden gaan. Ik kreeg helemaal niet de kans zelf afscheid van "Opa" te nemen en bleef alleen achter met een heleboel vragen die onbeantwoord bleven. Pas na de crematie kwamen we weer thuis. Dit alles bracht met zich mee dat ik een angst voor de dood ontwikkelde. Ik had wekenlang nachtmerries waarbij ik droomde dat mijn opa in zijn kist onder mijn bed lag.

Mijn enigste plekje waar ik mijzelf kon zijn was een kleine wei niet ver van ons huis. Hier liep een prachtige ram aan een ketting te grazen. Hij had enorme gekrulde horens. Iedereen was bang voor hem en er werd gezegd dat hij gevaarlijk was. Ik had echter een heel andere ervaring en ging dagelijks even bij hem langs met iets lekkers. Hij stond me vaak op te wachten of kwam onmiddellijk naar mij toe als hij mijn stem hoorde. Ik ging dan naast hem zitten en voerde hele gesprekken met hem. Op een gegeven moment was de ram ineens verdwenen. Mijn laatste houvast met mijzelf verdween hierdoor met als gevolg dat ik mijn dijbeen brak door onder een motorfiets te komen. Ik kreeg ineens weer alle tijd voor mijzelf omdat ik gedurende 3 maanden het ziekenhuis in moest. Ik realiseerde mij tot mijn grote verbazing dat deze geschiedenis zich zo'n dertig jaar later weer herhaald had. Ook nu was de druk van buitenaf te groot geweest en werd ik door de kosmos tot een halt geroepen.

In de jaren daarna ga ik steeds meer een gespleten leven leiden. Mijn vader was heel streng en verbood veel. Zo mocht ik in het weekend 's avonds nooit met vrienden op stap of moest reeds om elf uur 's avonds thuis zijn terwijl dan pas alles op gang kwam. Dit had tot gevolg dat ik 's avonds uit het raam begon te klimmen. Ik hield mijn ouders voor de gek door net te doen alsof ik naar bed ging, draaide mijn slaapkamerdeur op slot en verdween. Tussen twee en vier uur 's morgens klom ik weer naar binnen en had de tijd van mijn leven gehad. Ik dronk nauwelijks alcohol en hield me afzijdig van drugs. Mijn lichaam gaf haarscherp aan hoe ver ik kon gaan. De signalen die ik doorkreeg volgde ik nauwlettend op en gebruikte het als mijn automatische piloot. Ik had namelijk het gevoel dat als ik deze signalen zou negeren ik niet langer mijn grenzen zou kunnen bepalen. Achteraf gezien denk ik dat dit mijn beschermengelen waren.

Wat ik vaak jammer vond was het feit dat ik thuis nooit kon vertellen wat voor leuke dingen ik de avond daarvoor allemaal had meegemaakt.

Dit gebeurde pas enkele jaren later toen ik reeds langere tijd op mijzelf woonde. Ik bezocht mijn ouders en mijn moeder kwam naar mij toe met volgens haar een absurd verhaal. Hun woonkamer was net opnieuw gewit en de schilder, een oom van een van mijn zusjes vriendinnen, had tijdens de koffie uitgebreid aan mijn moeder zitten vertellen hoe wij, mijn zusjes en ik, in het weekend 's avonds uit het raam pleegden te klimmen. Mijn ouders wisten niet wat ze hoorden en wilden het in eerste instantie ook helemaal niet geloven. Pas toen het door ons bevestigd werd, moesten ze wel en hebben we er flink om moeten lachen.

Toen ik op mijn achttiende mijn ouderlijk huis verliet en als au-pair naar Parijs vertrok raakte ik langzaam verstrikt in mijn eigen gespletenheid. Dit uitte zich in de eerste zeven jaren in

het feit dat ik in mijn relaties de dominante invloed van mijn vader opzocht. Hierdoor gaf ik mijzelf toestemming een ander leven te leiden naast mijn relatie en tegelijkertijd cijferde ik mijzelf steeds meer weg. Dit kon natuurlijk niet goed gaan en weldra ontstond de blokkade in mijn oor die zich later tot een tumor zou gaan ontwikkelen.

Huisdieren komen en gaan

Begin juni vertrok ik alleen naar Israël. Elimor en Sacha logeerden bij Dick en Marian. Het werd een hele speciale week die vol zat met verrassingen. Yaakov haalde mij van het vliegveld waarna we rechtstreeks naar ons appartement toe reden. Toen we binnen kwamen, overviel me de hoeveelheid verhuisdozen die in het gehele huis stonden opgestapeld. Yaakov adviseerde me de deur naar de keuken heel voorzichtig te openen. Toen ik wilde weten waarom, was zijn antwoord "Ga maar kijken". Ik trof een lapjes poesje aan die ik op mijn hand kon zetten zo klein was het. Het zat vol met vlooiën. Ze was niet ouder dan een week of drie en was in een flink gevecht met haarzelf verwickeld om zich staande te kunnen houden. Ze was door buurkinderen gevonden die het op hun beurt aan Yaakov hadden gegeven. Ik had nooit iets met katten gehad en was een echte hondenuitdager. Maar dit kleine schepseltje deed iets met me wat ik niet voor mogelijk had gehouden. Yaakov en zijn broer Chubi hadden reeds een enorm respect voor haar ontwikkeld omdat ze het liefste via je benen naar boven klom waarna ze op je schouder ging zitten. Ze had vlijmscherpe klauwtjes en ze maakte geen onderscheid tussen broekspijpen of blote benen. Dit had tot gevolg dat beide heren reeds flink gehavende benen hadden en haar het liefst achter het behang wilden plakken. Ik begon onmiddellijk Reiki op haar toe te passen, wat haar al gauw iets rustiger maakte. Ze moest nog met een fles gevoed worden, een taak die ik gretig op me nam. Die middag kochten we als eerste een vlooiënkam om haar van deze beestjes te verlossen. De keuken had twee ingangen, één naar de bijkeuken die weer op de badkamer uitkwam en één naar de woonkamer. Die avond had Yaakov haar in de keuken opgesloten maar waarschijnlijk één van de deuren niet goed dichtgedaan. 's Nachts werd ik wakker en bleek ik een opgerold slapend poesje in mijn nekholte te hebben liggen. Ik liet haar lekker liggen en viel zelf ook weer als een blok in slaap.

De volgende morgen begon het uitpakken. Het waren zoveel dozen dat het in het begin moeilijk was waar we moesten beginnen. Temeer omdat er op vele dozen niet duidelijk stond vermeld wat de inhoud was. Drie dagen later na praktisch dag en nacht te hebben doorgewerkt kwam er licht in de tunnel. We waren ook een stuk of tien dozen met Nederlandse literatuur tegengekomen, waar wijzelf niet meer in geïnteresseerd waren. Dit was een nalatenschap van de bewoners die voor ons in het huis in Mesch hadden gewoond. Yaakov kreeg ineens een fantastisch idee. In Herzeliya was een Nederlands bejaardentehuis "het Julianahuis". We besloten er onmiddellijk naar toe te rijden en te vragen of zij er misschien belang bij hadden. Dit was een schot in de roos. We kregen een hele rondleiding en werden op handen gedragen. Nog diezelfde middag leverden we alles af want dit waren weer tien dozen minder in ons appartement.

De verkiezingen in Israël vonden aan het eind van deze week plaats. De strijd was tussen Shimon Peres en Benjamin Netanyahu. Iedereen was ervan overtuigd dat de arbeiderspartij van Peres zou winnen na de brute moord op Rabin een half jaar eerder. We zaten de hele avond aan de buis gekluisterd en besloten rond half 2 's nachts rustig te kunnen gaan slapen toen Peres op voorsprong stond. De volgende morgen vernamen we echter dat de Likod van Netanyahu toch nog als winnaar uit de bus was gekomen. Het valt nauwelijks te beschrijven hoe groot onze ontsteltenis was. Hoe was dit in godsnaam mogelijk. Op straat merkte je ook dat de meeste mensen er lamgeslagen bijliepen. Wat zou de toekomst gaan brengen.

Twee dagen later vertrok ik weer naar Nederland. Ik was tevreden toen ik nog een laatste blik wierp in het huis waar ik de komende tijd zou komen te wonen. Yaakov liep er ook een stuk vrolijker bij nu hij weer een echt “thuis” had. Vlak voor onze verhuizing uit Mesch had ik alle fauteuils opnieuw laten bekleden. Deze waren echter rechtstreeks de container ingegaan waardoor de verassing nu tweemaal zo groot was en het leek of we hele nieuwe meubels hadden. Op het laatste nippertje hadden we in Tel Aviv een gigantisch groot koningsblauw kleed gekocht wat prachtig paste bij de nieuw beklede stoelen. Het bedekte de woonkamervloer praktisch helemaal en was daarom zeer geschikt voor de workshops van “de Flower of life” waarbij vele mensen de voorkeur gaven op de grond te willen zitten of zelfs liggen.

In Nederland werd ik door Dick en Elimor van de trein gehaald en kreeg een stortvloed van verhalen over me heen wat er die week allemaal gebeurd was. Alles was heel soepel verlopen en Dick en Marian waren helemaal weg van Sacha die op zijn beurt een nog hechtere band had opgebouwd met hun hondje. Ze sliepen reeds in dezelfde mand.

Marian kwam een paar dagen later op een morgen bij me langs omdat ze mij iets wilde voorstellen waar ik niet onmiddellijk op zou hoeven te antwoorden. Het kwam er op neer dat ze mij aanbood Sacha te adopteren als wij naar Israël zouden vertrekken. Ik was zo beduusd dat ik even niet wist wat ik moest zeggen. Marian had hier begrip voor en raadde mij aan er eens rustig over na te denken. De oplossing werd mij nu in mijn schoot gelegd en ik moest toegeven, hoe pijnlijk het ook was, dat het voor Sacha veel beter was hem bij Dick en Marian te laten. Elimor was ontroostbaar toen ik het haar vertelde. Zij kon zich een leven zonder Sacha helemaal niet voorstellen. Ze waren samen opgegroeid en hij beschermde haar door dik en dun. Pas na heel veel praten moest ze zelf ook toegeven dat het een egoïstische zet zou zijn hem mee te willen nemen. Hij zou daar in dat hete klimaat zonder water waarschijnlijk doodongelukkig worden. Snikkend liepen we samen naar Dick en Marian om hun te vertellen dat we besloten hadden gebruik te maken van hun aanbod. Om Elimor te troosten beloofde Dick dat Sacha altijd Elimor's hond zou blijven en dat ze mocht komen logeren wanneer ze maar wilde.

Dick had verder ook nog besloten onze auto, die een trekhaak bezat, over te nemen waarmee alles was afgehandeld wat er nog af te handelen viel.

De laatste schooldag brak aan wat tevens een dag van afscheid betekende omdat onze vlucht de volgende dag vertrekken zou. Als laatste gingen we nog even langs de Hof van Axen om afscheid te nemen. Ik bedankte Coby en Ton nogmaals voor wat ze allemaal voor me hadden gedaan en hoopte Coby niet lang daarna in Israël te ontmoeten waar ze een workshop zou gaan geven.

Onze bagage bestond enkel nog uit kleding en enkele knuffels die een vaste plek in Elimor haar bed hadden. Dick bracht ons naar de trein en weldra vertrokken we op weg naar ons nieuwe leven.

De “Flower of life”

‘s Avonds rond een uur of negen stapten we ons huis in Herzelya binnen. Ik had Elimor natuurlijk alles over Isis, het nieuwe poesje verteld. Voor de gein riep ik haar naam in de verwachting dat ze allang vergeten zou zijn wie ik was. Binnen enkele seconden kwam ze echter aanrennen en vloog onmiddellijk via mijn broekspijpen naar mijn schouder waar ze al spinnend kenbaar maakte dat ze wel degelijk wist wie ik was. Dit ontroerde mij enorm.

Elimor was verrukt toen ze dit kleine brutale zag, maar kreeg binnen de kortste keren met haar klauwtjes te maken waarmee haar duidelijk werd dat dit poesje niet zonder handschoenen aan te pakken was.

Al in onze eerste week in Israël viel ik met mijn neus in de boter omdat er een Flower of Lifeworkshop in ons huis zou plaatsvinden. Yaakov verwachtte zo'n man of tien en om mij de mogelijkheid te geven te cursus mee te doen, had hij Elimor voor deze dagen ingeschreven bij de "Ketanah", een zes daags zomerkamp voor kinderen van haar leeftijd. De "Ketanah" begon 's ochtends om 8 uur en eindigde rond een uur of vier 's middags. Hier zou ze het Israëlisch snel onder de knie krijgen waardoor ze na de vakantie minder of geen aanpassing problemen op school zou hebben.

De workshop was een groot succes. Ik leerde nu stap voor stap de merkabah meditatie waarmee ik mijzelf zou leren afschermen tegen negativiteit. Hij bestond uit zeventien ademhalingen die je hele energieveld schoonmaakte en daarna activeerde. Daarna kon je hem eventueel programmeren om je leven een bepaalde richting in te sturen.

Door alle video's van de "Flower of Life" weer opnieuw te zien, dit keer in de juiste volgorde met de juiste uitleg, viel alles op zijn plaats. De hele geschiedenis van de mensheid werd erin beschreven en ik merkte dat ik werd meegezogen op een manier die nieuw voor mij was. Het had te maken met het herkennen van een kennis die diep binnenin me zat opgeslagen. De Heilige Geometrie die deel uitmaakt van de workshop, verbond alles aan elkaar en maakte onze oorsprong en ons bestaan ineens een stuk begrijpelijker. Daarnaast is het frapperend dat deze kennis vaak in verholde vorm terug te vinden is in alle windstreken op onze aardbol, waaronder in China, Rusland, Zuid Amerika, Israël, Egypte om er een paar te noemen. Wat dit voor rol zou gaan spelen zou spoedig blijken.

Voorheen had ik nooit zelf autogereden in Israël omdat de rijstijl van de gemiddelde Israëliër heel anders en veel brutaler is dan ik in Nederland gewend was. Al toeterend en vaak nog schreeuwend ook, proberen de meeste mensen zich een weg te banen door het verkeer. Links en rechts inhalen is hier de dood normaalste zaak van de wereld. Dit is de voornaamste reden in Israël meer mensen omkomen in het verkeer dan bij aanslagen of militaire acties.

Yaakov moedigde mij echter aan zo snel mogelijk met rijden te beginnen waardoor ik een stuk zelfstandiger zou zijn. Gedurende een maand of twee zou ik met mijn Nederlandse rijbewijs mogen rijden maar daarna was ik verplicht net als iedere andere nieuwkomer in Israël opnieuw een rij-test te doen waaruit moest blijken of ik inderdaad een rijbewijs waard was. Toen ik hiervan op de hoogte gesteld werd sloegen even alle stoppen door. Ik reed al zeventien jaar en had natuurlijk een geheel eigen rijstijl ontwikkeld. Examens en testen waren mijn hele leven lang al iets geweest waar ik van gruwelde. En nu moest ik weer een rijexamen afleggen. Iedereen verklaarde dat de test niets inhield en dat één les ruim voldoende was om vertrouwd te raken met wat er van mij werd verwacht. Ik was echter zo zenuwachtig dat ik er vijf nam. Achteraf gezien moest ik erom lachen. Deze test was inderdaad heel simpel. De examinerator zag reeds bij het oprijden van de snelweg dat ik de benodigde routine had waarna hij mij liet terug rijden en me mijn Israëlische rijbewijs overhandigde.

Half augustus werd ik ziek. Het leek een verkoudheid die mij ook met een vreemdsoortige kortademigheid opzadelde waarbij mijn energie langzaam uit mijn lichaam leek weg te stromen. Tijdens mijn meditatie kreeg ik steeds duidelijker het beeld door dat het te maken had met de energieën die rondom Tel Aviv hingen. Israël had op dat moment zo'n zes miljoen inwoners waarvan er twee in of rondom Tel Aviv woonachtig waren.

Eind augustus maakten we het plan om zaterdag samen met Chubi, zijn vriendin en zijn jongste zoon Ben een dagtocht naar het zuiden te gaan maken en wel naar Mitspe Ramon waar je een prachtig gekleurde woestijn aantreft vol verassingen. Ik snakke naar de natuur na twee maanden stadsleven.

We vertrokken voor dag en dauw om de dag volop te kunnen benutten. Chubi had een comfortabele bus waar we gemakkelijk met zijn zessen in konden. Na een uur of twee merkte

ik reeds dat ik een stuk gemakkelijker kon ademen en dat ik knapte zienderogen op. Na Beersheva begonnen we de bewoonde wereld langzaam achter ons te laten. Op een gegeven moment kwam ik er tot mijn grote schrik achter dat ik mijn tampons thuis was vergeten. Op zaterdag is in Israël echter zo goed als alles gesloten vanwege de Sabbat, dus dit kon wel eens een probleem worden. Na een half uur kwamen we bij een wegrestaurant dat in eerste instantie gesloten leek. De nood was dusdanig hoog dat we toch een stop maakten en aanbelden. Een vrouw deed open en ik besloot meteen met de deur in huis te vallen. Ze had er alle begrip voor en hielp me uit de nood. Yaakov vroeg haar even later of er nog interessante bezienswaardigheden in de buurt waren, waarna ze met een folder aan kwam zetten waarin volgens haar een aantal interessante tips stonden. We sloegen het folder open en vielen bijna om van verbazing toen we binnen in de folder een foto van een opgraving zagen waarop het volledige teken van “de Flower of Life” zichtbaar was. De enige plaats die in de folder genoemd werd was Susiya. Al was uit de tekst niet echt op te maken of deze specifieke opgraving daar te zien was. Susiya is een hele oude Joodse nederzetting vlak buiten de Israëlische grens op weg naar Hebron. Het lag niet echt in onze richting omdat dat in de buurt van Arad was bij de Dode Zee en wij op deze dag op weg naar het zuiden waren. We besloten een bezoek aan Susiya uit te stellen naar een volgend weekend.

Helemaal opgeladen, vol nieuwe energie zetten we onze reis voort en het werd een prachtige dag.

Na weer enkele dagen terug in Herzeliya te zijn geweest begonnen mijn lichamelijke klachten weer op te komen. Ik wist nu zeker dat ik stappen moest gaan ondernemen om een andere woonplaats te zoeken. We besloten het daarop volgende weekend naar Galia en Yoel te gaan, omdat de Dode Zee en zijn omgeving een van mijn meest favoriete plekken was. We vertrokken vrijdag rond een uur of 10 en reden via Jeruzalem naar de Dode Zee. Het foldertje met de foto van de opgraving hadden we bij ons in de hoop dat iemand in Qualiya ons misschien meer informatie hierover kon geven. Het werd een gezellige dag en ook nu knapte ik weer heel snel op.

De volgende morgen vertrokken we naar kibboets Ein Gedi om een duik in het zwembad te nemen en enkele oude bekenden op te zoeken. Bij het zwembad ontmoetten we Dov, die de functie van manager van de Spa in Ein Gedi bekleedde. Sinds hij te gast was geweest bij ons in Mesch, was er een warme vriendschap ontstaan. Hij was in korte tijd uitgegroeid tot een belangrijke figuur in de gemeente waar Ein Gedi en Qualiya ook toe behoorden. Toen hij ons aanhoorde, raadde hij ons aan een bezoek te brengen aan Har Amasa een nieuwe kibboets die in de buurt van Susiya lag maar nog wel net binnen de Israëlische grenzen.

Rond een uur of 1 vertrokken we richting Arad. Arad was een relatief nieuwe stad, ongeveer vijfentwintig jaar oud en naar mijn mening verre van aantrekkelijk. De meeste huizen bestonden uit flats die als paddestoelen uit de grond schoten om de hele Russische immigrantenstroom te kunnen verwerken. Daar waren we dan ook gauw uitgekeken en volgden de instructies die Dov voor ons had uitgetekend. Na een kilometer of zes moesten we afslaan richting Tel Arad. Het was een prachtige route die ons langzaam de bergen invoerde. Boven op de berg wachtte ons een nieuwe verrassing. Naast het feit dat de natuur hier bijzonder groen was, kwamen we oog in oog te staan met een driedimensionale Davidster, de “Merkabah” uit de Flower of Life. Het was een monument, afkomstig van een Spaans iemand die het aan Israël had geschonken. We stapten weer in de auto om door te rijden naar Susiya wat enkele kilometers verderop zou liggen. We werden echter afgeleid door een prachtige roofvogel die boven ons bleef rondcirkelen. We besloten hem een tijdje te volgen omdat hij een richting opging waar ook een prachtige smalle weg liep die dwars door wijngaarden ging. Op een gegeven moment eindigde onze rit omdat we bij een gesloten hek uitkwamen wat waarschijnlijk de ingang van een moshaf of kibboets was. In de verte zag Yaakov iemand lopen en besloot hem te roepen. De persoon in kwestie hoorde ons en kwam naar ons

toelopen. Hij vertelde dat we waren aangekomen bij de ingang van kibboets Har Amasa, een nieuwe kibboets van nog geen week oud. Dit was de plek die Dov ons had aanbevolen die morgen. Ondertussen kwamen er nog enkele mensen aanlopen en werden we uitgenodigd een kijkje binnen de kibboets te komen nemen. We zagen de eetzaal, de kantoren, de aula en werden daarna meegenomen door Benny die ons uitnodigde om iets te komen drinken bij zijn huis. Hij was van Yaakov's leeftijd en kwam zeer sympathiek over net als de meeste anderen die we bij zijn huis aantroffen. Iedereen had die dag zo'n beetje benut om zijn huis op te knappen waarna de meubels zouden kunnen arriveren.

Na een uur was het net of we reeds deel uit maakten van de groep en werd ons duidelijk welk huis we eventueel konden krijgen zouden we besluiten op deze plek te gaan wonen. Alles verliep in zo'n hoog tempo waardoor het net leek of we een film waren binnengestapt. De meeste mensen uit de groep waren kunstenaars uit Tel Aviv en omgeving.. Ze hadden genoeg van de Israëliische politiek en waren vol goede moed naar deze berg gekomen om een nieuwe woongemeenschap te stichten. Zo was Benny was van huis uit een timmerman, die de meest fantastische meubels ontwierp en maakte. Hij was getrouwd met Zila, een healer met wie hij drie kinderen had, Zohar 14 jaar , Tom 9 jaar en Gaia 2 jaar. Hun plan was dat Benny en Tom permanent in de kibboets zouden gaan wonen . Zila en de dochters wilden in Tel Aviv blijven en de weekenden benutten om dan naar de kibboets te komen. Dan had je Eli en Dganiet, een op het eerste gezicht vrij stug aandoende tante, die hier hun idealen om een eigen krant op te starten, hoopten te kunnen verwezenlijken. Dudi, een filmregisseur die bekend was vanwege zijn spraakmakende documentaires. Menace, een industrieel ontwerper. Smulick, een jonge muzikant. Nimrod, een van de jongste zelfstandige inwoners, die hier het leger hoopte te kunnen omzeilen. Doron, een einzelganger en levensgenieter die hier met zijn hondje was gekomen. Aran, een andere filmregisseur, die het initiatief had genomen om op Har Amasa een nieuwe woongemeenschap te stichten. Hij woonde samen met Mary, een beetje puriteins type. En als laatste Sure, een jongeman van begin twintig, die Aran als een schoothondje achterna liep. Naast deze groep waren er ook nog een aantal mensen die hier tijdelijk een woning huurden maar waarschijnlijk op korte termijn zouden vertrekken naar een nieuw dorp, een paar kilometer verderop.

Rond een uur of zes namen we afscheid en Yaakov zou woensdags reeds een tweede ontmoeting hebben met een aantal personen uit de kibboets, dit keer in Tel Aviv.

Het was nog licht met als gevolg dat we nog even wilden doorrijden naar Susiya. Hier kwamen we echter opnieuw voor een dichte poort, vanwege de sabbat . Dit kon de pret niet drukken en helemaal opgetogen keerden we terug naar Herzeliya.

Har Amasa

Woensdags ontmoette Yaakov, Benny en Eli in Tel Aviv. Benny en Eli waren nog net zo enthousiast als het afgelopen weekend en de eventuele verhuizing naar Har Amasa begon steeds vastere vormen aan te nemen. Ze spraken af elkaar over een week nogmaals te ontmoeten waarbij Aran, die op dat moment voor een documentaire in Rusland verbleef, ook van de partij zou zijn.

Onderling waren we ook alle voor- en nadelen voor een eventuele verhuizing naar Har Amasa op een rijtje aan het zetten. Voor Elimor zou het een hele ommezwaai zijn. Op Tom na, had de rest van de bewoners geen kinderen ofwel kinderen die niet bij hun woonden. Dit hield in dat zij en Tom geheel op elkaar zouden zijn aangewezen. Dit scheen haar echter niet te deren. Haar school in Herzeliya was nu enkele weken aan de gang en zoals tot nu toe altijd het geval was geweest, had ze zich ongelofelijk snel en eenvoudig aangepast. Zij was echter net zo min een stadsmens als mijzelf. Het idee om de natuur weer bij de hand te hebben was voldoende reden voor haar om opnieuw te willen verhuizen. Ze miste Sacha erg en Isis was geen poesje

wat zonder handschoenen op te pakken was. Dit deed ons besluiten een tweede poesje aan te schaffen die helemaal van Elimor zou worden. We reden naar een dierenwinkel van een broer van een goede vriendin van Yaakov. Hij had ons laten weten dat hij een nest jonge Siamezen had die oud genoeg waren om het nest te verlaten. Elimor was helemaal vertederd toen ze de jonge poesjes zag. Ze had haar keuze snel gemaakt omdat er een katertje bij zat die exact dezelfde kleuren als Sacha had. Ze vond dat hij een naam moest krijgen die met een S zou beginnen, net als Sacha. Dit werd Snuffel. Thuis aangekomen brak er een ware oorlog uit toen Isis in de gaten kreeg dat er een vreemde kat op haar terrein was bijgekomen. We hadden reeds gehoord van kenners dat we ons hier niet mee moesten bemoeien en dit door de katten zelf op te laten lossen. Het duurde twee dagen voordat de vrede in huis was wederkeerde. Het was enig om te zien hoe verschillend deze twee diertjes waren. Isis, een echte felle tante die precies wist wat ze wilde met daar tegenover Snuffel die leek op een adellijk heertje die zijn pootjes niet vies wenste te maken. Snuffel had een unieke eigenschap, hij hield van muziek. Na een dag of drie had hij onze piano ontdekt waarvan de toetsen geverfd waren in de kleuren van de regenboog. Dit had ook op kinderen een ongelofelijke aantrekkingskracht. Snuffel vond het geweldig om over de toetsen te paraderen waarbij er steeds andere klanken ontstonden. De eerste keer dachten we dat het toevallig gebeurde maar na een tijdje herhaalde hij het zo vaak waardoor we zelfs af en toe gedwongen werden de klep van de piano te sluiten om wat rust te creëren. Zodra die weer open stond sprong Snuffel er bovenop en genoot zichtbaar van de klanken die door zijn pootjes werden geproduceerd.

De tweede ontmoeting omtrent een eventuele toetreding tot de kibboets verliep iets stroever dan de eerste. Reden hiervoor was Aran. Yaakov was hierop reeds voorbereid door Benny en Eli. Zij hadden hem aangeraden zich niet uit het veld te laten slaan door Aran's autoritaire houding. Aran was opgegroeid in een kibboets in het zuiden van Israël. Die werd geleid door Joshi Saffra, een goeroeachtige persoon die aanbeden werd door zijn medebewoners. Toen bij Aran het idee ontstond om een eigen kibboets op te richten was het zijn droomwens eenzelfde rol te kunnen gaan spelen als Joshi Saffra. Dit bleek echter niet zo makkelijk te zijn als waarop hij had gehoopt. Op Sure na waren alle mensen die naar Har Amasa gekomen, mensen met een eigen wil die helemaal niet stonden te wachten op iemand die voor hen zou uitmaken wat ze wel en niet zouden mogen doen.

Onze toetreding tot de kibboets verliep naar Aran's mening veel te snel. Hij stelde Yaakov voor dat we de komende maanden regelmatig als gast naar de kibboets zouden komen zodat hij op zijn gemak zou kunnen beslissen of wij wel of niet in zijn groep pasten. Eli en Benny voelden niets voor een maandenlange proefperiode en al helemaal niet dat de beslissing alleen bij Aran zou komen te liggen. Er werd besloten dat wij het eerstvolgende weekend naar de kibboets zouden komen om te kijken hoe het verder zou moeten gaan.

We vertrokken vrijdags een beetje zenuwachtig aan het eind van de ochtend nadat Elimor uit school kwam. Stel je voor dat we niet geaccepteerd zouden worden. In mijn gedachten was ik reeds verhuisd en voelde ook aan als de enige juiste weg. Er lagen hier bepaalde lessen op mij te wachten die ik alleen hier zou kunnen leren.

Toen we in de kibboets aankwamen kregen we hetzelfde huis toegewezen dat ons reeds de eerste keer was getoond. Hier konden we gedurende dit weekend verblijven. Er waren matrassen aanwezig. Kussens en dekens hadden we zelf meegebracht. De meeste huizen net als de onze, bestonden uit twee onder één kap. Onze buurman was één van de tijdelijke bewoners, net als onze overbuurman. Zij werkten beiden bij natuurbeheer in deze streek en moesten o.a. toezien dat er niet illegaal gestroopt werd. Beiden hadden ze een grote rottweilers, Shed en Deep. De honden hadden al in de eerste dagen hun goodwill verloren bij de nieuwe bewoners nadat er in korte tijd twee katten door hun waren doodgebeten. Iedereen

waarschuwde ons voor deze twee killers. Maar zoals het meestal gaat, had ik binnen de kortste keren vriendschap met ze gesloten.

Eli zijn twee zoons uit een vorig huwelijk waren dit weekend ook aanwezig. Danèl de oudste, was negen jaar en Gonèn zes. Verder waren Zohar, Tom en Gaia er ook. Elimor werd gelijk in beslag genomen door de jongens en vermaakte zich de rest van het weekend uitstekend.

Ik besloot mee te helpen in de keuken waar een groepje bezig was met het avondeten. Dganiet was hier ook en dit keer was ze iets spraakzamer dan de eerste keer. Ze verontschuldigde zich voor het feit dat ze soms wat stug overkwam. De reden die ze hier voor opgaf was dat ze liever met dieren dan met mensen te maken had. Ze vertelde mij dat ik haar vertrouwen had gewonnen tijdens ons eerste bezoek aan de kibboets toen ze mij tegen de honden en katten had horen praten. In Israël gebeurt dit maar zelden en worden de meeste dieren vrij respectloos behandeld. Dganiet had zelf twee honden, twee katten en een paard. Het paard zou pas over een maand of twee komen en stond tijdelijk ergens op een boerderij in het noorden van Israël.

Gedurende het hele weekend ontmoetten we alle bewoners voor kortere of langere gesprekken. Het voelde net zo vertrouwd als de eerste keer. Bij de meeste mensen had ik het gevoel ze reeds te kennen en dit bleek wederzijds. De mensen die me minder lagen waren Aran, Mary en Sure. Yaakov had hetzelfde gevoel. Als het aan Elimor had gelegen waren we daar onmiddellijk gebleven. Ze had in geen tijden zo'n fijn weekend gehad. Zaterdagavond vlak voor ons vertrek werd er door het merendeel van de bewoners besloten dat wij als nieuwe inwoners waren geaccepteerd. Opgetogen reden we die avond terug in gezelschap van Danèl en Gonèn die met ons terugreden naar Herzeliya waar ze bij hun moeder woonden.

Het plan was dat we het eerstvolgende weekend weer terug zouden komen met emmers verf om ons toekomstige huisje, wat in oppervlakte nog geen kwart was van het appartement in Herzeliya, van een nieuwe verflaag te voorzien. Het huisje bestond uit een woonkamer van vier bij vier, een piepklein keukentje, twee slaapkamers, een toilet en een badkamer. Het stond aan de rand van de kibboets waardoor we een schitterend uitzicht hadden waarbij je uitkeek over allerlei fruitplantages en wijngaarden omringd door dennenbossen. We hadden natuurlijk veel te veel meubels waardoor al snel het plan ontstond de meeste spullen in de gemeenschappelijke aula te plaatsen waar ze nog wel het een en ander zouden kunnen gebruiken. Op deze manier kwam het goed van pas en had iedereen er wat aan.

Van Chubi kreeg ik verfpigment in allerlei kleuren wat mij in staat stelde mijn eigen kleuren te mengen. In Mesch in ons hotelletje hadden ook alle kamers een andere kleur gehad. Wit was zo wit en veel te saai naar mijn mening. De hele kibboets kwam langs om dit kleurenspektakel te aanschouwen. Smulick en Nimrod hielpen mij totdat alles in de verf zat. Het eindresultaat was zo mooi, wat met zich meebracht dat ik het aanbod kreeg de komende maanden de gastenverblijven te ontwerpen en in te richten. Hier zei ik geen nee tegen.

Wonen in een kibboets

De komende twee jaar dat we in de kibboets verbleven waren behoorlijk intensief waarin ik ongelofelijk veel levenservaring opdeed. Ik kwam in deze woongemeenschap kanten van de samenleving tegen die ik nog niet eerder had meegemaakt. De eerste maanden waren vrij relaxed en er ontstonden hechte vriendschappen met de meeste bewoners. Iedereen respecteerde elkaar en had je nauwelijks in de gaten dat we in feite geheel afgescheiden leefden van de rest van de wereld. Elimor werd iedere morgen om half acht door een busje opgehaald om naar school te kunnen gaan in Arad. Tom ging naar een school in een ander dorp. Omdat het onderwijs op de school in Arad ons meer aansprak hadden we besloten om haar niet op dezelfde school als Tom te plaatsen. Ikzelf reed driemaal in de week naar Arad

om een taal cursus in het Ivriet te volgen. In het begin maakte ik snelle vorderingen en was ook zeer gemotiveerd de taal snel onder de knie te krijgen. Bijna iedereen sprak redelijk tot goed engels maar in groepsverband was de voertaal altijd Ivriet.

Wekelijks werd er een rooster opgesteld waarin stond, wie die week welke taken voor zijn rekening moest nemen naast het dagelijkse werk waar hij voor had gekozen. Zoals al eerder gezegd bestond mijn werk uit het opknappen van de gastenverblijven. Het plan was om de kibboets zodra dit mogelijk was, open te stellen voor groepen die hier workshops en cursussen zouden kunnen gaan geven. De gastenverblijven bood ruimte aan een kleine vijftig gasten per keer. Dganiet was een ervaren kok en in staat voor grote groepen te koken.

Yaakov had zich aangesloten bij Eli en Benny die de financiële kanten van de kibboets regelden zoals het verkrijgen van subsidies waarmee deze toekomstige projecten gefinancierd zouden kunnen worden.

Onze katten en dan met name Snuffel, hadden zichtbaar moeite met het buitenleven. We hadden vrijwel onmiddellijk een kattenluik geïnstalleerd om de katten de mogelijkheid te geven een veilig heenkomen te vinden. Half november op een prachtige zonnige zaterdag bleek Snuffel er schoon genoeg van te hebben. We hadden net geluncht bij Benny en Zila in de tuin, waarna ik even naar huis liep. Bijna thuis aangekomen kreeg ik opeens een helder visioen waarbij ik Snuffel recht op Shed, de rottweiler zag af lopen. Ik schrok op en zag dat Shed gewoon rustig bij zijn huis aan de ketting lag. Op het moment dat ik de voordeur opende zag ik Snuffel ineens uit het raam springen. Voordat ik zelfs in staat was in te grijpen ondernam Snuffel een weldoordachte zelfmoordactie waarbij hij recht op Shed afliep die in een vloeiende beweging opsprong en Snuffel in zijn bek nam. Ik rende er naar toe, sprong boven op Shed maar was al te laat. Levenloos lag Snuffel op de grond. Ik was compleet van slag. Temeer door het visioen wat ik kort daarvoor had gekregen. Ik kon het Shed niet kwalijk nemen. Hij had puur instinctief gereageerd op Snuffel, die hier duidelijk mee had aangegeven niet langer te willen leven.

Nog geen veertien dagen later leek het er even op dat we Isis ook nog kwijt zouden raken. Ik zat buiten op het gras met haar te spelen toen er ineens drie honden uit het niets kwamen opdagen die het op haar gemunt leken te hebben. Ze kon het kattenluik niet bereiken schoot het grasveld over in de hoop de bosjes op tijd te bereiken waar ze dekking zou kunnen vinden. Het was reeds snel donker aan het worden waardoor ik niet duidelijk kon waarnemen wat er precies gebeurde. Ik hoorde een angstaanjagende gil afkomstig van Isis waarna het doodstil werd. Onmiddellijk vloog ik erop af waarbij ik de honden de stuipen op het lijf joeg wat ze op de vlucht deed slaan. Isis was in geen velden of wegen te bekennen. Ik bleef de hele avond door zoeken en werd steeds ongeruster. Ook 's nachts stond ik een aantal keren op om te kijken of ze misschien was teruggekeerd. De volgende morgen was ik de wanhoop nabij. Ik had me zo aan deze poes gehecht in de afgelopen maanden. Ik wilde haar vinden ook al het misschien betekenen dat ze dood zou zijn. Ik wilde hoe dan ook afscheid kunnen nemen.

We waren nog steeds niet in Susiya geweest om te kijken of de opgraving die we in de folder hadden gezien ook daadwerkelijk daar te bezichtigen was. Om mijn aandacht van Isis af te leiden besloten we daar die ochtend naartoe te rijden. We kregen een rondleiding die zeer de moeite waard was omdat er in deze duizenden jaar oude nederzetting nog heel veel intact bleek te zijn. Het patroon van "de Flower of Life" troffen we echter niet aan.

Om een uur of drie 's middags keerden we terug naar huis. Ik hoopte tevergeefs dat Isis in de afgelopen uren zou zijn teruggekomen. Helemaal down liep ik even later naar de wasruimte die aan de andere kant van de kibboets lag, om mijn droge was op te halen. Met een volle wasmand liep ik even later terug naar huis, onbewust een hele andere route nemend dan ik normaal deed. Opeens zag ik vanuit mijn ooghoeken iets bewegen onder een struik. Ik stopte en zag dat Isis daar lag met een hele opengereten buik. Het was dat ik een volle wasmand bij me had waar ik haar heel voorzichtig op kon neerleggen anders weet ik niet of ik haar mee

naar huis had kunnen nemen. Ik huilde van blijdschap. Thuis aangekomen kroop ze totaal in shock onder de sofa waar ze twee dagen zou blijven zitten. Reiki II kwam nu uitstekend van pas omdat ik haar hiermee op afstand kon behandelen.

Aan het einde van de tweede dag bleek ze het eten opgegeten te hebben wat ik naast haar had neergezet. Toen ik haar die avond opnieuw aan het behandelen was kwam ze voorzichtig naar mij toe gekropen op uiteindelijk plaats te nemen op mijn schoot. Ze gaf zich volledig over aan de Reiki energie, een ritueel dat zich tot aan haar herstel dagelijks zou herhalen. Na een week was de wond zo goed als dicht en durfde ze voor het eerst in de deuropening te gaan zitten om naar buiten te kunnen kijken. Zij had haar les geleerd en wist als een van de weinige katten de komende jaren in de kibboets te overleven.

In december kwam er een hevig verliefd stel een weekend logeren. Ze waren op zoek naar een nieuwe woonplek en hoopten deze in de kibboets te vinden. Na het kennismakingsweekend waren de meningen zeer verdeeld. De meeste mensen hadden geen moeite met Chagiet, de vrouwelijke helft, maar wel met haar partner Adam die vanaf het begin vrij intolerant overkwam. Er volgde lange gesprekken met beiden in de weken daarna en het was Aran die eind december uiteindelijk de knoop doorhakte en hen accepteerde als nieuwe bewoners. Binnen enkele dagen hadden ze zich geïnstalleerd in hun nieuwe huis, schuin tegenover het onze. Chagiet zou mij gaan helpen met de opbouw van de gastenverblijven waarbij ze mij al heel snel in vertrouwen nam, door me te vertellen dat ze ruim twee maanden zwanger was. Dit was nieuws. Ze kende Adam amper drie maanden maar was er al helemaal van overtuigd dat ze met hem samen verder door het leven wilde. Ze had gehoord dat ik in het verleden modeontwerpster was geweest waarbij ik gespecialiseerd was in het maken van bruidskleding. Op haar vraag of ik een trouwjurk voor haar wilde maken was mijn antwoord “natuurlijk” waarna ik haar feliciteerde. De huwelijksdatum hadden ze gepland op vier april.

In de weken daarna werd ze echter steeds stiller en toen ik haar erop aansprak barstte ze in snikken uit met het bericht dat alles oké was en dat het waarschijnlijk te maken had met de hormoonschommelingen van de zwangerschap. Op een of andere manier vertrouwde ik het niet en ik begon haar in de gaten te houden. Ik ontdekte in de weken daarna dat ze meer en meer blauwe plekken kreeg en op een gegeven moment nog nauwelijks in staat was om te lopen. Haar uitleg was dat ze de vorige avond in het donker over iets was gevallen, waarbij ze haar enkel zou hebben verstuikt. Ik geloofde haar niet meer en was ervan overtuigd dat Adam de schuldige was. Ik besloot dat het tijd werd om de anderen in te lichten zodat we met z'n allen een oogje in het zijl zouden kunnen houden en ingrijpen als het echt uit de hand dreigde te lopen.

Toen ik op een avond laat nog buiten was om van de Melkweg te genieten die hier vaak zo en zo helder te aanschouwen is, werd mijn aandacht afgeleid door een geschreeuw wat kwam uit het huis van Adam en Chagiet. Enkele minuten later kwam hij woest naar buiten lopen en sloeg de voordeur met een knal achter zich dicht, waarna hij zich in de richting van de eetzaal begaf. Ik had Chagiet al enkele dagen niet meer gezien en besloot, nu ik wist dat Adam weg was, naar haar toe te gaan. Ik klopte op de voordeur en ging naar binnen. In de slaapkamer trof ik een zielig verzwakt hoopje aan met een dik blauw oog, die enkel nog kon huilen. Ik zei niets, ging naast haar zitten en nam haar in mijn armen. Na een kwartiertje werd ze langzaam rustiger en vroeg ik haar: “Hoe lang denk je dit nog vol te houden”. Ze keek me aan en begon opnieuw te huilen. Ze vertelde mij tussen haar snikken door dat indien ze het plan had hem te verlaten, hij dreigde hun kind weg te halen zodra dit geboren zou zijn. Hij zou volgens hem genoeg redenen vinden om haar ontoerekeningsvatbaar te laten verklaren. Toen ik dit hoorde begon ik van binnen te koken.. Het trieste was dat ze reeds zo gemanipuleerd en verzwakt was dat ze ieder woord geloofde wat hij had gezegd. Ik vertelde haar dat ik in de afgelopen weken de meeste bewoners had ingelicht en dat iedereen pal achter haar stond waardoor ze niet

langer bang hoefde te zijn. Ze moest echter nu ook zelf stappen gaan ondernemen. We besloten dat het voor haar en haar ongebooren kind het beste zou zijn om voorlopig naar haar ouders terug te keren. Hier zou ze weer op krachten kunnen komen om daarna rustig te beslissen wat ze verder met haar leven zou willen doen. Het liefst had ik haar die nacht al ergens anders ondergebracht, maar dat weigerde ze. Haar vertrek zou volgens haar een stuk gemakkelijker zijn als er geen slapende honden wakker werden gemaakt.

De volgende morgen toen ik in de eetzaal zat te ontbijten, vloog de deur open en stormde Adam op mij af. Hij had net vernomen dat Chagiet die ochtend vroeg vertrokken was en was ervan overtuigd dat ik hier achter zat. Eli schoot mij te hulp omdat het duidelijk was dat hij in staat was mij fysiek aan te vallen. Ik wist mijn rust te bewaren en raadde hem aan hulp voor zichzelf te zoeken omdat hij duidelijk ziek was. Toen hij daarop antwoordde dat ik mij met mijn eigen zaken moest bemoeien verklaarde Eli ijskoud dat er voor een man die zijn zwangere vriendin mishandelt, geen plaats was in deze kibboets.

De komende weken trok Adam zich helemaal terug in zijn huis. Hij kwam alleen 's avonds naar buiten als het al helemaal donker was en begon er steeds onverzorgder uit te zien. Hij had vrijwel met niemand meer contact.

Een week of zes later kwamen we zaterdags aan het begin van de avond terug in de kibboets, na een weekend in Qualiya te hebben doorgebracht bij Galia en Yoel. Toen we langs Adam's huis liepen zag ik tot mijn grote verbazing dat Chagiet terug was. Adam was die dag naar haar ouderlijk huis toe gereden en had haar ervan weten te overtuigen dat het voor beiden beter was dat ze bij hem terug zou keren. De geplande trouwdatum was nog vier weken verwijderd en ze had tot mijn verbijstering toegestemd om deze gewoon door te laten gaan. Ik was verbijsterd. Ik had gedaan wat ik dacht te moeten doen en besloot dat ik het nu geheel moest loslaten. Chagiet had haar keuze gemaakt. Ik kon mij er echter niet toe brengen om de bruidsjurk te maken omdat ik duidelijk voelde dat dit huwelijk een en al ellende zou gaan brengen.

Yaakov en ik hadden beiden geen behoefte bij een bruiloft aanwezig te zijn waar we absoluut niet in geloofden en omzeilden deze gebeurtenis door weekje naar de Sinai woestijn te gaan ter ere van onze eigen huwelijksdag die op zeven april was.

Eind april kregen we persoonlijk verzoek van een hoge functionaris van de Sochnoet (*een internationale organisatie die joden vanuit de hele wereld helpt terug te keren naar Israël.*) om zijn zoon op te vangen die het spoor volledig bijster was. Hij Heette Yair en hij kwam in gezelschap van drie ezels naar de kibboets. Hij bleek jarenlang aan de harddrugs verslaafd te zijn geweest en was een jaar daarvoor opgenomen in een super orthodoxe Joodse nederzetting in bezet gebied, waar hij volledig was gehersenspoeld. Alles wat Palestijns was, moest worden vernietigd met als gevolg dat hij verschillende Palestijnse huizen in brand had gestoken en waar mogelijk Palestijnen van de weg had proberen te rijden.

We besloten hem op hele strenge voorwaarden een kans te geven. Omdat we nog geen wei hadden liepen de ezels in het begin vrij rond. Het bleken fantastische waakhonden te zijn, die onmiddellijk gingen baken als er iemand aankwam. Toen onze pas aangelegde tuinen opgegeten dreigden te worden, werd er een nieuwe plek voor ze gecreëerd aan de rand van de kibboets.

In eerste instantie liep ik met een boog om Yair heen. Hij vertegenwoordigde alles waar ik fel tegenstander van was. Hij kookte meestal voor zichzelf om er zeker van te zijn dat het kosjer was. Hij was daarmee de eerste en enige persoon in de kibboets die zich aan de regels van de Sabbat hield maar die tegelijkertijd ook slinks wist te ontduiken. Eén van de regels was dat zodra de Sabbat is ingegaan je geen vuur mag opsteken. Dit houdt in dat je dus eigenlijk niet kunt koken en roken. Is het vuur van te voren aangestoken en wordt dit aangehouden bijvoorbeeld door een elektrische kookplaat dan is er niets aan de hand. Wordt het vuur

aangestoken door een niet- jood dan wordt het ook geaccepteerd. En het was dit laatste wat mij in contact bracht met Yair. Hij was een fervente roker die het er flink moeilijk mee had deze gewoonte één dag per week te moeten laten. Hij was er achter gekomen dat ik niet joods was waarop hij op een zaterdag op onze voordeur klopte met de vraag of ik alsjeblieft een sigaret voor hem wilde opsteken. Ik snapte er niets van en barste in lachen uit. Hij bleef echter bloedserius, en legde uit dat ik de enigste persoon in de kibboets was die hem zou kunnen en mogen helpen. In de weken daarna leerde ik hem beter kennen en ontdekte een hele nieuwe kant die mogelijk maakte een hechte vriendschap te sluiten. Tijdens onze ontmoetingen werd er vaak ontzettend gelachen, ook omdat zijn engels niet altijd even duidelijk was en er hierdoor soms vreemde situaties ontstonden. Zo liep ik op een dag langs zijn huis en trof hem aan in zijn tuin met een soort bijl in zijn hand waarmee hij in de grond aan het hakken was. Op mijn vraag wat hij aan het doen was antwoordde hij, dat hij zijn nagels aan het knippen was. Ik keek hem aan of hij gek geworden was. Hij bleef echter stug volhouden en even later kwam ik er achter dat hij zijn nagels net geknipt had waarna die volgens de Joodse wetten begraven moeten worden.

Met de komst van Sonia en Nir kwamen de eerste nieuwe kinderen. Ze hadden twee dochtertjes, een paar jaar jonger dan Elimor. Zij waren vanuit Jeruzalem naar de kibboets gekomen. Het was een leuk stel die weer een frisse wind door de kibboets lieten waaien. Daar Sonia, wat haar inkopen betrof, nog erg aan Jeruzalem hing, reed ze regelmatig via Hebron naar de grote stad. Ze nodigde me verschillende keren uit om met haar mee te gaan. Het was een schitterende route waarbij je je zonder problemen waande in de tijd van de Bijbel. Hele oude olijfboomgaarden, bedoeïenen die nog net zo leven als tweeduizend jaar geleden, ezeltjes en kamelen die eenzaam op berghellingen staan te grazen en ga zo maar door. De spanningen die zich in de rest van het land afspeelden gingen volledig aan ons voorbij in de kibboets. Op een dag toen ik met Sonia in Jeruzalem was hoorden we plotseling overal sirenes. Toen we in de auto stapten en de radio aanzetten bleek dat er op de markt waar we ongeveer vijfhonderd meter van verwijderd waren, een bom tot ontploffing was gebracht, waarbij vele slachtoffers waren gevallen. Vaak werd ik door mensen in Nederland gevraagd of ik nooit bang was dat mij hier iets zou overkomen waarop ik altijd "Nee" antwoordde. De kans dat je ergens bent waar zoiets gebeurt is zo ontzettend klein en daarbij raakte ik er meer en meer van overtuigd dat als het mijn tijd is om te gaan het niet uitmaakt waar ik op dat moment ben. Het was echter wel onze laatste rit langs Hebron geweest omdat het daarna echt te gevaarlijk werd en je het gevaar natuurlijk niet onnodig wilt opzoeken.

Begin mei waren de gastenkamers klaar en kwamen de eerste gasten. Het was een groep van ongeveer veertig mensen die vier dagen een workshop zouden volgen die geleid werd door Tiohar, een jonge verlichte meester. Gedurende vier dagen zouden er meditaties worden gehouden in een bedoeïenen tent net buiten de kibboets, waarbij de deelnemers deze hele periode niet zouden mogen praten. Eventuele communicatie moest per kleine briefjes plaatsvinden. Eén van de deelnemers had een ongelofelijke angst voor schorpioenen en zag er als een berg tegenop overdag in de bedoeïenen tent te moeten doorbrengen. Ik probeerde haar te kalmeren door haar te vertellen dat geen van ons in al de maanden dat we in de kibboets woonden, schorpioen waren tegengekomen. Op de derde dag toen we de lunch aan het voorbereiden waren, die om 1 uur zou worden opgediend waren we ontzettend melig en hadden om de haverklap de slappe lach. De groep kwam op een gegeven moment doodstil binnen om geruisloos plaats te nemen aan de tafels. Ik durfde nauwelijks naar binnen te gaan om de schalen met eten op tafel te zetten, bang opnieuw een lachbui te krijgen. Ik haalde een aantal keer diep adem en liep toen zonder verder nog iemand aan te kijken de eetzaal in. Ik had nog maar nauwelijks de schalen op tafel gezet of er kwam een dame op mij aflopen met

een briefje in haar hand waarop iets in het hebreuws geschreven stond. Ik keek haar aan, wist nog net uit te brengen dat ik geen hebreuws las, en begon opnieuw te gieren. Binnen enkele minuten lag iedereen in de eetzaal dubbel van de lach, waarbij alle spanningen, die zich in de afgelopen dagen hadden opgestapeld doordat er niet gesproken mocht worden, loskwamen. De vierde dag brak er een lichte paniek uit. De dame die zo bang was voor schorpioenen had met haar angst een kleine schorpioen naar zich toe gelokt die haar in haar dijbeen had gebeten. De schorpioen was gelukkig zo klein dat het slechts een pijnlijke beet veroorzaakt had en geen gevaar voor haar gezondheid opleverde. Ik herinnerde mij een belangrijke les uit “de Flower of Life” waarin gezegd wordt dat we in de toekomst meer en meer in staat zullen zijn datgene te materialiseren waar we intens mee bezig zijn, zowel positieve als negatieve zaken en dat werd hier duidelijk aangetoond.

We hadden in de afgelopen maanden zo’n acht nieuwe families in de kibboets gekregen en het kindertal was intussen uitgegroeid tot zestien, in de leeftijd van nul tot veertien jaar. Elimor werd dus niet langer in haar eentje naar Arad gebracht maar deelde het busje nu met nog zes andere kinderen. We werden meer en meer een gemêleerde gemeenschap, ieder met een eigen mening, die langzamerhand een kopie van de Israëliische samenleving werd.

Met de komst van Ben Shabbat en zijn familie in juni braken er nieuwe tijden aan die al snel het einde van de kibboets zouden inluiden. Vanaf het eerste moment dat ik hem ontmoette had ik een hekel aan hem en waarschuwde de rest voor de negatieve energie die ik van hem uit voelde gaan. Tijdens zijn eerste ontmoetingsweekend enkele weken eerder, besloot hij één van de gastenkamers te vorderen om deze als privé-kantoor in gebruik te gaan nemen. Tegen de wens van iedereen in. Toen ik hem er vriendelijk op attent maakte dat de kantoorruimtes elders gevestigd waren en hij zich moest schikken naar de regels van onze woongemeenschap, bood hij zijn excuses aan en liep weg.

Het eerste de beste moment dat Yaakov en ik een weekend weg waren, greep hij opnieuw zijn kans, veranderde het slot van de deur van de gastenkamer en installeerde zijn spullen. Met deze zet brak de eerste ware rel uit die zelfs in een gevecht tussen Eli, Yaakov en Ben Shabbat uitmondde. Aran, die in Ben Shabbat een medestander meende te hebben ontdekt koos zijn partij met als gevolg dat deze met zijn kantoor kon blijven waar hij zat. In de weken hierna begonnen Aran en Ben Shabbat zich meer en meer te ontpoppen als de dictators van de kibboets, die de dienst uitmaakten. De gemeenschappelijke geldpot verdween en weldra moesten we hun, al ging het om een tube tandpasta, toestemming vragen om dit op kosten van de kibboets te mogen kopen. Er ontstonden binnen de kortste keren twee partijen in de kibboets die lijnrecht tegenover elkaar stonden en de spanningen werden steeds duidelijker voelbaar. Ik had mijn motivatie om de taal te leren volkomen verloren en besloot dat het leven eenvoudiger zou worden als ik niet betrokken hoefde raken in de hevige discussies die er bijna dagelijks plaatsvonden. Ik weigerde tot grote ergernis van Mary en Aran om nog verder deel te nemen aan de vergaderingen in de kibboets omdat die naar mijn mening toch nergens toe leidden. Aan mijn tumor kon ik duidelijk merken dat ik afstand moest gaan nemen. Hij zwol steeds vaker op waarna ik weer een dag rust moest houden.

Donna die ons in deze periode enkele dagen, samen met haar zoon, kwam opzoeken, raadde mij aan mijn Merkabahveld weer te gaan activeren die mij een bepaalde bescherming zou geven. Ik was hier mee gestopt toen we naar de kibboets verhuisden. Samen doorliepen we alle stappen van de meditatie om er zeker van te zijn dat ik ze goed op een rijtje had. Vanaf die dag werd het een vast onderdeel in mijn dagelijkse leven.

Colloïdaal Zilver

In juli kregen we per e-mail informatie toegezonden uit de Verenigde Staten over Colloïdaal Zilver, een natuurlijke antibiotica. Ik raakte onmiddellijk geïnteresseerd toen ik las dat het in te zetten was tegen meer dan zeshonderd verschillende bacteriën. In tegenstelling tot de traditionele antibiotica doodde het ook een groot aantal virussen en had het geen bijwerkingen. De meeste bacteriën, schimmels en virussen hebben enzymen nodig om in leven te kunnen blijven. De zilverdeeltjes in Colloïdaal Zilver werken als een katalysator die de enzymen uitschakelen en daarmee ziekteveroorzakende organismen binnen enkele minuten doodt. Om deze reden gebruikten de oude Grieken reeds zilveren borden en bestek en stopte men een paar honderd jaar geleden een zilveren munt in de melk om deze langer goed te houden. De reden dat Colloïdaal Zilver nooit echt in grote getale geproduceerd werd in het verleden, was vanwege de hoge productiekosten. De productie van traditionele antibiotica was vele malen goedkoper en veroverde in korte tijd de hele wereld. Tegenwoordig kan Colloïdaal Zilver veel goedkoper gemaakt worden maar is het door het lage winstpercentage totaal oninteressant voor de farmaceutische industrie. Er wordt voorbij gegaan aan het feit dat traditionele antibiotica slechts ingezet kunnen worden bij een zeer beperkt aantal bacteriën en bij veelvuldig gebruik vervelende bijwerkingen geven. De enige bijwerking van Colloïdaal Zilver bij langdurig gebruik is, dat het een aantal vriendelijke bacteriën in de darmen kan doden. Bij traditionele antibiotica gebeurt dit al bij een eenmalige dosis. Om dit te voorkomen wordt men aangeraden extra yoghurt ofwel acidophilus capsules in te nemen om de darmflora op een gezond peil te houden.

Mark Metcalf beschreef in zijn boek "Colloidal Silver" hoe je vrijwel alle ziekten kan verhelpen met behulp van drie negen volt batterijen. 10

Menashe die als industrieel ontwerper zeer technisch was ingesteld, werd aangestoken door mijn enthousiasme. Samen togen we naar Arad om alle materialen in te kopen die nodig waren om dit apparaatje te maken, zodat we ons eigen Colloïdaal Zilver zouden kunnen gaan produceren.

Nog diezelfde avond maakten we ons eerste glas Colloïdaal Zilver. Om een hoge kwaliteit te creëren voor inwendig gebruik moest je gedestilleerd of gedemineraliseerd water gebruiken. Normaal kraanwater leverde Colloïdaal Zilver puur voor uitwendig gebruik.

Wat ook erg interessant was een artikel uit "The secret war against the Jews" uitgegeven door Mark Aarons St. Martin's press in 1994 waarin Movidyn werd beschreven. Movidyn is een soort Colloïdaal Zilver ontwikkeld door de Sovjet Russen in Tsjecho-Slowakije in de vijftiger jaren. Het is smaakloos, reukvrij en veel goedkoper te produceren dan chloorhoudende desinfecterende middelen. Reeds zeer kleine hoeveelheden van deze stof was genoeg om drinkwaterputten bacterie- vrij te houden en geïnfecteerde putten die besmet waren met tyfus, malaria, cholera en dysenterie volledig te zuiveren. Het zou een fantastisch middel zijn om in Derde wereldlanden in te zetten die veelvuldig geplaagd worden door ziektes ontstaan door besmet water.

De reden waarom de Sovjet Unie de productie van Movidyn staakte was vanwege de ontdekking, dat deze stof in staat was alle bacteriën te doden die ontwikkeld werden voor de productie van Biologische vernietigingswapens in Rusland. Movidyn werkte te goed.

Weldra werd ik de apotheek in de kibboets voor mens en dier. Colloïdaal Zilver vaak gecombineerd met Reiki hield de meeste van ons gezond.

Vortexhealing

Galia had een half jaar daarvoor een cursus gevolgd in Jeruzalem die mij ontzettend aansprak. Het werd Vortexhealing genoemd en voelde veel krachtiger aan dan Reiki. De cursus werd bij iemand thuis gegeven door Ric Weinman, die de Verenigde Staten kwam. Het zou gaan om de energie van Merlijn, de tovenaars, die de meeste mensen kennen uit de legende rond koning Arthur.

Er was helaas maar plaats voor zestien deelnemers die al geboekt hadden. Emanuela Levin had de organisatie in handen en troostte mij door te zeggen dat Ric reeds in oktober terug zou komen voor een tweede basistraining. Ik schreef me onmiddellijk in om er zeker van te zijn dat ik dit keer wel mee zou kunnen doen.

De situatie in de kibboets liep steeds verder uit de hand en begon meer en meer op een Maoïstisch regime te lijken. Alle projecten die wij hadden opgezet werden stopgezet. Het geld wat hier reeds voor beschikbaar was gesteld door de Takam(*een overkoepelende organisatie van alle kibboetsen in Israël*) werd door Aran en Ben Shabbat ingepikt voor projecten die zij zelf wilden ontwikkelen. We kregen roosters uitgereikt waarin vermeld stond welke taak je had te vervullen. Deze bestonden o.a. uit het werk in de kippenfokkerij waarbij eendaags kuikens door middel van hormonen in zes weken moesten uitgroeien tot zware monsters voor de vleesindustrie. Onze groep, die grotendeels bestond uit degenen die ruim een jaar geleden als eersten waren gekomen, weigerden dit stuk voor stuk.

Nu ik de gastenverblijven niet meer kon vullen bestond mijn dagelijkse bezigheid grotendeels uit het ontwerpen van praktische kibboetskleding die er ook nog eens aantrekkelijk uitzag. Zo had ik een broek ontworpen die ruim tien zakken had en door de meeste heren uit onze groep werd besteld omdat ze er alles in kwijt konden. In jaren had ik niet zoveel genaaid als nu.

De eerste mensen, waaronder Menashe en zijn nieuwe vriendin en een pasgetrouwd stel die pas twee maanden daarvoor waren gekomen, begonnen de kibboets alweer te verlaten omdat ze niet langer tegen de spanningen konden. Menashe vertrok naar het noorden en de anderen naar Tel Aviv. Dit kwam goed van pas omdat de nieuwe locatie in Tel Aviv voor de Vortexcursus, tien minuten lopen bij hun vandaan was.

De cursus begon op een woensdag waardoor ik dinsdags naar Tel Aviv vertrok. Woensdagmorgen stond ik om een uur of acht op,ontbeet op mijn gemak waarna ik naar het centrum liep waar de cursus om half tien zou beginnen. Alle schoenen moesten uit bij de ingang. Alhoewel ik ruim op tijd was waren de meeste mensen reeds gearriveerd. We zouden met een groep van twintig personen zijn die op één man na geheel uit vrouwen bestond. Na te hebben afgerekend liep ik naar de ruimte waar Ric Weinman iedereen begroette en een plaats toewees. Zodra hij mij zag, vroeg hij naar mijn tumor. Ik gaf hem een korte beschrijving waarbij ik aangaf dat ik hoopte dat Vortexhealing me verder zou kunnen helpen. Voordat hij me een plaats naast zichzelf toebedeelde bracht hij enkele energetische structuren aan, zowel in de tumor als ook in mijn knie waar ik de metalen plaat had zitten.

Hij begon met een hele uitleg die ook de geschiedenis van de Vortexhealing omvatte.

VortexHealing® energetische therapie wordt gebruikt om diepe emotionele, fysieke en karmische heling te doen ontstaan en om inzicht en acceptatie van het leven te bewerkstelligen door innerlijke persoonlijke verandering.

De Vortexhealing basistrainingen duren vijf dagen.

Mensen die Vortexhealing trainingen hebben doorlopen zeggen dat ze werden aangetrokken door Vortexhealing vanwege een van de volgende redenen:

- 1. Ze zijn geïnteresseerd in het zuiveren van de oorsprong van hun eigen patronen*
- 2. Ze willen hun vakkundigheid als healer ontwikkelen of verdiepen (voor zichzelf of voor anderen)*
- 3. Ze zijn geïnteresseerd in spiritueel ontwaken*

Velen van ons ontdekken heel graag hoe de oorsprong van de eigen patronen kan worden gezuiverd.

We zijn het zat om te leven binnen onze vastzittende emotionele- en gedragspatronen. We hebben ontdekt dat het weinig toevoegt aan het verbeteren van de kwaliteit van ons leven indien we slechts externe omstandigheden de schuld geven van onze gevoelens en gedragingen.

We hebben erkend dat de meeste van onze ‘negatieve’ gevoelens en gedragingen geen natuurlijke reacties zijn op de realiteit, maar mechanische uitingen van onze chronisch emotionele houding, gebaseerd op eerdere conditionering. Dus we realiseren ons dat we verantwoordelijkheid moeten nemen voor onze eigen emotionele houding ten aanzien van de wereld, andere mensen en onszelf.

Maar hebben we dan besloten om aan de slag te gaan met deze geconditioneerde houding en gevoelens, dan zijn we gewoonlijk verbaasd als we ontdekken hoe moeilijk deze te veranderen zijn. We ontdekken hoe diep we ons inmiddels geïdentificeerd hebben met deze patronen en hoe diep deze zijn vastgezet in ons emotionele bewustzijn en in ons wezen. De meeste van deze patronen houden we eigenlijk vast en herleven we gedurende vele levens, dus ze zijn diep geworteld. (karmaknopen)

Veel mensen worden door Vortexhealing aangetrokken omdat Vortexhealing ongelooflijk effectief werkt bij het loslaten van de wortels van deze conditioneringen die ons vasthouden aan onze patronen. De kracht van Vortexhealing wordt eenvoudig gedemonstreerd wanneer we een minuut een muziekinstrument met Vortexhealing behandelen. Het geluid van het instrument verandert opmerkelijk, het is rijker, meer harmonieus en gevoeliger. (Dit wordt duidelijk in alle artikelen die over Vortexhealing geschreven zijn). Het is niet moeilijk je voor te stellen welk effect Vortexhealing zal hebben op een menselijk lichaam wanneer het tijdens een of meerdere volledige behandelingen wordt doorgegeven.

Veel mensen willen hun vakkundigheid als healer ontwikkelen of verdiepen (voor zichzelf of voor anderen).

Sommige mensen zijn het meest geïnteresseerd in het helpen van familie en vrienden, anderen willen vooral zichzelf behandelen en sommigen willen van healing hun beroep maken en ondersteunen zichzelf met een toegepaste heling. Natuurlijk gebruiken deze mensen bij voorkeur het meest effectieve gereedschap.

Vortexhealing is werkelijk holistisch als je kijkt naar de manier waarop dat het werkt bij een mens.

Er zijn 44 verschillende vormen van Vortex Licht, elk met een andere functie en elk van die vormen doet precies wat nodig is om de persoon die de healing ontvangt optimaal te helpen. De Vortex energie kan gebruikt worden om iemand te ‘gronden’ of om iemand te ‘centeren’ en te voeden; het kan gebruikt worden om te energetiseren of om een diepe blokkade of conditionering los te laten. Het kan gebruikt worden om te integreren, of juist om te werken aan bepaalde lichaamsweefsels of patronen. Vortexhealing geeft ook toegang tot een goddelijk genezend gebied, dat direct door materie en bewustzijn werkt om onze emotionele kwesties te transformeren, ongeacht op welk niveau we ze in ons systeem vasthouden, inclusief ons fysieke weefsel.

Omdat Vortexhealing zo diep en veelzijdig werkt, reageert iemand die de healing ontvangt ook veel beter op andere vormen van therapie. Acupunctuurbehandelingen bijvoorbeeld, zullen efficiënter werken als gevolg van de verhoogde openheid en kracht van iemands energiesysteem; zelfs behandelingen met medicamenten zullen meer effect hebben.

(Wie de bedoeling heeft om zich als healer te profileren heeft gewoonlijk de plicht een document te overleggen waaruit blijkt dat men ‘gecertificeerd’ is om een bepaalde behandelingen te mogen uitvoeren. Daartoe worden certificaten uitgereikt aan degenen die met goed gevolg de Vortexhealing lessen hebben afgerond).

Veel mensen ontdekken al snel dat het moeilijk is om spiritueel te ontwaken zonder de diepere niveaus van conditionering los te laten die het bewustzijn gebonden houdt aan het verleden.

Gevangen in de ervaringen van het verleden is er maar weinig vrijheid om ontspannen aanwezig te zijn in het Nu. Het wordt bijna onmogelijk om niet gevangen te raken in de maalstroom / projecties van mentale activiteit die constant de eerdere ervaringen herschikt en als beeld gebruikt voor het heden en de toekomst. En als we onze emotionele historie steeds projecteren op de huidige situaties wordt het bijna onmogelijk om de wereld te beleven zoals deze is. Het resultaat: heel weinig ruimte waarin we kunnen ontdekken wie we werkelijk zijn.

Mensen die spiritueel bewust willen worden, voelen zich aangetrokken tot Vortexhealing, omdat Vortexhealing hen kan leren hoe ze de diepste niveaus van hun conditioneringen kunnen schoonmaken, zodat er ruimte ontstaat om bewust te worden. Bovendien worden in de Basis Training twee meditaties geleerd die je kunnen begeleiden naar de kern van je spirituele hart, die je helpen om te ontspannen in het middelpunt van je wezen. Je leert ook om in jezelf te vragen om innerlijke begeleiding en het te horen. Studenten die spiritueel willen ontwaken waarderen het eveneens dat Vortexhealing slechts werkt met goddelijke energie en bewustzijn, en dat het wordt overgedragen door een proces van directe bewustzijnsoverdracht door het goddelijke.

Er is eigenlijk ook een kleine, vierde groep mensen die zich om een geheel andere reden voelt aangetrokken door Vortexhealing – zij weten niet waarom ze zich hebben ingeschreven voor een training maar melden dat ze, zodra ze hadden gehoord over Vortexhealing, wisten dat ze dit moesten gaan doen.

Veelgestelde vragen over VortexHealing® Energetische Therapie:

Waarom is VortexHealing® zo effectief?

Emotionele patronen zijn erg oud en worden diep vastgehouden. Ze begonnen zich te vormen vanaf het moment dat je jezelf ooit hebt ervaren als een “Ik”: een wezen dat was gesepareerd van de rest van het leven om je heen. Dit gebeurde lang geleden.

Zowel je huidige emotionele patronen als het gevoel alleen of niet geliefd te zijn, als je vastzittende emotionele reacties op bepaalde situaties -of je nu reageert uit angst of boosheid, of vanuit een gevoel van hopeloosheid- ontstonden uit dit oorspronkelijke gevoel van afgescheidenheid. Uit deze afgescheidenheid ontstond een eerste gevoel van gebrek en angst en later ontstonden daaruit al je andere patronen en reacties, die ofwel variaties zijn op gebrek en angst, of de compensatie daarvoor.

Je hebt de patronen en opgestapelde herinneringen aan deze kwesties met je meegedragen van leven tot leven in wat we noemen je ‘karmische lichaam’. Na verloop van tijd heb je zowel je originele patronen versterkt, als nog meer complexe patronen ontwikkeld.

Om deze patronen nu werkelijk te veranderen heb je iets nodig dat die ervaring van afgescheidenheid, dat de werkelijke wortel is van deze patronen en ze voeding geeft, kan losmaken. Maar het enige ding dat het bewustzijn van afgescheidenheid kan loslaten is dat, wat niet afgescheiden is: het Goddelijke, de Bron zelf die we ook wel het Zelf noemen.

Daarom werkt Vortexhealing Energetische therapie slechts met Goddelijk licht en – bewustzijn, waardoor het de Bron in de wortels van je patronen toelaat. Het maakt het bewustzijn van afgescheidenheid los en laat daardoor het werkelijk natuurlijke bewustzijn ontwaken: het Zelf, dat geen gevoel kent van afgescheidenheid. En zonder identificatie met een apart ‘Ik’ is er geen gebrek, geen angst en geen kwestie.

De meeste geneeskunst die met het goddelijke werkt, gebruikt goddelijke energie (ook wel genoemd het goddelijke licht) maar maakt het goddelijke bewustzijn niet bereikbaar. Goddelijke energie werkt als energie; goddelijk bewustzijn werkt als bewustzijn. Hoewel de goddelijke energie pure genezende energie is, transformeert het goddelijk bewustzijn de wortels van het bewuste afgescheiden zijn. Zodra het goddelijke bewustzijn werkelijk beschikbaar is, opereert het eveneens als een onafhankelijke intelligentie: het weet precies waar de wortels van je patronen zich bevinden en gaat direct aan de gang om deze te transformeren. Vortexhealing werkt met zowel goddelijke energie als goddelijk bewustzijn en maakt beide beschikbaar op vele manieren.

We kunnen de potentiële genezende kracht van goddelijk bewustzijn zien zodra de rijke Vortexhealing wordt gebruikt op een muziekinstrument. Omdat goddelijk bewustzijn in staat is direct op materie in te werken, verandert het geluid van het instrument opmerkelijk: na slechts 1 minuut is het geluid rijker, meer harmonieus en heeft het meer kracht. (Dit wordt beschreven in alle artikelen over Vortexhealing). Dit kan niet alleen met goddelijke energie bereikt worden.

Maar energie speelt bij genezing een sleutelrol. Er zijn vormen van geneeskunst die “chi” of “prana energie” of “levens energie” gebruiken. Dit is geen goddelijke energie, maar de energie van het zich manifesterende leven. Dit zou ook gezegd kunnen worden van de energie die men omschrijft als “universele energie”. Hoewel deze energieën uitstekend gebruikt kunnen worden om te genezen, kunnen we er niet zo diep mee werken als met goddelijke energie.

Er zijn andere vormen van geneeskunst die gebruik maken van goddelijk licht of –energie en gewoonlijk gebruiken ze één bepaald soort licht. Verschillende soorten goddelijk licht kunnen echter een verschillend effect hebben. Zoals eerder genoemd gebruikt Vortexhealing 44 vormen van goddelijk Vortex licht en elk daarvan is door het goddelijke gemaakt met het oog op verschillende functies. Elk ervan werkt precies daar waar het nodig is om de persoon die de healing ondergaat optimaal te helpen.

Een ander element dat Vortexhealing effectief maakt is dat het wordt geleerd door middel van een proces dat we ‘directe bewustzijnsoverdracht’ noemen. Dit betekent dat Vortexhealing niet aan het verstand wordt geleerd met een ‘onderwijssysteem’ maar het wordt direct door het goddelijk bewustzijn in het menselijk bewustzijn ingeprent.

Enkele opmerkingen over drie aspecten van het overdrachtsproces.

Ten eerste geeft het de student directe toegang tot de Vortex energie en het goddelijke rijk der genezing waar deze energie mee is verbonden; het menselijk bewustzijn hoeft slechts het voornemen te hebben om Vortex energie te channelen en het gebeurt direct. Ook andere genezingskunsten kennen dit aspect van overdracht maar de overdracht van Vortexhealing kent eveneens twee andere.

Het tweede aspect van de overdracht is dat het energiesysteem van de student intensief wordt ontwikkeld, zodat het een effectiever voertuig wordt om dit goddelijke licht en –bewustzijn te doen manifesteren. Elke verdere Vortex opleiding verdiept deze ontwikkeling. Dit stelt de student in staat om een groter volume en concentratie van goddelijk licht naar binnen te laten stromen. (De verandering in het energiesysteem van de student weerspiegelt zich zelfs in het dagelijkse leven: het is gemakkelijk te zien hoeveel meer licht aanwezig is in de student, zelfs na de Basis Training).

Het derde aspect van de overdracht is dat het een unieke Brug creëert in het systeem van de student. Alle goddelijke kracht die het energiesysteem van de student kan bevatten wordt daarmee ook heel diep in de ontvanger van de healing gebracht.

Wanneer een geneeskunst het goddelijke licht bereikbaar zou maken maar niet zou zorgen voor een Brug dan zou de effectiviteit nog altijd beperkt zijn. De kracht van Vortexhealing, gecombineerd met de diepte van de Brug in het lichaam en in het emotionele en karmische bewustzijn, creëert een vorm van transformatie die slechts magisch genoemd kan worden.

De basis gereedschappen van Vortexhealing die tot zover beschreven zijn bestaan allemaal vanaf het niveau van de Basis Training maar er zijn meerdere aspecten aan Vortexhealing. Op elk trainingsniveau worden nieuwe energetische instrumenten gegeven die het energiesysteem op een nieuwe en diepere manier beïnvloeden dan daarvoor. Elke Training ontwikkelt doorlopend het energiesysteem van de student door de Vortex overdracht en bewerkstelligt een verdieping van de Brug binnenin de student die door het goddelijke gebruikt kan worden voor healing.

De conditionering die ons gevangen houdt in emotionele- en gedragspatronen. Hoeveel daarvan is afkomstig uit onze kindertijd?

De opvoeding in onze kindertijd is maar één vorm van conditionering, één stukje van het totale plaatje. Omdat we ontelbare levens achter ons hebben conditioneren al onze

ervaringen van al die levens ons. In het Oosten zegt men dat dit ons 'karma' is. Karma is niets anders dan een conditionering die vastgehouden kan worden op allerlei niveaus van ons wezen. Alhoewel we gewend zijn ons lichaam te identificeren als slechts een 'fysiek' lichaam, beschikken we ook over een etherisch lichaam, een emotioneel lichaam, een mentaal lichaam, een spiritueel lichaam en een karmisch lichaam. Deze lichamen zijn je voertuigen om velerlei ervaringen op te doen: fysieke-, emotionele-, mentale ervaringen enzovoorts. Al deze ervaringen worden ingeprent in de conditionering van zowel onze achterliggende- als ons huidige leven. Ons etherische lichaam bevat conditioneringen die betrekking heeft op onze basis relatie met de wereld; ons emotionele lichaam bevat onze onverwerkte emoties; ons mentale lichaam bevat gewoontes en (voor)oordelen; ons spirituele lichaam bevat conditioneringen gerelateerd aan verlies van vertrouwen en ons karmische lichaam bevat al onze herinneringen aan eerdere levens en patronen en de wortels van onze basiservaring van afgescheidenheid. Aanvullend bevat ons fysieke lichaam de genetische conditionering die zowel de conditioneringen van onze voorouders als andere conditioneringen bevat.

En er is meer.

Vaak lijkt het dat onze kinderervaringen van meer betekenis zijn dan in werkelijkheid het geval is, omdat de familiesituatie waarin we geboren worden precies klopt met die patronen waarin we al zo diep betrokken zijn. Mensen met een lange karmische geschiedenis van verlies en verlating bijvoorbeeld, die geboren worden bij een moeder die koud is en niet toegewijd, zullen hierdoor meer geraakt worden dan iemand zonder die historie. Mensen met de karmische verlies-historie zijn al helemaal ingebed in dat gevoel van verlies, dus zelfs kleine hedendaagse ervaringen van verlies kunnen bij hen overweldigend overkomen.

En indien het karmische verleden onbewust is, gelooft men dat het enorme gevoel van verlatenheid alleen door de huidige omstandigheden wordt veroorzaakt. Deze mensen zullen hun ouders de schuld geven van deze gevoelens en in het vervolg daarvan hun echtgenoten en andere elementen rondom hen. Het is niet zo dat deze gevoelens niet reëel zijn, maar de bron ervan is veel ouder en dieper dan dat ze zich voorstellen. Ze zijn geconditioneerd door de geschiedenis van duizenden levens.

Gelukkig heeft het goddelijke voornemen aan Vortexhealing de mogelijkheid gegeven om te werken op alle verschillende niveaus van conditionering die hier beschreven zijn (alhoewel voor genetische conditionering en sommige soorten conditionering die hier niet zijn beschreven de vervolstraining vereist is, om deze los te kunnen laten).

Hoe werd de VortexHealing® Energetische therapie ontwikkeld?

De hedendaagse grondlegger van Vortexhealing is Ric Weinman.

Ric herontdekte Vortexhealing in november 1994 en begon het ongeveer 9 maanden later te onderwijzen als geneeskunst en om het proces van spiritueel bewustzijn te ondersteunen. Sinds die tijd heeft hij de onderwijs overdracht aan een aantal andere onderwijzers doorgegeven, waardoor op dit moment wereldwijd zo'n twintig verschillende nationaliteiten Vortexhealingcursussen hebben gevolgd.

De oude geschiedenis van Vortexhealing kent een lange en rijke traditie. Het begon bij een man genaamd Mehindra die ongeveer 5600 jaar geleden leefde. Hoewel de meeste mensen een lange karmische geschiedenis hebben waarin ze zwoegen met de ervaring van verlating,

zijn er altijd een paar mensen die op aarde worden geboren vanuit het aspect van goddelijke bewustzijnsopenbaring. Mehindra was zo iemand. Het goddelijke aspect dat hij openbaart is magische transformatie.

Na zijn dood bracht Mehindra 7 andere wezens zoals hijzelf samen, om een goddelijk 'helingsrijk' te vormen en hij gebruikte zijn eigen energie en bewustzijn om een verbinding te maken tussen dat helingsrijk en het menselijk bewustzijn. Zo kreeg Vortexhealing zijn naam.

In 753 v.Chr. leefde er een man in wat nu Engeland heet, die dichtbij de Verlichting was. Hij ontving door een goddelijke openbaring de gave van Vortexhealing en specifieke Vortex meditatie van een wezen dat in zijn bewustzijn verscheen terwijl hij mediteerde. Dit wezen (Mehindra) noemde zichzelf 'Merlijn'. (De naam Merlijn werd gekozen omdat die naam in het Engels het beste de zinderende kwaliteit van overdrachtsmagie weergaf die hij aantoonde.) Terwijl hij aan het werk ging met deze goddelijke gift raakte de man verlicht en hij begon de gift aan andere mensen door te geven door middel van directe bewustzijnsoverdracht. Later in zijn leven gaf hij de mogelijkheid door om Vortexhealing te onderwijzen aan geselecteerde leerlingen. Hij begon ook met de traditie dat zodra een leraar vanuit dezelfde lijn voldoende bekwaamheid in afstemming tot Merlijn behaalde, deze ook de naam Merlijn kreeg.

Op die manier vormde de naam Merlijn zowel een titel als een manier om het goddelijke wezen te eren dat nog altijd deze geneeskunst verwezenlijkt en handhaaft. Omdat de lessen van Merlijn door directe bewustzijnsoverdracht generaties lang werden doorgegeven van leraar tot leraar, werd dit bekend als 'het geslacht' Merlijn.

Historisch gezien waren er 28 leraren, 12 daarvan waren Merlijns. De Merlijn die verbonden was met koning Arthur was de vijfde.

Maar de 12e Merlijn vond niemand die hij in staat kon stellen om na hem door te gaan met de leringen. Dus in 1247 n.Chr. stierf het geslacht Merlijn uit, tot Merlijn die nog steeds de bron en de goddelijke kracht is van Vortexhealing, in 1994 een helderziende ervaring voor Ric Weinman realiseerde, die de herinnering reactiveerde dat hij in twee vorige levens Vortexhealing bestudeerde. Wanneer je ervaart waartoe Vortexhealing in staat is, zal je weten waarom Merlijn altijd in verband wordt gebracht met magie. 11

(Deze tekst is gebruikt met toestemming van Ric A. Weinman)

Als gevolg van de transmissies die vier volle dagen duurden, lagen we overdag minstens de helft van de tijd te slapen. De andere helft kregen we uitgelegd wat Vortexhealing is en wat je er allemaal mee kunt doen. De laatste dag was een oefendag waarin we de vortexenergie leerden toepassen. We waren deze week door een gigantische lichtversnelling gegaan waarin iedereen in de groep al een aantal karmaknoppen was kwijtgeraakt. Ik was diep onder de indruk en besloot me onmiddellijk aan te melden voor de vervolgcursus die het jaar daarop gegeven zou worden. Ook had ik leuke nieuwe contacten gelegd waaronder met Merav op wie ik zeer gesteld was geraakt in deze week. Ze nodigde mij uit om tijdens de volgende cursus bij haar te komen logeren. Reeds uitkijkend naar de volgende cursus nam ik zondagavond de bus terug naar Arad waar Yaakov mij ophaalde van het busstation. Het was ook heerlijk even afstand te hebben kunnen nemen van de dagelijkse leven in de kibboets die niet bepaald ontspannend meer was.

Twee weken later werd ik op een zaterdagmorgen geroepen. Zila was tegen een stapel betonblokken aangelopen die hierdoor was gaan schuiven en op haar been terecht kwam. Ze kon zich onmogelijk zelf bevrijden en er waren wel vijf sterke mannen voor nodig om de last van haar af te halen. Toen haar been een maal vrij was lag het in een zeer vreemde richting die er in eerste instantie op duidde dat het wel eens gebroken zou kunnen zijn. Ze huilde van de pijn. Toen de omstanders een ambulance wilden bellen, weigerde ze dit omdat ze eerst graag door mij behandeld wilde worden met de Vortexhealing. Gedurende een minuut of twintig behandelde ik haar ter plekke. De ergste shock was toen voorbij en was Benny in staat haar op te tillen en naar huis te dragen. Hij legde haar voorzichtig op de sofa in hun woonkamer waarna ik nog twee uur met haar aan de slag ging. Het resultaat was verbluffend. De pijn was weliswaar nog niet geheel verdwenen maar ze was weer in staat om er op te gaan staan. Een week later was ze helemaal de oude.

Wat we ook tijdens de cursus geleerd hadden was dat we ommuurde ruimtes energetisch schoon konden maken met vortexenergie. De energie moest in jampotten of iets dergelijks gestopt worden, waarna deze moest worden afgesloten met een deksel. Daarna plaatste je de potten in de kamer of zaal die behandeld moest worden en opende je ze. Binnen enkele seconden was de ruimte gezuiverd en kon je duidelijk voelen dat er een hele nieuwe energie aanwezig was. Ik besloot als experiment de proef op de som te nemen. Er was in de afgelopen maanden geen enkele vergadering geweest die niet in een ruzie was geëindigd. Een uur voor de eerst volgende vergadering zou plaatsvinden vulde ik zes jampotten met vortexenergie. Migal, Dudi zijn vriendin, hielp me. Opnieuw was het resultaat verbluffend. Er was die avond zelfs niet één persoon die zijn stem ook maar een beetje verhief. Alle negativiteit was die avond voor korte tijd verdwenen. In de dagen daarna kwam deze langzaam weer terug. Het experiment zou nog een aantal keren herhaald worden totdat er op een gegeven moment geen groepsvergaderingen meer plaatsvonden.

Arad

Niet alleen de mensen in de kibboets hadden steeds meer moeite met elkaar, ook onder de katten woedde een ware oorlog. Isis had in het voorjaar haar eerste en tevens laatste nest gehad waarvan er nog twee poesjes in leven waren. De ene was een cypers poesje die Kinky heette. Zij was zo brutaal als de nacht en een echte jager. De andere was een lapjeskat net als Isis. Zij was veel rustiger en werd Minoes genoemd naar het boek van Annie M.G. Schmidt. Om te voorkomen dat we overspoeld zouden worden door jonge poesjes hadden we alle drie de poezen laten steriliseren. Onze burens dachten hier helaas anders over met als gevolg dat we 's nachts veel ongewenste bezoekers binnen kregen via ons kattenluik die het eten van onze katten aan het verorberen waren. Er was een zwarte kater bij die zich ontwikkelde als een ware tiran. Onze katten waren als de dood voor hem en werden zelfs op een gegeven moment in ons eigen huis door hem geterroriseerd. Een aantal keren vroeg ik de burens maatregelen te nemen, waar ze geen gehoor aan gaven. Op een gegeven moment had ik er genoeg van en besloot zelf actie te gaan ondernemen. Ik wachtte hem op in mijn huis, lokte hem Elimor's slaapkamer binnen waar ik reeds een koffer had klaar staan. Ik stopte hem erin, deed de koffer dicht, liep naar onze auto en reed naar Arad wat twintig kilometer verderop lag. Hier liet ik hem los bij een restaurant waar grote containers stonden waar overgebleven voedselresten in werden weggegooid. Hij zou dus niet om hoeven te komen van de honger.

In september waren er twee pups aan komen lopen, die veel op schnautzers leken. We deden overall navraag in de naburige dorpen om te kijken of ze daar misschien vandaan kwamen. Toen dit niet het geval bleek, werden ze door Dudi geadopteerd die ze doopte in Ziggi en

Ziga. Het was een komisch stel die me deden denken aan Dusty, mijn eerste hond. Toen ik terug kwam van de vortexcursus kreeg ik te horen dat er een volwassen exemplaar, die verdacht veel op Ziggi en Ziga leek, wasesignaleerd. Ze verdween onmiddellijk zodra ze mensen zag aankomen. Ze bleek regelmatig in de buurt van de kippenfokkerij rond te hangen in de hoop een kippetje te kunnen verschalken. Op één of andere manier raakte ik geïntregeerd door haar en besloot een poging te wagen om haar vertrouwen te winnen. Ik zelf at geen vlees meer en besloot mijn portie voor deze hond te bewaren. Iedere avond nam ik een plastic zakje mee naar de eetzaal waarin ik het vlees stopte. Benny en Nimrod die haar het meeste zagen hadden haar de naam Lifa gegeven. Na een week begon ze op haar nieuwe naam te reageren. Iedere avond legde ik het vlees op dezelfde plek neer, waar het meestal binnen een uur verdwenen was. Na enkele weken ontdekte ik haar. Ze zat verscholen onder een struik waar ze reeds wachtte op haar maaltijd. Een week later was ik in staat om het naar haar toe te gooien zonder dat ze vluchtte. Half december een week voordat Elimor en ik op vakantie naar Nederland zouden gaan, durfde ze voor het eerst iets uit mijn hand te eten.

Yaakov had ondertussen een nieuwe baan in een Nederlands Golden Tulip hotel in aanbouw, gelegen aan de Dode Zee. Hij was aangesteld als Spa manager met de taak deze in te richten en het personeel hiervoor aan te nemen. Hij kreeg door zijn werk steeds meer contacten in Arad waardoor we, een voor mij geheel nieuw gedeelte in Arad leerden kennen. Arad bleek een oud gedeelte te bezitten zonder hoogbouw en smaakloze woningen. Bijna alle huizen hier hadden een prachtig uitzicht over de Dode Zee. Zo ontmoette ik ook Rachel, een energieke dame van in de vijftig, die vele activiteiten organiseerde voor verschillende hotels. Toen ze mijn ontwerpen zag raakte ze geïnteresseerd en vroeg of ik het leuk zou vinden een collectie te ontwerpen die exclusief aan de Dode zee getoond en verkocht zou worden. Mijn praktijk was net als de gastenverblijven door toedoen van de nieuwe regels op een dood spoor beland, waardoor dit nieuwe idee als een geschenk uit de lucht kwam vallen.

Ik besloot mijn furnituren zoveel mogelijk in Nederland in te kopen omdat ik daar precies wist waar ik wat zou moeten kopen. Het was heerlijk even in Nederland te zijn en even oude vrienden op te zoeken. Marijke en Willem zouden eind februari voor drie weken bij ons in de kibboets komen logeren. Ze verheugden zich er enorm op, temeer dat februari en maart één van de mooiste jaargetijden is waarbij de woestijn in bloei staat.

Vijf januari keerden we terug naar Israël. Yaakov haalde ons op van het vliegveld en één van mijn eerste vragen was hoe het met Lifa ging. Yaakov vertelde dat ze in de afgelopen twee weken iedere dag bij ons huis had rondgehangen. Zodra ze iemand naar buiten zag komen verdween ze echter weer. Ik was er van overtuigd dat ik opnieuw haar vertrouwen zou moeten gaan winnen. Ik had in Nederland ook wat speciale hondenbrokken gekocht ter beloning.

We reden het terrein van de kibboets op, parkeerden vlak bij ons huis en stapten uit de auto. Ik keek om mij heen en zag haar plotseling aan komen rennen. Voor ik het wist sprong ze tegen me op en likte me waar ze maar kon. Ze jankte van blijdschap. Helemaal ontroerd ging ik op de grond zitten om haar te aaien. Ze had me echt gemist. Ook zag ik dat ze al een flink aantal weken zwanger was. Vanaf dat moment was ze niet meer bij me weg te slaan. Waar ik ging, ging ze mee totdat ze haar tien pups eind januari onder mijn naaiatelier baarde.

Enkele dagen nadat ik terug was in de kibboets en druk aan het werk was aan mijn collectie, werd er op de deur van het naaiatelier geklopt en kwam Mary binnen. Ze besloot rechtstreeks met de deur in huis te vallen met de mededeling dat “de kibboets” had besloten dat ik geen toestemming kreeg om met de collectie door te gaan omdat mijn taken in de kibboets verwaarloosd werden. Het feit dat ik alles zelf bekostigde deed niet ter sprake, want wilde ik van mijn geld af dan kon ik dit ook op de gemeenschappelijke rekening van de kibboets storten.

Ik kon me met moeite inhouden en merkte dat mijn tumor ook weer onmiddellijk aan het opspelen was. Ik zei zo vriendelijk mogelijk dat ik gehoord had wat ze zei en dat ik nu graag

verder alleen wilde zijn. De maat was vol. Ik wist dat het nu tijd werd om stappen te gaan ondernemen. Ik haalde Yaakov om een uur of vijf af in Arad omdat hij steeds vaker met het andere personeel in het hotelbusje naar z'n werk aan de Dode Zee reed. Hij zag aan mijn gezicht dat er iets aan de hand was en stelde voor ergens op een terras wat te gaan drinken. In het kort deelde ik mee wat Mary 's morgens tegen me had gezegd. Ik had er de hele dag over zitten piekeren en was tot de conclusie gekomen dat ik niet langer in de kibboets wilde blijven. Dit hield in, dat we ofwel een huis in Arad zouden zoeken ofwel dat ik terug naar Nederland wilde. Yaakov had dit aan zien komen. Het feit dat hij een baan buiten de kibboets was gaan zoeken stond hier rechtstreeks mee in verband. We besloten zijn eerste vrije dag te gebruiken om langs makelaars te gaan en kijken wat het huizen aanbod was.

We kregen een aantal adressen en gingen direct op onderzoek uit. De meeste huizen vielen onmiddellijk af, omdat het ofwel te duur was of op een ongeschikte locatie. Toen we bijna de moed hadden verloren kwamen we bij een klein huis terecht, met een prachtig uitzicht over de Dode Zee. Het had een grote tuin, die grensde aan een vallei die deel uitmaakte van de Judea woestijn. Toen we van het uitzicht stonden te genieten kwam de buurvrouw naar ons toelopen. We raakten aan de praat en toen ze hoorde dat ik uit Nederland kwam raakte ze helemaal geïnteresseerd. Haar ouders hadden tijdens de Tweede Wereldoorlog ondergedoken gezeten in een klein dorp in Limburg. Op mijn vraag "waar?", antwoordde ze tot mijn grote verbazing "Grubbenvorst", het dorp waar ik mijn gehele middelbareschooltijd had gewoond. Wat is de wereld klein af en toe. Ze waren er pas nog geweest omdat er een reünie voor alle onderduikers en hun familie was georganiseerd.

Terug in de auto keken we elkaar aan en zeiden "dit is ons huis". We zouden er een flink stuk aan vast moeten bouwen omdat het nu slechts bestond uit een eetkeuken, slaapkamer en badkamer en een groot terras.

Omdat Yaakov een vaste baan had waren we in staat een hypotheek af te sluiten. En dankzij een lening bij mijn moeder konden we gaan verbouwen.

In tussentijd groeiden de pups van Lifa goed en waren enig om te zien. Wat ik nooit geweten had, was het feit dat een teef zwanger kan raken van meerdere reuen tegelijkertijd. Er waren namelijk vier reuen in de kibboets die alle vier duidelijk hun stempel op de pups hadden achtergelaten. De pup die mij het meeste aansprak was een afstammeling van Benbli, de Briard van Benny en Zila. Het was een ruigharig blond teefje. Ze had nog een gladharig broertje in de zelfde kleur en de rest van de pups waren overwegend zwart.. Ik doopte haar al snel Pipo, omdat ze zo komisch was. Dit had tot gevolg dat als ik Pipo riep, alle pups achter elkaar aan naar mij toe kwamen rennen. Na een maand sliepen ze met zijn allen voor onze voordeur. Lifa werd steeds waakzamer. Iedereen die tot mijn gezin behoorde, inclusief de katten, kregen vrije doorgang. Ieder ander was op een gegeven moment genooddaakt, ofwel van te voren te bellen of van buiten af te roepen dat hij of zij in aantocht was zodat ik Lifa vast kon houden. Op een gegeven moment toen de pups een week of tien oud waren ging het niet langer en begon ze mensen praktisch aan te vallen die bij mij in de buurt probeerden te komen. Via via hadden we vernomen dat er waakhonden nodig waren op een militair terrein in de buurt van Beer Sheva waar ze vrij zouden kunnen rondrennen en besloten we haar daar samen met nog twee van haar pups naar toe te brengen. Met tranen in mijn ogen nam ik afscheid van haar, wetende dat ik misschien wel de enige persoon in haar leven was geweest die ze vertrouwde.

Nadat Marijke en Willem drie weken bij ons in de kibboets hadden gelogeed kregen we eind maart de sleutel en kon ik met schilderen beginnen. We hadden besloten om het gene wat er al stond als eerste op te knappen om er daarna zo snel mogelijk in te trekken. Het opknappen bestond hoofdzakelijk uit schilderwerk wat ik volledig voor mijn rekening nam. De grote verbouwing zou van start gaan zodra we waren verhuisd.

Ik genoot er van om weer mijn eigen baas te zijn en leefde me volledig uit in het schilderwerk. Nadat de verschillende kamers weer een eigen kleur hadden bracht ik overal in huis slablonden, met als gevolg dat bezoekers die ons kenden het al snel herkenden als ons huis. Begin juni was het zover en brachten we alle meubels over naar Arad. Ook dit huis was momenteel nog veel te klein voor al onze meubels waardoor we tijdelijk een opslagplaats huurden op de spullen op te kunnen slaan. Elimor genoot, ze hoefde dit keer niet van school te veranderen en had ineens haar klasgenootjes vlakbij wat het spelen een stuk eenvoudiger maakte.

Bijna de helft van de bewoners van de kibboets waren reeds naar elders vertrokken. De overgeblevenen van onze groep weigerden deze woonplek op te geven en gingen meer en meer een zelfstandig leven leiden tot grote ergernis van Aran en Ben Shabbat, die intussen ook niet langer de steun hadden van de overkoepelende organisaties vanwege hun onbehoorlijke brute gedrag.

Tijdens de verbouwing kreeg ik voor het eerst echt te maken met het Palestijnse vraagstuk omdat de meeste vaklieden tijdens deze verbouwing Palestijns waren. We hadden een voorman aangesteld die zelf zorgde voor voldoende mankracht. Tijdens het koffie uurtje kwamen er flinke discussies op gang waarbij ik mijn mening niet onder stoelen of banken stak. Het was direct voelbaar als er weer ergens in het land iets gebeurt was in de vorm van een aanslag of zo, omdat dan de grenzen onmiddellijk dicht gingen en er die dag niemand kwam opdagen om te werken. Vele Palestijnen verdienden hun geld in Israël. De armoede was erg groot in de bezette gebieden en door de grenzen af te sluiten werd de kans naar een betere toekomst ontnomen waardoor meer en meer mensen in opstand kwamen. Israël strafte in feite een heel volk voor de daden van een kleine groep terroristen.

In oktober begon de vervolgentraining van de Vortexhealing. Zoals reeds het jaar daarvoor was afgesproken logeerde ik bij Merav, die in een prachtige koloniale woning woonde in Nataniya, ten noorden van Tel Aviv. Ze was getrouwd was met een vrij orthodox persoon en hield er een volledig kosjer huishouden op na met twee verschillende keukens. In de ene werden de vleesgerechten bereid en in de andere de melkgerechten. Haar twee kinderen kregen les op een orthodoxe school. Merav had de unieke eigenschap deze wereld te combineren met haar eigen spirituele ontwikkeling. Ik vond dit ongelooflijk knap omdat deze combinatie de nodige spanningen met zich meebracht binnen haar huwelijk. Het feit dat de vortexcursus ook op de sabbat viel, bracht met zich mee dat we vrijdagavond in Tel Aviv bleven overnachten om niet tegen de regels van de sabbat in te gaan, die reizen min of meer verbod.

De cursus was weer fantastisch. Ook dit keer kregen we de nodige transmissies die maakten dat we veel op de grond lagen en sliepen. We leerden nieuwe meditatie's die ons in staat stelden onze karmaknoppen sneller op te lossen. Deze meditatie's werden al gauw de "Huf en Puf" meditatie's genoemd omdat je met een versnelde adem, als het ware, licht in al je chakra's en het ruggenmerg aanbracht. Het werd nu duidelijk dat de basistraining als belangrijkste doel gehad het lichaam te laten wennen aan de enorme lichtversnelling waarmee je tijdens de vortexcursus te maken krijgt. Bij deze vervolgcursus kregen we het echte gereedschap aangereikt waarmee we veel dieper op lichamelijke en emotionele vraagstukken in konden gaan en indien nodig op afstand behandelen.

Alles en iedereen is volgens de Vortexhealing verbonden met elkaar door middel van weblijnen, de aardse en de universele. Indien je in staat bent te werken via deze weblijnen komt alles ineens binnen handbereik. Ric toonde ons dit, door opeens een wind door de kamer te laten waaien terwijl alle ramen gesloten waren. Even later bracht hij de geur van een dennenbos, gevolgd door een geurende rozenstruik.

Op de laatste dag raadde hij mij aan contact op te nemen met Jill Hester. Jill was een goede vriendin van hem waarmee hij nauw samenwerkte. Ze woonde in Vancouver, Canada, en was

volgens hem één van de beste paranormale healers op deze aardbol die er de voorkeur aan gaf readings en behandelingen per telefoon te doen. Zij zou mij, volgens hem, de nodige informatie omtrent mijn tumor kunnen geven. Ook zij werkte via het aardse en universele web en was hierdoor vaak beter in staat je op afstand te helpen omdat je energieveld dan duidelijker te lezen was. Ric overhandigde mij haar telefoonnummer waarna we afscheid namen.

Enkele dagen later belde ik het nummer wat ik van Ric had gekregen. Ik kreeg een antwoordapparaat van Jill, waarop ik mijn naam, telefoonnummer en tijdzone moest inspreken. De volgende dag belde ze terug en maakten we een afspraak voor de werkelijke reading die twee dagen later zou gaan plaatsvinden. Deze zou ongeveer drie kwartier tot een uur in beslag nemen en ik zou het gesprek mogen opnemen als ik er behoefte aan had. Kosten waren 60 dollar die ik per post naar haar op kon sturen. Ze had een hele prettige stem en ik merkte dat ik uitkeek naar het echte gesprek.¹²

Het tijdstip voor de sessie brak aan en ik moet toegeven dat ik ontzettend zenuwachtig was. Met trillende vingers draaide ik het nummer en vrijwel onmiddellijk nam Jill de telefoon op. Ze wist me heel gauw op mijn gemak te stellen en begon met de reading. Ik scheen in dit leven al zo'n onvoorstelbare ontwikkeling te hebben doorgemaakt waar menig ander minstens vier levens over zou doen. Ze zag dat ik in mijn vorige levens altijd hoge posities bekleed had, zowel in de aristocratie als wel in de religieuze/ spirituele wereld, waardoor ik een vrij eenzijdige groei had doorgemaakt wat ik in dit leven van plan was te corrigeren. Ik had mij voorgenomen het deze keer zoveel mogelijk op eigen kracht te gaan proberen. Ik was echter een tikkeltje doorgeslagen naar de andere kant waardoor ik het erg moeilijk had gevonden om hulp te vragen aan anderen. Mijn verbrijzelde knie was mij te hulp gekomen om dit stuk weer in balans te krijgen. Het creëerde een situatie waar ik geen andere keus had dan hulp vragen. Mijn innerlijke stem was mijn gids. Toen ik het contact hiermee dreigde te verliezen, door het dubbele leven dat ik op een gegeven moment leidde, ontstond de tumor. Deze had de taak om de toegang tot mijn innerlijke stem opnieuw te openen. Ik was volgens haar al een heel eind op de goede weg waardoor ik de tumor niet lang meer nodig zou hebben. Op mijn vraag wat de les in de kibboets was geweest antwoordde ze dat door de geïsoleerde locatie boven op de berg, ik had geleerd om te gaan met de meest uiteenlopende karakters. Deze zou ik hoogstwaarschijnlijk in een "normale" situatie niet zijn tegengekomen ofwel uit de weg zijn gegaan. Ze sloot na vijftig minuten af met het advies: "Luister naar je hart, dan weet je dat je de juiste richting gaat."



Deze foto's zijn genomen vlak voordat ik naar Engeland vertrok

Vasten en Urine therapie

Begin maart ontving ik een e-mail van Ric waarin hij schreef dat hij nieuwe mogelijkheden tot zijn beschikking had die wel eens interessant voor mijn tumor konden zijn. Hij zou in april in Engeland een 3-daagse cursus geven waaraan ik kon meedoen. Tijdens deze cursus zou hij de nieuwe techniek dan op mij uitproberen. Ik was direct enthousiast en stond gelijk in de startblokken om te vertrekken. Wat gedeeltelijk roet in het eten gooide was het feit dat we op 7 april, wat precies in deze periode viel, 10 jaar waren getrouwd. Ik voelde echter de noodzaak om Ric zo snel mogelijk te ontmoeten omdat mijn tumor in het afgelopen jaar flink was gegroeid en ook een stuk gevoeliger was geworden. De druk van buitenaf werd steeds groter om er toch maar weer reguliere artsen naar te laten kijken. Ik voelde hier zelf niets voor. Ik was reeds zover gevorderd met mijn zoektocht naar de oorzaak en wilde deze eerst afronden alvorens naar een regulier arts te gaan die hier waarschijnlijk helemaal niet voor open zou staan.

Yaakov zette mij 4 april om vijf uur 's morgens op de bus naar Tel Aviv. Ik moest om half negen op het vliegveld zijn. Alles verliep zoals het hoorde en om half twaalf zat ik in de lucht op weg naar Gatwick Airport bij Londen. Ik merkte dat ik ongelofelijk opgewonden was. Ik was niet in staat om te lezen of te slapen. Ik was sinds de vorige zomer niet meer in Europa geweest en genoot van de hoge bomen met zijn ontlukende jonge groen. Het was schitterend weer. Vanaf Gatwick moest ik met de trein naar Plymouth. Het was meer dan twintig jaar geleden dat ik voor het laatst in Zuid Engeland was geweest. Tijdens deze treinreis kwam ik overal borden tegen met plaatsnamen die allerlei herinneringen uit mijn jeugd naar boven haalden. Mijn ouders hadden in mijn tienerjaren een huis in Cornwall gehad waar we vrijwel alle vakanties, soms tot vervelends toe, hadden doorgebracht.

In Plymouth moest ik een taxi nemen voor het laatste stuk die mij uiteindelijk naar Grimstone Manor moest brengen wat een kilometer of twintig verderop lag. Zeven uur 's avonds kwam ik aan op de plaats van bestemming. Grimstone Manor was een schitterend landhuis met ongelofelijke hoge brede bomen. Er liep een stromende beek langs het huis waarvan het watergekletter een hele rustgevende uitwerking had. Verder had het ook een verwarmd overdekt zwembad met sauna voor de liefhebbers. Ik verbaasde mij erover hoeveel energie ik nog over had na zoveel uren onderweg te zijn geweest. De meeste mensen waren reeds gearriveerd. Ik werd naar mijn slaapkamer gebracht die ik deelde met Gaillynn, een Amerikaanse en Mimette een Ierse. Nadat ik mijn spullen een plekje had gegeven liep ik naar beneden naar de eetkamer waar ik direct kon aanschuiven om aan het avondmaal deel te nemen. Na het eten kwam Ric de trap af lopen. Het was heerlijk om hem weer te zien. Ik had de afgelopen maanden dagelijks mijn "Huf en Puf" meditatie gedaan en was benieuwd of mijn gevoel juist was geweest en ik inderdaad al mijn karmaknoppen kwijt was. Sinds enkele weken had ik geen blokkades meer in mijn ruggenmerg en schoot ik tijdens het mediteren gewoon de aarde in. Ric checkte me en mijn vermoeden werd door hem bevestigd. Ik was karmaknoop-vrij. Na nog een uur over van alles bijgepraat te hebben, maakten we de afspraak dat hij de volgende dag tussen de pauzes door met mij aan de slag zou gaan. Moe, maar voldaan viel ik als een blok in slaap. Om 6 uur de volgende ochtend was ik klaar wakker vanwege het twee uur tijdsverschil met Israël. Gaillynn had een jetlag en was ook niet in staat nog langer te slapen, dus besloten we op te staan en een duik in het zwembad te gaan nemen. Het zwembad had twee zijden die uit glas bestonden waardoor je goed naar buiten kon kijken. Tot mijn grote verrassing had het die nacht gesneeuwd en alles was bedekt met een dunne laag sneeuw. Om zeven uur kwamen we verfrist en wel terug in de slaapkamer waar Mimette moeite moest doen haar ogen open te houden. Vol enthousiasme vertelden we hoe heerlijk het was wakker te worden in het zwembad. Mimette keek ons aan of we gek waren en probeerde met allerlei excuses van onderwerp te veranderen, totdat de aap uit de mouw kwam en bleek dat ze geen zwemkleding had meegenomen.

Het zou nog een half uur duren voordat we konden gaan ontbijten dus besloot ik deze tijd te benutten met mediteren. Grimstone was net een doolhof. Overal waren trapjes die leidden naar verborgen kamertjes. Zo duurde het ook even voordat ik de meditatiekamer had ontdekt. Ik deed mijn Merkabah meditatie waarna ik nog een minuut of twintig in stilte bleef zitten. Ik raakte zo diep in trance waardoor ik nadat ik op een gegeven moment mijn ogen had opengedaan de uitgang van de kamer niet meer kon vinden. De deur bleek verstopt, en maakte deel uit van een wandkast. Het duurde even voordat ik hier achter kwam en had toen moeite om mijn lachen in te houden.

Om half 10 begon de cursus. We waren met ongeveer 30 mensen. De cursusruimte was ruim en lag vol kussens in allerlei verschillende groten. Iedereen installeerde zich temidden van een kussen of vier om het zich zo comfortabel mogelijk te maken. In deze cursus moest echter hard gewerkt worden en was er van slapen tijdens transmissies geen sprake. De "Huf en Puf" meditatie werd aangescherpt om nog meer karmische ballast te kunnen verwijderen. Hij bestond nog steeds uit twee rondes van elk 15 minuten "puffen" gevolgd door 10 minuten in stilte doorbrengen. Tijdens het "puffen" visualiseerde je dat het licht bij iedere inademing aan alle kanten tegelijkertijd het ruggenmerg binnenstroomde waarbij deze als het ware door het licht werd schoongespoten. Door de ademhaling op te voeren ontstond er meer en meer kracht en moest je moeite doen niet in trance te geraken. Nadat we de tweede ronde hadden voltooid, kregen we thee pauze en had ik het gevoel bergen te hebben verzet. Dit proces zou zich de komende dagen zo'n drie tot vier keer per dag herhalen.

Een half uur voor de lunchpauze stopten we en verliet iedereen de zaal om even een frisse neus te halen voor de lunch klaar zou worden opgediend. Ric en ik bleven alleen achter en hij gebaarde me voor hem op de grond te gaan liggen. Gedurende een minuut of 10 was hij mijn lichaam aan het scannen. Toen hij hiermee klaar was vertelde hij mij wat hij was tegengekomen. Mijn lymfesysteem was dusdanig vervuild waardoor zich een ophoping aan vuil had opgestapeld en de energie niet goed meer kon doorstromen. Het was een vereiste hier zo snel mogelijk iets aan te gaan doen omdat het anders een gevaar voor mijn lichamelijke gezondheid zou kunnen gaan opleveren. Hij raadde mij aan, wat hij nog nooit eerder had gedaan, om gedurende een dag of tien volledig te gaan vasten waarbij ik wel veel water moest drinken. Hij adviseerde mij er een mineraalpreparaat bij te slikken om mijn lichaam sterk te houden. Toen hij uitgepraat was merkte ik dat hij er zelf een beetje beduusd van was. Ik omhelsde hem en besloot zijn raad op te volgen zodra ik terug in Israël zou zijn.

De volgende dagen waren intensief en leerzaam. Ik maakte nieuwe vrienden die mij stuk voor stuk steunden en nieuwe energie gaven. De meeste mensen inclusief Ric vertrokken zondagmiddag nadat de cursus was afgelopen. Ik bleef met een paar mensen achter omdat mijn vlucht pas maandagmiddag zou vertrekken. Het was een beetje onwennig toen iedereen vertrokken was. Een taxi kwam me de volgende ochtend om een uur of zeven ophalen om mij weer naar het station te brengen. We hadden 's avonds nog heerlijk in een Pub gegeten omdat er in Grimstone niet meer op ons was gerekend.

Toen ik in de taxi zat merkte ik dat ik klaar was om terug naar huis te gaan. Ik had reeds een treinkaartje voor de terugweg en een half uur later zat ik in de trein terug naar Gatwick Airport. Twee banken verderop begon een oude man, die er een beetje uit zag als een zwerver, ineens ontzettend te hoesten. Het bleef maar door gaan en hij werd steeds benauwder, temeer daar hij merkte dat er mensen naast hem zaten, die er door geïrriteerd raakten. Mijn Vortex energie was in de afgelopen dagen enorm versterkt. Spontaan besloot ik hem op afstand te gaan behandelen. Na enkele minuten leek het effect te hebben en werd hij rustiger, zijn hoest stopte en even later lag hij te slapen als een baby. Een half uur later stopte de trein en stapte hij uit. Ik viel bijna om van verbazing toen hij op het perron voor mijn raam stopte, zijn hoed afnam en een buiging maakte. Op een of andere manier wist hij dat ik hem had geholpen. Vortexhealing bleef mij keer op keer verrassen.

Yaakov en Elimor haalden mij die avond op van Ben Goerion Airport en om een uur of negen 's avonds kwamen we thuis aan. Tijdens de terugreis naar Arad, waren we grotendeels bijgepraat en had ik hun op de hoogte gebracht van Ric's advies. Ik moest op korte termijn een beslissing nemen wanneer ik zou willen beginnen met het vasten, omdat het drie weken later Pesach zou zijn, wat een zeer slecht tijdstip was om te vasten. Yaakov raadde mij aan na Pesach te starten waardoor ik mij beter zou kunnen voorbereiden. In eerste instantie voelde ik hier ook het meeste voor, maar twee dagen later in een spontane opwelling besloot ik dat het tijd was. Ik had de dag daarvoor het boekje "*The water of life*" van J.W.Armstrong, geschreven in 1944, uitgelezen waarin uitgebreid beschreven staat hoe je vasten kunt combineren met urinetherapie. Urinetherapie was niet nieuw voor mij. Ik was er in 1993 voor het eerst mee in aanraking gekomen toen ik gedurende twee maanden een bronchitis had waar ik niet vanaf kon komen. Onze antroposofische huisarts had mij reeds twee antibiotica kuren voorgeschreven die niet hadden geholpen. Ik raakte langzamerhand uitgeput omdat ik iedere nacht een paar uur achter elkaar lag te hoesten. Yaakov kwam op een dag thuis met een artikel uit de Volkskrant waarin uitgebreid werd ingegaan op de voor- en nadelen van Urinetherapie. Ik was zo wanhopig dat ik onmiddellijk besloot dit paardenmiddel te gaan uitproberen. Baat het niet, schaad het niet, was mijn instelling. Uit het artikel leerde ik dat je het middelste gedeelte van je ochtendurine moest opvangen, dit bevatte de stoffen die een lichaam opnieuw kunnen balanceren. Vlees en asperges kon je gedurende deze periode beter vermijden omdat dit de smaak van de urine nadelig kan beïnvloeden. De eerste keer kreeg ik spontaan braakneigingen, niet zozeer omdat het vies was maar meer vanwege het idee. Het smaakte naar een vrij zoute bouillon. Ik vermande me en spoelde direct mijn mond met tandpasta toen het glas leeg was. De dagen daarna ging het steeds beter en na drie dagen bleek mijn hoest geheel verdwenen te zijn. Ik bleef nog een week doorgaan om er zeker van te zijn dat het niet zou terugkomen. Maar nee hoor, het had geholpen, en hoe!

Een paar jaar later kreeg Galia een fikse longontsteking die ook niet over leek te gaan. Ik vertelde haar dit verhaal waarna ze er onmiddellijk zelf mee begon. Ook bij haar was er na een paar dagen geen spoor meer te bekennen van de longontsteking.

Met deze twee ervaringen in mijn achterhoofd begon ik te vermoeden dat dit wel eens de perfecte combinatie met het vasten zou kunnen zijn. Het zou tevens de noodzaak om mineralen te slikken wegnemen omdat ik door de urine in balans zou worden gehouden, die vol zat met mineralen. Ik leerde verder, dat het gedurende de periode van het vasten heel goed zou zijn, mijn lichaam dagelijks in te masseren met oude urine waaraan dagelijks verse wordt toegevoegd. En dan met name de handpalmen, hals, gezicht en voetzolen. Hierdoor worden de mineralen van de urine door de huid opgenomen. Er moet net zolang gewreven worden tot alles door de huis is opgenomen en deze een rode warme kleur krijgt. Het is de beste balsem die je voor je huid kan bedenken, daar kan geen dure crème tegenop.

Ik stond dus die bewuste ochtend op, maakte het ontbijt klaar voor Elimor en besloot dat dit de dag was om eraan te beginnen.. Nadat Elimor naar school vertrokken was en Yaakov naar zijn werk, dook ik de badkamer in om mij voor de eerste keer geheel in te masseren met mijn eigen urine. Het ging veel sneller dan ik dacht en twintig minuten later stond ik warm gemasseerd lekker onder de douche.

De eerste twee dagen waren het moeilijkst. Ik had besloten dat het gezinsleven gewoon door moest gaan, wat ook inhield dat er 's avonds een warme maaltijd door mij moest worden klaargemaakt. Het was net of er een klein duiveltje in mijn hoofd zat, die mij probeerde wijs te maken dat een glaasje vruchtensap of een stukje rauwkost geen kwaad zou kunnen. Het deed me denken aan de periode toen ik net met roken was gestopt. Datzelfde kleine duiveltje wilde me toen overhalen om af en toe een trekje van een sigaret te nemen. Ik hield echter voet bij stuk en dronk al mijn urine gecombineerd met zo'n twee à drie liter water per dag.

De derde dag vond er een ommekeer plaats. Ik was mijn hongergevoel kwijt en merkte dat mijn energie langzaam begon terug te keren. Een groot deel van de dag bracht ik door met mediteren, waarbij ik allerlei visualisaties deed die het schoonmaakproces in mijn lichaam moesten bevorderen. Na tien dagen merkte ik dat mijn tumor niet langer pijnlijk aanvoelde als ik er op drukte en langzamerhand zijn normale kleur terug kreeg. Lichamelijk had ik het gevoel in een soort topconditie te zijn. Ik was nauwelijks afgevallen, wat mijn omgeving nog meer verbaasde dan mijzelf. Ik had er nog helemaal niet genoeg van en besloot nog een dag of vier door te vasten. De avond van de veertiende dag besloot ik mijn vasten te breken met een kopje groentebouillon. Ik stond er versteld van hoe snel je organen weer gaan werken, na twee weken volledige rust. Ook is het hongergevoel direct daarna terug waardoor je je moet inhouden, niet onmiddellijk weer normaal te willen gaan eten. De volgende morgen nam ik een glas eigengemaakte verse vruchtensap en enkele droge crackertjes. 's Avonds kon ik me echter niet langer inhouden en at lekkere aardappeltjes met verse groenten en een grote bak sla. Ik voelde mij kerngezond wat werd bevestigd door mijn omgeving, die moest toegeven dat ik er in tijden niet zo goed had uitgezien. Mijn tumor was niet zozeer geslonken maar voelde niet langer actief. Ik mailde Ric mijn resultaten. Hij was heel blij voor me, maar had gegruweld toen hij las dat ik het vasten gecombineerd had met de urinetherapie.

De grote onverwachtse beslissing

Eind juli vertrok ik met Elimor voor ruim vijf weken naar Nederland. Ik was hier sinds de vorige zomer niet meer geweest. Treintje, mijn middelste zusje, en Mark haar partner zouden begin september hun bruiloftsfeest geven waar we graag bij aanwezig wilden zijn. Verder zou er op 11 augustus een complete zonsverduistering zijn, die dit keer, als we geluk hadden, goed zichtbaar zou zijn vanuit Zuid België en Noord Frankrijk. Dit was zo zeldzaam, dus zeker de moeite waard om het mee te maken. Toen we op Schiphol aankwamen, reisden we met de trein naar Baarn, waar mijn moeder ondertussen naar toe verhuisd was. De volgende ochtend zouden we samen in haar auto naar Lauwersoog reizen, om van daaruit naar Schiermonnikoog te gaan, waar ze ter ere van haar verjaardag op 3 augustus, een zomerhuisje had gehuurd. Het huisje lag net buiten het dorp, niet ver van het strand verwijderd. Ik was sinds mijn jeugd niet meer op Schiermonnikoog geweest. Naast Vlieland, wat mijn favoriete eiland was, had Schiermonnikoog ook een speciale plek in mijn herinnering. Op beide eilanden had ik in mijn jeugd iedere zomer de meest fantastische paardrijdtochten gemaakt.

Treintje, Mark en hun dochttertje Medi arriveerden de volgende dag. Dit was bewust gepland, zodat Elimor en Katrien, die dol waren op elkaar, zoveel mogelijk tijd samen konden doorbrengen. Elsbeth en Patrick arriveerden op de verjaardag zelf. Ik stond op tijd op, om negen uur bij de bakker een grote verjaardagstaart te kunnen kopen. Toen ik mijn bestelling doorgaf, antwoordde het meisje dat me hielp, dat dit niet ging omdat ik hem niet van te voren besteld had. Ik merkte dat ik onmiddellijk de verdediging insprong waarna ze mij verbaasd aankeek en zei dat dit geen probleem hoefde te zijn, als ik bereid was om over een uur terug te komen. Ik kon alleen maar ja knikken en liep snel de winkel uit. Wat was er met mij aan de hand. Wat had Israël met mij gedaan waardoor ik onmiddellijk in de verdediging sprong. Ik kwam erachter dat ik mijn spontaniteit aan het verliezen was, door de Russische samenleving waar ik in Arad dagelijks mee te maken had. Als je daar iemand groette werd je onmiddellijk achterdochtig aangekeken omdat ze door hun communistische verleden niemand vertrouwden. Nu ik in Nederland terug was, kwam het duidelijk aan de oppervlakte. Dit was een ontwikkeling die ik absoluut niet wilde en waar ik me met hand en tand tegen wilde verzetten.

Een uur later ging ik voor de tweede keer naar de bakker en kwam thuis met een prachtige grote verjaardagstaart. De gasten waaronder Elsbeth en Patrick, mijn halfbroer Jan en een oom en tante arriveerden een uurtje later met de ochtendboot. Het was schitterend weer dus konden we lekker buiten zitten. Ik had in de afgelopen jaren weinig contact gehad met mijn broer. Hij leed aan epilepsie tengevolge van een verwaarloosde hersenvliesontsteking uit zijn jeugd. Dit had ook tot gevolg gehad, dat hij in zijn emotionele ontwikkeling was blijven steken. Deze was te vergelijken met een zestienjarige. Hij ging helemaal op in zijn eigen leven. Dit maakte het soms moeilijk om contact te leggen, omdat hij nauwelijks of geen interesse toonde in iemand anders zijn leven. Voor de buitenwereld leed hij een heel eenzaam bestaan. Ondanks dit, maakte hij over het algemeen een vrij gelukkige indruk, waarin zijn huis en tuin centraal stonden. Toen we nog in Nederland woonden kwam hij regelmatig een weekendje logeren. Hij was gek op Sacha, onze hond, waarmee hij uren kon wandelen. Ook vroeg ik hem werkjes in de tuin te doen waar hij altijd voor te vinden was. De reden dat hij nog nooit bij ons in Israël was geweest, had te maken met het feit dat ik er tegen op zag hem twee of drie weken om mij heen te hebben. Ik vertrouwde het ook niet hem met een reis binnen Israël mee te laten gaan, daar hij op de gekste momenten een aanval kon krijgen waar je flink van kon schrikken als je hier niet van op de hoogte was.

's Middags raakte ik ongewild in een verhitte discussie verwickeld met de oom, een gepensioneerd huisarts van de oude stempel. Het gesprek ging over kanker en toen ik op een gegeven moment enthousiast vertelde over verschillende alternatieve kankerbehandelingen, schoot dit in zijn verkeerde keelgat en briepte hij dat de enige manier om kanker te bestrijden een chemokuur met bestralingen was. Toen ik hem vroeg hoe het dan kon dat deze alternatieve behandelmethodes goede resultaten bereikten, was zijn weerwoord "Dan was het geen kanker" Tegen deze dooddoener was niet op te boksen. Waarna ik nog een laatste opmerking naar mijn hoofd geslingerd kreeg die neerkwam op het feit, dat ik maar beter in Israël kon blijven met mijn nonsens. Ik ging hier verder niet op in en besloot naar binnen te gaan om de lunch te gaan klaarmaken.

De daarop volgende dagen brachten we veel tijd aan het strand door. We maakten lange fietstochten en nog een leuke huifkartocht met zijn allen, die langs plekje ging waar je met de fiets niet kon komen.

Na een week zat ons verblijf op Schiermonnikoog er weer op. Treintje, Mark en Medi waren de dag daarvoor al vertrokken. Met zijn allen maakten we het huisje vlug schoon waarna we door de taxi werden opgehaald die ons bij de boot afzette.

Elimor en ik bleven nog een paar dagen bij mijn moeder in Baarn. Ik genoot iedere dag weer opnieuw van de Nederlandse samenleving, die zo'n stuk meer ontspannen was dan de Israëlische. Moest je hier naar een bank, dan wist je dat je over het algemeen binnen vijf minuten geholpen was. In Israël met al zijn bureaucratie duurde dit al gauw een half uur tot drie kwartier. Hier groetten mensen elkaar, iets wat je in Israël niet tegenkwam of je moest elkaar echt kennen.

Tien augustus vertrokken we naar Zuid Limburg. Ik bracht Elimor bij haar beste vriendin, waar ze aantal dagen zou logeren om daarna samen een week naar een Survival kamp te gaan. In deze periode ging ik naar Kanne waar Marijke en Willem, haar partner, woonden. We zouden de volgende morgen om 6 uur richting Noord Frankrijk gaan, om de zonsverduistering zo goed mogelijk te kunnen aanschouwen. Eva, een zus van Marijke bleek ook mee te gaan. We vertrokken mooi op tijd, omdat er voorspeld was dat er wel eens vele files zouden kunnen ontstaan. Dit viel echter reuze mee, met als gevolg dat reeds om 8 uur in de omgeving van Reims waren. Het was zwaar bewolkt, wat niet veel goeds betekende. We vonden een dorpscafé waar we ons ontbijt bestelden. Om half 10 zaten we weer in de auto, om naar een locatie te rijden die Willem had enkele weken daarvoor had uitgezocht. Deze viel ons wat tegen. We hadden nog volop tijd voordat het spektakel zou beginnen. Het verkeer begon

ondertussen ook flink op gang te komen en tegen de zin van Willem in, besloten wij, dames, een zandpad op te rijden, waar we reeds meerdere auto's in hadden zien gaan. Hier kon hij natuurlijk niet tegenop en vonden we tien minuten later de perfecte plek. Heel af en toe brak er een stukje blauwe lucht door en ving we zo nu en dan even een glimp van de zon op, die steeds verder bedekt werd door de maan. Rond kwart voor twaalf zou de verduistering totaal zijn. Vijf minuten voor dit tijdstip brak de hemel compleet open en konden we het schouwspel op de voet volgen. Het werd steeds donkerder en koeler. Het was adembenemend. Op het moment dat de corona, de lichtvlammen rond de verduisterde zon, verscheen begon iedereen luid te juichen. Dit schouwspel duurde een kleine twee minuten en plots was er weer normaal licht. Dit ging veel sneller dan we gedacht hadden.

De terugweg was een ander verhaal. Over dezelfde afstand waar we die morgen een kleine twee uur hadden gedaan, reden we 's middags ruim acht uur. Alle honderdduizenden mensen die op pad waren gegaan moesten ook weer terug naar huis. Hier waren de wegen niet op berekend. Dacht je slim te zijn, zoals wij, door een sluiproute te kiezen dan kwam je bedrogen uit omdat alle brede en smalle wegen verstopt waren. Er zat niets anders op dan mee te gaan in de file van ongeveer honderd kilometer. Niet ver van Kanne kwamen we door een prachtig klein stadje, vol restaurants. Onze eetlust was er in de afgelopen uren niet op achteruit gegaan, dus besloten we een stop te maken. Voldaan met een goed gevulde maag lagen we die avond om tien uur al te slapen.

Marijke en ik had de komende tien dagen veel schrijfwerk te doen. Ik was al geruime tijd bezig een programma samen te stellen wat er op gericht was, zieke werknemers weer aan het werk te krijgen. De naam van het project was "*Gebruik je afweersysteem tegen en bij ziekte*". Omdat ik in deze vakantie merkte, dat ik toch graag regelmatig in Nederland wilde zijn, was mijn plan workshops in Nederland te creëren voor verschillende doelgroepen waaronder zieke werknemers en AIDS patiënten. Vier apparaten, waaronder een zapper, een colloïdale zilvermaker, een ozonmaker en een pulser voor de activering van de lymfeknopen, ontwikkeld de Amerikaanse wetenschapper Robert Beck, speelden hierin een belangrijke rol.¹³ Deze hadden de taak om het afweersysteem weer terug in balans te brengen, waardoor de helende capaciteit van het lichaam opnieuw geactiveerd zou worden. Ik had reeds een aantal van deze apparaten besteld in Amerika en verwachtte dat deze begin september in Israël afgeleverd zou gaan worden. Marijke vond het leuk idee en besloot mee te helpen, een goede folder te produceren. Twee volle dagen waren we hiermee bezig. Telkens als we dachten dat de tekst goed was kwamen we opnieuw zinnen tegen die nog beter geformuleerd konden worden. Het weekend brak aan waarin we Elimor en haar vriendin weg moesten brengen naar het survivalskamp. De beide dames waren er helemaal klaar voor en hadden daar binnen de kortste keren contact met andere kinderen. Wij ouders waren niet langer welkom, dus er restte ons niets anders dan te vertrekken.

Zondagmiddag hadden Marijke en ik een afspraak bij Jeanine Rompen. Ik had haar voor het laatst gezien tijdens ons bezoek aan Moeder Meera. Ik vond het ontzettend leuk haar weer te zien. Ze had in deze afgelopen jaren een gigantische spirituele groei doorgemaakt waardoor haar unieke capaciteiten nog meer versterkt waren. Ze kon je als het ware lezen en door bepaalde hints te geven, kwam je vaak ineens tot hele nieuwe inzichten die tot dan toe verborgen waren gebleven. Zij was degene die me in 1993 reeds voorspeld had, dat ik een boek over mijn werk zou gaan schrijven en door mijn werk steeds meer op de voorgrond zou gaan treden. In die tijd verschool ik mij achter mijzelf en anderen en alleen het idee al, dat ik zoiets zou gaan doen, gaf me de zenuwen.

Het werd een waardevolle avond. En wat voor impact hij zou hebben, zou een paar uur later blijken. We vertrokken om een uur of elf terug naar Kanne. Na nog een laatste kopje thee te hebben gedronken, doken we ons bed in. Vanaf het moment dat mijn hoofd het kussen raakte, werd ik meegenomen naar een andere wereld waar mijn hele leven, glashelder als in een film,

aan mij voorbijging. Met name de momenten waar ik mijzelf had opgeofferd aan mijn partners, werden grondig uitgespit. De eerste belangrijke gebeurtenis was geweest toen ik op mijn negentiende jaar een uitnodiging, om als model naar Tokio te gaan, afsloeg omdat mijn toenmalige vriendje het niet een leuk idee vond dat zijn vriendin aan de andere eind van de wereld zou zitten. Ik besloot voor hem te kiezen met de belofte aan mijzelf, dat ik Tokio ooit op een andere manier zou gaan bezoeken. Niet lang daarna was deze relatie voorbij.

Een paar jaar later kreeg ik het aanbod om als leerling in een bekend modehuis in Parijs aan de slag te gaan. Ik werkte in die tijd als kostuumontwerpster voor een multimediatgroep, die grootschalige operaproducties produceerde, geleid door mijn toenmalige vriend. Hij begon mij emotioneel dusdanig te bewerken, dat ik het gevoel kreeg hem en de hele theatergroep in de steek te laten als ik dit aanbod aan zou nemen. Weer sloeg ik het aanbod af en koos voor de man in mijn leven in plaats van voor mijzelf. Dit had tot gevolg dat ik het contact met mijzelf meer en meer kwijtraakte en mijn tumor zich begon te ontwikkelen.

Volgens de film zou ik op korte termijn een nieuwe laatste herkansing krijgen, waarbij ik opnieuw op de proef zou worden gesteld. Dit keer zou het echter noodzakelijk zijn om voor mijzelf te kiezen anders ging het mis en zou ik er fysiek wel eens aan ten onder kunnen gaan. Ook werd me duidelijk getoond, dat het leven in Israël steeds gevaarlijker zou worden. Er zou een ramp op komst zijn, waarbij vele mensen de dood zouden vinden. Dit was een gegeven dat ik later ook in de Bijbelcode zou lezen. Hierin wordt namelijk verteld dat er voor 2006 een atoombom tot ontploffing gebracht gaat worden door terroristische groeperingen, waarbij 80% van de Israëliëse bevolking zal omkomen. De atoomwapens zouden zijn gekocht op de Russische zwarte markt.

Ik was verbaasd toen ik merkte dat de ochtend was aangebroken en het tijd was om op te staan. Ik had voor mijn gevoel de hele nacht in trance doorgebracht en niet geslapen. Ik voelde mij echter totaal uitgerust. Aan het ontbijt vertelde ik Marijke wat ik allemaal had beleefd in de afgelopen nacht en merkte ik dat het me zeer emotioneerde. Ik probeerde te bedenken wat deze herkansing zou kunnen inhouden en of hij duidelijk genoeg te herkennen zou zijn.

Twintig augustus vertrok Marijke samen met haar broer naar Galway in Ierland, voor de Vortex Intensive. Ze had sinds ik haar een paar jaar geleden voor het eerst met Vortex had behandeld, helemaal de smaak te pakken en begin dit jaar een basistraining in Nederland georganiseerd om er zelf aan mee te kunnen doen. Enkele maanden daarna was ze voor de vortextraing voor gevorderden naar Glasbury gereisd en nu dus naar Ierland. Op het station in Maastricht namen we afscheid en beloofde ik haar op de hoogte te houden. Ikzelf nam de trein terug naar Baarn. De volgende dag haalde ik Elimor op, die een fantastische week in het survival kamp achter de rug had.

Marijke had me voor ze vertrok nog verteld dat Donna een “Flower of Life” bijeenkomst op de tweeëntwintig augustus had georganiseerd, in een kapelletje te Naarden. Deze was voor iedereen toegankelijk, die de “Flower of Life” training had gedaan, dus ook voor mij. Naarden lag vlakbij Baarn en Donna had ik sinds ze bij ons in de kibboets was geweest, niet meer gezien. Dus redenen genoeg om er naartoe te gaan. Het begon om een uur of elf. Er waren ruim zestig mensen aanwezig. Na een introductierondje waarbij iedereen zichzelf voorstelde en iets in het kort over zijn leven vertelde, deden we gezamenlijk de merkabah meditatie. Ik had iets in het kort over Vortexhealing verteld wat bij velen de nodige nieuwsgierigheid had opgewekt waardoor ik binnen de kortste keren leuke contacten had gelegd. Een van de ontmoetingen was met Dick, een zeer sympathieke figuur uit Amsterdam. Hij zou de week daarna naar Engeland gaan voor de basistraining en was heel benieuwd wat mijn persoonlijke ervaringen met Vortexhealing waren.

Rond vijf uur sloten we af en reed ik voldaan terug naar Baarn.

De laatste week in Nederland brak aan. Ik merkte dat ik steeds onrustiger begon te worden naarmate de vertrekdatum dichterbij kwam. Elimor en ik gingen nog een dagje naar Amsterdam om wat laatste inkopen te doen. Twee dagen voor ons vertrek togen we samen met mijn moeder naar Vierlingsbeek in Noord Limburg waar het bruiloftsfeest van Treintje en Mark gegeven zou worden. Het vond plaats op een campingterrein, wat toebehoorde aan een goede vriend van hun. Zij hadden een aantal jaren daarvoor een oude woonwagen opgekocht die ze helemaal in originele staat hadden teruggebracht. Deze had op dit campingterrein zijn vaste verblijfplaats gevonden.

Wat de meeste mensen die uitgenodigd waren niet wisten, was dat Treintje en Mark reeds officieel waren getrouwd vlak voor de geboorte van Medi. Hun oorspronkelijke plan was om enkele maanden later een groot feest te geven. Dit viel in het water vanwege allerlei complicaties tijdens de bevalling.

Het weer zat ongelofelijk mee. Het was zelfs heet waardoor het campingweer bij uitstek was. Het hele feest stond in het teken van de woonwagen, wat een echte zigeunerachtige atmosfeer creëerde. Nadat iedereen zijn tent had opgezet, waren er voor groot en klein festiviteiten georganiseerd, gevolgd door een reusachtige barbecue met allerlei lekkere hapjes. Voor mij persoonlijk was het ook een soort reünie, daar ik allerlei jeugdvrienden terugzag, ondertussen getrouwd en wel. De avond vloog voorbij en voordat ik het in de gaten had was het na tweeën en moesten we in het donker onze tent opsporen. Rond een uur of zeven werden we gewekt door de vele honden die waren meegekomen.. Luid blaffend waren ze met zijn allen aan het ravotten rondom onze tenten. Na het ontbijt om een uur of twaalf nam iedereen afscheid van elkaar en reden we terug naar Baarn. Omdat we de volgende dag vroeg moesten vertrekken, benutten we rest van de dag met inpakken om op tijd naar bed te kunnen gaan. De taxi haalde ons om half acht op en bracht ons naar het station waarna we met de trein terug naar Schiphol reisden. Op Schiphol aangekomen ontdekte ik ineens, dat we in plaats van een botte Israëlische beveiligbeambte, een Nederlands douanier hadden die ons de vragen zou gaan stellen. Ik was aangenaam verrast. Pas nadat hij Elimor vroeg waar we naartoe reisden en zij antwoordde “naar Israël, terug naar mijn vader” kwamen we er achter dat we de hele tijd in de verkeerde rij hadden staan wachten, namelijk voor Griekenland en niet voor Israël. De douanier had met ons te doen en besloot ons te helpen. Hij nam ons mee naar een kantoortje waar we even moesten wachten. Even later kwam hij terug met een Israëlische beveiligbeambte die ons ter plekke een aantal vragen stelde waarna we alsnog door de paspoortcontrole mochten. Ik was in staat om de Nederlandse douanier om de hals te vliegen zo blij was ik. Ik had er niet aan moeten denken weer opnieuw aan te moeten sluiten in de rij voor Israël.

Op Ben Goerion Airport ging het helemaal mis. Toen we op de bagage stonden te wachten, raakte ik Elimor kwijt. Ik was blijkbaar zo gespannen terug te zijn in Israël, wat maakte dat ik volledig in paniek raakte. Na een half uur bleek ze gewoon op de plek te hebben gestaan waar we hadden afgesproken maar om een of andere reden hadden we elkaar over het hoofd gezien. Even later omhelsden we Yaakov die al geruime tijd op ons had staan wachten. Hij was al wat ongerust aan het worden omdat het zolang duurde voor we naar buiten kwamen, terwijl de vlucht al lang geland was. Toen we bij onze auto aankwamen kwam er plotseling een vrouw op me afrennen, die mij vroeg of ik mijn handtas kwijt was omdat ik die volgens haar bij de lopende band van de bagage was vergeten. Ik onderzocht vlug onze bagage en kwam er tot mijn grote schrik achter dat ik inderdaad mijn handtas er niet bij had zitten. Ik begon te trillen als een riet, omdat alle bagage die onbeheerd ergens achterblijft in Israël, wel eens een bom zou kunnen bevatten en daarom onmiddellijk wordt vernietigd. En deze handtas had ik mijn Nederlandse paspoort en rijbewijs, plus twee duizend gulden aan contant geld waarmee ik de invoerbelasting voor de apparatuur uit Amerika moest betalen. Yaakov en ik liepen direct terug naar de uitgang van de bagagehal, maar als je eenmaal de bagagehal uit bent, probeer er

dan nog maar eens in terug te komen. Ik werd alleen in een kamertje gezet waar verschillende mensen om beurten vragen aan mij begonnen te stellen. Na anderhalf uur werd het sein gegeven dat er inderdaad een tas was ontdekt die aan mijn beschrijving voldeed, waarna ik eindelijk toestemming kreeg hem op te halen. Totaal uitgeput liep ik terug naar het restaurant waar Yaakov en Elimor al die tijd op me hadden zitten wachten.

In de auto terug naar huis vertelde Yaakov mij dat de apparatuur in Israël was aangekomen en stond opgeslagen in een opslagplaats van de douane. Het pakket was geadresseerd aan mij en zou daarom ook alleen door mij kunnen worden ingeklaard. Tsila was bereid de volgende morgen met mij naar de opslagplaats te gaan om als tolk te fungeren. Ik op mijn beurt vertelde Yaakov over al mijn belevenissen en over mijn plannen workshops in Nederland te gaan geven. Ook vertelde ik hem dat ik waarschijnlijk nog uiterlijk een jaar in Israël zou willen blijven, omdat ik de mentaliteit van Israël steeds moeilijker begon te vinden. Hij schrok hiervan en antwoordde dat hij hoopte dat ik de energie had om het nog twee jaar vol te houden. Dit had te maken met het feit dat ik als nieuwkomer vele voordelen had ontvangen die over twee jaar omgezet zouden kunnen worden in geld. Zo hadden we belastingvrij een nieuwe auto kunnen kopen en een speciale hypotheek voor ons huis ontvangen. Mocht ik voortijdig Israël verlaten, dan zou er alsnog belasting over de auto betaald moeten worden en werd de hypotheek duurder.

De volgende morgen vertrok ik met de auto naar Tel Aviv nadat ik Elimor op school had afgezet. Dit was geloof ik het eerste jaar dat er geen stakingen op de scholen waren aan het begin van het nieuwe schooljaar. September was altijd een vreemde maand. De scholen begonnen net of je had na een paar weken alweer de eerste vakanties, namelijk het Israëliëse Nieuwjaar, Yom Kipoer en Soekkot, het loofhuttenfeest.

Tsila woonde in Givatayim, een voorstad van Tel Aviv. Dit was de eerste keer dat ik er alleen naar toe reed en ik was verbaasd over hoe snel en eenvoudig ik er naar toereed omdat de meeste Israëliëse steden net doolhoven zijn, die geen enkele logica bevatten.

Na een lekkere kop thee reden we met mijn auto naar de opslagplaats van de douane in het hart van Tel Aviv. Ik was echt blij dat Tsila met mij mee was gekomen, omdat dit soort instanties altijd een bolwerk van bureaucratie zijn waar ik niet goed raad mee weet. We moesten een nummer trekken en wachten. We snapten er niets van, omdat we praktisch de enige klanten waren. Na een half uur wachten keek de vrouw achter de balie eindelijk op en riep ons, bekeek de papieren en antwoordde dat zij niets voor ons kon doen. We moesten bij haar buurvrouw zijn, die net was vertrokken voor haar lunchpauze. Weer gingen we zitten en na weer een uur gewacht te hebben, kwam deze ver van sympathieke persoon terug die ons in het kort mededeelde dat ik de spullen niet kon uitklaren omdat ik geen vergunning had om in Israël een bedrijf te starten. Het feit dat ik een eigen praktijk had, mocht niet baten, de spullen zouden worden teruggestuurd naar Amerika. Ik wist niet wat ik hoorde en was te perplexed om nog een woord uit te brengen. Tsila was woedend. Ze schaamde zich op dit moment voor haar eigen land. Voor mij was dit de laatste druppel. Ik had het helemaal gehad met Israël. Tsila was de eerste persoon aan wie ik vertelde dat ik op korte termijn terug wilde naar Nederland. Ze kon het goed begrijpen en was het liefst met mij meegegaan.

Die avond reed ik terug naar Arad. Onderweg was ik het gesprek met Yaakov aan het voorbereiden waarin ik hem zou meedelen dat ik niet langer in zijn land wilde blijven. Het was belangrijk dat hij zou begrijpen dat mijn beslissing niets met hem te maken had, maar puur een stap om zelf te kunnen overleven. Ineens realiseerde ik mij dat dit de laatste herkansing was, waarover ik gedroomd had tijdens mijn verblijf in Kanne.

Thuisgekomen viel ik met de deur in huis en gooide het nieuws eruit. Ik vertelde dat ik binnen twee weken een paar weken terug naar Nederland wilde, om een huis te zoeken. Israël was niet langer de plek waar ik wilde wonen en waar ik mijn dochter op wilde laten groeien. Yaakov leek in eerste instantie heel rustig en luisterde zonder mij op andere gedachten te

willen brengen. Ik belde die avond nog met Amerika om te vertellen dat de apparatuur naar Nederland verzonden moest gaan worden omdat ik het Israël niet binnen kreeg. De volgende morgen kreeg ik het gevoel dat Yaakov me niet geheel serieus had genomen, waardoor ik gedwongen werd het nog duidelijker te verwoorden. Nu begon het langzaam tot hem door te dringen, dat ik het serieus meende. Hij vroeg me alleen te gaan omdat hij en Elimor er voorlopig nog niet aan toe waren. Het huis in Arad moest worden verkocht, naast alle andere zaken die geregeld moesten worden voor zo'n ommezwaai. Dit was echter voor mij onacceptabel. Yaakov zou alles beter en sneller kunnen regelen wanneer hij alleen zou zijn. Zodra ik een huis in Nederland had gevonden, ging Elimor mee.

Binnen twee weken na mijn aankomst in Israël, zat ik weer in het vliegtuig terug naar Amsterdam. Iedereen was verbaasd mij weer zo snel te zien en al gauw werd het duidelijk dat mijn plan om terug te keren naar Nederland van bovenaf geregisseerd werd daar alles wat er nodig is bij zo'n terugkeer, werd gematerialiseerd en vorm kreeg zonder dat ik er veel voor hoefde te doen. Mijn moeder lag in het ziekenhuis waar ze net een nieuwe knie had gekregen. Ze was begin dat jaar geopereerd aan borstkanker en had nog maar net alle 36 bestralingen afgerond. Voor haar was het ook een hele verrassing te horen dat ik weer terug naar Nederland wilde en wel naar Baarn om voorlopig dicht bij haar in de buurt te zijn.

Toen Joyce, haar buurvrouw en tevens een van haar beste vriendinnen, hoorde dat ik op zoek was naar woonruimte kwam ze naar mij toe en zei dat ze misschien wel een oplossing voor me wist. Ze wees op een grote villa, pal achter het gebouw waarin mijn moeder woonde. Hier woonde een oudere dame die sedert een jaar weduwe was. Het huis was veel te groot voor haar alleen waardoor de bovenetage helemaal leeg stond. Ze had één getrouwde zoon en die was goed bevriend met de dochter van Joyce. Joyce besloot er onmiddellijk werk van te maken en nog dezelfde avond kreeg ik te horen dat ik de volgende dag bij mevrouw Aans, de dame in kwestie, verwacht werd.

De volgende morgen liep ik er met lood in mijn schoenen naar toe. Dit was te mooi om waar te zijn. Ik belde aan en een dame met witgrijs haar opende de deur. Ze was minstens zo zenuwachtig als ik, waardoor ze een beetje verward overkwam. Ze nam me gelijk mee naar boven om te laten zien welke drie kamers ze beschikbaar had. Ze verontschuldigde zich voor het feit dat er maar één toilet in het hele huis was en dat we die helaas zouden moeten delen. De etage zelf had een eigen douche en een piepklein keukentje zonder ramen. Voor mij waren dit onbelangrijke details, omdat ik voorlopig toch veel bij mijn moeder zou gaan koken. Toen ik alles had gezien vroeg ze mij nota bene wat ik zou willen betalen aan huur. Deze vrouw was zo kwetsbaar en tegelijkertijd zo blij weer iemand in haar huis te krijgen dat ze het me bijna voor niets wilde aanbieden. Om hier geen misbruik van te maken noemde ik een bedrag wat ik redelijk achtte, wat ze na enig tegensputteren accepteerde. Het feit dat ik waarschijnlijk ook nog met twee poezen en een hond zou komen was geen enkel probleem, want ze was gek op dieren.

Ik kon nog geen vaste datum afspreken, wanneer we precies bij haar zouden intrekken omdat de meubels, die ik graag mee wilde nemen uit Israël, eerst per boot naar Nederland zouden moeten worden gebracht. Helemaal uitgelaten reed ik een uur later naar het ziekenhuis om mijn moeder in te lichten. Ze wist niet wat ze hoorde. Zij mocht twee dagen later weer naar huis. Ik bleef nog een week om haar zo goed en zo kwaad met alles te kunnen helpen, waarna mensen van de Thuiszorg zouden komen om het nog voor enkele weken over te nemen. Ze kreeg een hele waslijst mee, waarop vermeld stond wat ze wel en niet in de komende weken met haar knie zou mogen doen.

De dag voor haar thuiskomst besloot ik te gebruiken om enkele meubels te bestellen die we nodig zouden hebben in ons nieuwe huis. Elimor en ik hadden beiden een nieuw bed nodig. En voor in de woonkamer besloot ik een slaapbank te kopen, waar eventuele gasten op zouden kunnen slapen.

Toen ik 's middags thuis kwam bleek de apparatuur uit Amerika te zijn aangekomen bij de bureaus. De rekening voor de BTW zat er bij gewoon bij ingesloten. Zo kon het dus ook. Oh, wat had ik een hekel aan die Israëliische bureaucratie en wat was ik blij weer in Nederland terug te komen. Ik voelde me als een vis in het water.

Nu ik de apparatuur had en een nieuw adres van waaruit ik zou kunnen gaan werken, besloot ik mij onmiddellijk in te schrijven bij de Kamer van Koophandel en de Belastingdienst. Als bedrijfsvorm koos ik een stichting onder de naam "Abbael 2012". Abbael had volgens de wetten van de numerologie een gunstige energie en was een naam waar we reeds geruime tijd mee speelden. 2012 had een magische kracht voor mij omdat dit volgens de Maya kalender het jaar zal zijn, waarin we overgaan naar een nieuw zonnetijdperk. In de "Flower of Life" workshops wordt hier uitgebreid aandacht aan besteedt.

In de statuten van de stichting stond zowel mijn praktijk vermeld als wel de workshops die ik van plan was te geven in binnen- en buitenland. De reden dat ik voor een stichting koos was om eventuele giften te kunnen ontvangen voor derde wereldlanden, waarvoor ik ook een programma had ontwikkeld.

Nu terugkijkend moet ik toegeven dat ik zeer idealistisch bezig was, maar het was het begin van een hele nieuwe richting waaraan ik mij geheel overgaf.

Eind september vloog ik terug naar Israël en brak er een hectische tijd aan om alles geregeld te krijgen en afscheid van iedereen te nemen. Onze vlucht naar Nederland was geboekt op drie november. De meubels die meedingen moesten in een container en per schip weer terug naar Nederland. Pipo, Isis en Minoes moesten worden ingeënt, om de benodigde reisdocumenten te krijgen.

Vijftien oktober arriveerde Drunvalo Melchizedek in Israël, om een vervolg workshop te geven aan degenen die bij Yaakov "de Flower of life"workshop hadden gedaan . Yaakov haalde hem af van het vliegveld, maar was te gespannen vanwege ons aanstaande vertrek, om zelf met de workshop mee te doen. Drunvalo had hier alle begrip voor en nodigde hem uit de laatste dag langs te komen, om samen te lunchen. Dit was een dag dat we met zijn allen naar Tel Aviv zouden gaan, met als gevolg dat ik totaal onverwachts de kans kreeg Drunvalo zelf te ontmoeten. Toen we aankwamen bij het landhuis waar de cursus gegeven werd, bleek de lunchpauze net begonnen te zijn. Ik ontdekte vrij veel mensen die ik kende van de vortexcursussen en greep deze kans aan om van iedereen afscheid te nemen. Yaakov en Elimor waren doorgelopen naar de cursusruimte waar Drunvalo nog met enkele personen in gesprek was. Na een minuut of tien volgde ik hun en trof Drunvalo op zijn knieën aan, druk in gesprek met Elimor. Toen hij mij zag, stond hij op en zei dat het niet moeilijk te raden was wie ik was, afgaande op Elimor's uiterlijk. Tijdens de lunch raakten we in een diep gesprek verwickeld over kanker en het afweersysteem en de dingen die hij me aanreikte raakten mij diep. Deze persoon was één en al liefde en de eerste in mijn leven die mijn hartchakra opende om mij te laten voelen wat onvoorwaardelijke liefde inhoudt. Ik had in de afgelopen jaren veel over Drunvalo gehoord en een eigen beeld over hem gevormd. Nu tijdens deze ontmoeting, werd het mij duidelijk dat ik één van de meest bijzondere mensen op aarde voor me had. Het kostte me moeite om afscheid van hem te nemen. Iemand met zo'n pure energie ontmoet je maar zelden.

De volgende morgen kregen we onverwachts telefoon van het reisbureau met de mededeling dat de vlucht die we geboekt hadden geen dieren mee kon nemen. We moesten kiezen of we een week eerder of een week later zouden willen vertrekken, omdat die vluchten wel uitgerust waren voor het vervoer van huisdieren. Ik besloot onmiddellijk om dan maar een week eerder te vertrekken, omdat in feite alles al klaar was voor ons vertrek. Het enigste wat er gebeuren moest was dat de dierenarts eerder moest komen om de resterende vaccinaties te geven die nodig waren om de dieren zonder problemen Nederland in te kunnen krijgen. Het was net of

Minoes, Elimor haar poes het aanvoelde. Meestal ging ze geheel haar eigen weg, maar die ochtend bleef ze mijn aanwezigheid zoeken alsof ze me iets te zeggen had. 's Middags kwam ons buurmeisje plotseling gillend binnen rennen, met het nieuws dat Minoes enkele minuten daarvoor onder een auto was gekomen. Ik vloog de straat op en daar lag ze. Ik nam haar heel voorzichtig op, waarna ze kort daarna haar laatste adem uitblies. Ik was diep geroerd want nu begreep ik haar boodschap. Zij had niet met ons meegewild.

Enkele dagen voor ons vertrek wist ik Yaakov over te halen om met mij naar Tel Aviv te rijden, waar Ric enkele vortexcursussen aan het geven was. Hij logeerde bij Emanula Levin, samen met zijn vrouw Susan en zoontje Emanuel. Ik had Ric na Engeland natuurlijk niet meer gezien en wilde deze kans niet laten glippen om hem nog te bedanken voor wat hij voor me gedaan had. We waren iets te vroeg en besloten deze tijd te benutten om met z'n tweeën voorlopig voor het laatst, te gaan eten in ons favoriete visrestaurant bij de haven in Yaffo. Ruim anderhalf uur later reden we naar Emanuela's adres. We belden aan waarna de deur direct openging. Iedereen stond nog in de gang want ook zij waren net terug, na iets buiten de deur te hebben gegeten. Wat ik niet wist was dat Anthony Gorman ook met Ric mee naar Tel Aviv was gekomen. Anthony kwam uit Ierland en was degene bij wie Marijke al haar vortexcursussen had gedaan. Toen ik hem die avond ontmoette, overkwam mij hetzelfde gevoel als ik een aantal jaren daarvoor had gehad bij Menace, namelijk dat ik hem op een of andere manier leek te kennen. Een soort innerlijke blijdschap kwam in mij op, die ik niet kon verklaren.

Toen we goed en wel zaten en Ric me aandachtig had bestudeerd vroeg hij opeens: "Zou je er niet eens over nadenken om de bult bij je oor, nu dat hij niet langer actief is, weg te laten halen". Ik keek hem stomverbaasd aan. Hier had ik zelf nog helemaal niet over nagedacht. Het was door de jaren heen een deel van mij geworden. Ik beloofde hem er over na te denken. Als dank voor alles wat hij voor mij gedaan had, bood ik aan de organisatie van de Vortexhealing in Nederland op me te gaan nemen. Ik was er van overtuigd dat door de speciale aantrekkingskracht die van de Vortexhealing uitgaat, ik in staat moest zijn, groepen geïnteresseerden bij elkaar te krijgen. Het zou tevens een goede manier voor mijzelf zijn om nieuwe contacten te creëren in Nederland. Zowel Ric als Anthony waren enorm blij met dit aanbod. Vortexhealing was in Nederland nog totaal onbekend. Omdat Anthony degene zou zijn die de cursussen zou gaan geven, spraken we af dat ik hem zou bellen zodra ik in Nederland terug zou zijn. Hij noteerde op een papiertje, dat compleet vol stond met adressen en nummers, voor de zekerheid ook mijn telefoonnummer. Een paar uur later namen we afscheid en we waren nog maar nauwelijks de hoek om gereden of er werd gebeld. Het bleek Anthony te zijn, die vroeg of ik misschien per ongeluk het briefje met de adressen had meegenomen omdat dit zijn complete adressenboek was. Ik keek in mijn tas en ja hoor, zonder er erg in te hebben gehad, had ik het samen met mijn agenda weggestopt. We keerden de auto en reden terug naar Emanuela's huis waar Anthony ons reeds stond op te wachten. Hij omhelsde me en bedankte me nogmaals voor het aanbod en zei ervan overtuigd te zijn dat het ons zou lukken.

Vijfentwintig oktober werd Elimor tien jaar en kwamen familie en vrienden langs om afscheid te nemen. Het werd een emotionele dag waar vele tranen vloeiden. Yaakov werd steeds stiller en norser naarmate de dag verstreek. Het leek erop dat hij zich nu pas begon te realiseren dat we twee dagen later vertrokken zouden zijn. De volgende morgen werden we op Elimor haar school verwacht, waar de leerlingen van haar klas een heel afscheidsfeest hadden georganiseerd. Yaakov haakte na een half uur af omdat het hem, emotioneel, te veel werd. Ik bleef nog tot een uur of twaalf waarna ik Elimor twee uur later ophaalde, die ondertussen ook geheel in tranen was.

Die avond gingen we vroeg slapen omdat we rond een uur of drie zouden moeten opstaan om op tijd te kunnen vertrekken. Op advies van de dierenarts hadden zowel Pipo als Isis een kalmeringstabletje gekregen om ze voor te bereiden op de reis. Isis zou 's nachts reeds in haar reiskooi worden gestopt. Dit vergde een tactische inzet, omdat zij nog steeds niet opgepakt wenste te worden. Het pilletje werd vermalen en door haar eten gemengd. Dit mislukte compleet, ze weigerde te eten. Hierna besloot ik krachtiger te gaan optreden. Ik deed mijn leren jack en handschoenen aan, pakte haar op en duwde een pil achter in haar keel. Ze was woest en sloeg wild om haar heen. Maar de pil bleef binnen waarna ze langzaamaan rustiger werd. Alles verliep verder volgens plan en om vier uur waren we onderweg naar het vliegveld. Daar aangekomen dreigde er op het laatste moment nog van alles mis te gaan. Het reisbureau had ons toegezegd dat er een kooi voor Pipo op ons zou staan te wachten, die bij aankomst zoek bleek te zijn. Dit hield in dat Pipo niet mee zou mogen. Na een lange onderhandeling tussen Yaakov en een manager van het vliegveld kregen we eindelijk toestemming om haar te vervoeren in een kapotte kooi, waarmee iemand op de proppen kwam. Deze toestemming hadden we te danken aan het feit dat Pipo zich al die tijd heel rustig had gehouden en iedereen overtuigd had, een hele gemakkelijke hond te zijn.

Niet lang daarna namen we afscheid van Yaakov. We omhelsden elkaar waarbij geen van drieën iets wist te zeggen. Yaakov maakte zich als eerste los en liep snel zonder zelfs nog maar een keer om te kijken, terug naar de auto. Het was heel vreemd omdat dit de tweede keer was, in de ruim veertien jaar dat we samen waren, waarin we niet wisten wanneer we elkaar weer zouden zien.

Hulp uit onverwachtse hoek

Kwart over elf landde ons vliegtuig op Schiphol. Ik maakte me zorgen om Pipo en Isis die al die tijd opgesloten hadden gezeten in het laadruim. We haasten ons naar de bagage, die vrij snel naar buiten kwam. De dieren zaten hier echter niet bij. Die bleken naar een andere ruimte te worden gebracht. Na een half uur kwamen ze eindelijk naar buiten. Pipo wist van gekkigheid niet wat ze moest doen, toen ze ons terugzag, zo blij was ze. Isis zat nog steeds luid mauwend van protest, in haar kooi. Ik durfde deze niet open te maken, bang haar kwijt te raken. Met zijn allen liepen we naar de uitgang waar Treintje ons stond op te wachten. We reden gelijk door naar ons nieuwe huis om Isis uit haar benarde positie te kunnen bevrijden. Mevrouw Aans, onze hospita, verwelkomde ons met open armen. Ze wist dat onze meubels pas over enkele weken zouden arriveren. Dit had haar ertoe gebracht om de kamers voorlopig met wat van haar eigen spullen in te richten zodat we daar toch zouden kunnen overnachten indien we daar behoefte aan hadden. Voor Elimor en mijzelf lag er een klein cadeautje en voor de dieren een lekkernij. Het was gewoon aandoenlijk.

Isis inspecteerde direct het hele huis en had gauw in de gaten dat het hier nog niet zo slecht toeven was. In de tussentijd maakte ik mijn plannen bekend aan mevrouw Aans. Ik wilde de daarop volgende week gaan benutten, om de kamers een nieuw kleurtje te geven. In de tussentijd zouden we gewoon bij mijn moeder overnachten, die mijn hulp ook nog goed kon gebruiken. Zij had hier alle begrip voor ook al merkte ik dat ze licht teleurgesteld was. Het was duidelijk, dat ze na de dood van haar man moeite had met de eenzaamheid.

Na een uur gingen we met de rest van onze bagage naar mijn moeder, die al ongeduldig op ons zat te wachten. Ze mocht haar knie nog steeds niet volledig belasten en had hierdoor nog steeds recht op thuiszorg voor een aantal huishoudelijkheden.

Het was echt Hollands weer. Grauw en grijs met motregen. Ik was echter zo blij terug te zijn, dat dit de pret niet kon drukken. Ik nam Pipo mee naar het bos voor haar eerste Nederlandse wandeling. Ze was de shock van die ochtend nog niet geheel te boven en hobbelde achter mij

aan met de staart tussen de poten. Alles leek haar angst aan te jagen. Ik besloot haar 's avonds een uitgebreide vortexbehandeling te geven. Moe maar voldaan ploften we die avond in bed. De volgende morgen zag er een stuk florissanter uit. De zon scheen en Pipo voelde zich een stuk kwieker, wat te merken was aan het feit dat haar staart niet langer tussen haar poten zat toen ik haar weer mee het bos innam.

Ik belde de school, waar ik hoopte dat Elimor geplaatst zou kunnen worden, om een afspraak te maken. Een nichtje van mij, die ook in Baarn woonde, had deze aangeraden. Hij stond bekend als een van de besten al was het één en al kak. Na een eerste gesprek, werd er besloten dat ze een test moest doen, waaruit zou blijken wat haar capaciteiten waren. Ik stemde toe en we prikten een datum voor de week daarop.

Die avond, toen we net klaar waren met eten, ging plotseling de bel. Mijn moeder woonde in een appartementencomplex op de begane grond, waardoor ze ook een eigen voordeur met bel had. Toen ik deze voordeur echter opendeed en niemand aantrof realiseerde ik me dat er aangebeeld was bij de hoofdingang. Ik wist zo gauw niet hoe ik deze moest openen en besloot er snel naar toe te rennen. Iets in mij voelde dat er iets helemaal mis was. Ik opende de deur en trof twee politieagenten aan, die mij vroegen of ik familie van Jan Algra uit Nijmegen was. Toen ik dit met ja had beantwoord, vroegen ze of ze even mee naar binnen mochten komen. Met knikkende knieën liep ik voor ze uit. Eenmaal binnen deelden ze mee dat Jan die middag tijdens brand in eigen huis door verstikking om het leven was gekomen. Hij zou volgens de eerste onderzoeken een epileptische aanval hebben gekregen tijdens het koken, waarna iets was gaan smeulen. Het feit dat alle ramen potdicht hadden gezeten maakte dat er geen uitslaande brand was ontstaan, maar wel gigantisch veel rook. Ze vroegen of ik bereid was de volgende ochtend naar Nijmegen te komen om Jan te identificeren. Hij lag opgebaard in het Radboudziekenhuis.

Na er zeker van te zijn dat ze verder niets meer voor ons konden betekenen, vertrokken de beide agenten weer. Tot laat in de avond waren mijn moeder en ik bezig iedereen op de hoogte te stellen. Treintje beloofde de volgende ochtend rond een uur of acht in Baarn te zijn zodat we met z'n tweeën naar Nijmegen konden rijden. Het vreemde van alles was dat niemand echt verbaasd was over het ongeluk. De meesten hadden het min of meer zien aankomen.

Toen ik die avond in bed mijn meditatie deed, kreeg ik hele duidelijke beelden door, met betrekking tot Jan, waarin ik zag dat hij eindelijk vrij was. Hij was het grootste gedeelte van z'n leven een gevangene van zijn eigen lichaam geweest. Het ging de laatste tijd steeds slechter, het aantal epileptische aanvallen per week steeg meer en meer. Het was eigenlijk niet verantwoord meer om hem nog langer alleen te laten wonen. Zijn huis en tuin waren echter z'n leven. Als dit van hem zou worden weggenomen, zou er een intens zielig hoopje achterblijven in een lichaam zo sterk als een beer. Het leek erop dat zijn beschermengelen net op tijd hadden ingegrepen. Ze hadden hem op gehaald nu het nog kon.

Om kwart over acht reden Treintje en ik in de auto richting Nijmegen. Ik was 's ochtends vroeg opgestaan om Pipo nog uit te kunnen laten. Om half tien arriveerden we bij het ziekenhuis, waar we werden opgevangen door een hele aardige dame, die alle tijd voor ons nam. Geen van beiden hadden we eerder iemand moeten identificeren. Ze stelde ze ons gerust door te vertellen dat Jan er prachtig bij lag. Ze herinnerde ons aan het feit dat hij door verstikking en niet door vuur om het leven was gekomen. Toen we ons sterk genoeg achtten, liepen we achter haar aan naar de kamer waar Jan lag opgebaard. Hij was niet de eerste persoon die ik dood had gezien maar wel de eerste die er met een hele vredige glimlach bijlag. Het beeld wat ik de avond daarvoor had doorgekregen klopte, hij was eindelijk vrij.

Na een paar minuten nam de dame ons mee naar een andere ruimte om alle gegevens, die bij een overlijden komen kijken, door te kunnen nemen. Rouwkaarten moesten worden gekozen

etc.etc. Omdat we niet op al haar vragen konden antwoorden, spraken we af dat we haar 's avonds thuis nog zouden bellen.

Na het ziekenhuis brachten we een bezoek aan het politiebureau, waar we een gesprek hadden met de agenten die Jan hadden gevonden. Zij hadden dezelfde dag nog een aantal waardevolle goederen, zoals een schilderij en een antieke "Grand Fatherclock" uit het huis laten halen. Enkele kleine zaken kregen we in een plastic zakje aangereikt, waarin een portefeuille met bankpasjes en verschillende sleutels zaten.

Voordat we naar Jan zijn huis reden besloten we een hapje te gaan eten in het nabije winkelcentrum. Toen we een tafeltje hadden gevonden en besteld hadden wat we graag wilden eten, kregen we een ongelofelijke lachaanval die niet te stoppen was. Alle spanning van de afgelopen uren kwam naar buiten. We trokken ons niets aan van de verbaasde blikken om ons heen, die ons in eerste instantie alleen nog maar harder lieten lachen. Na een kwartier kwam er langzaam een eind aan en waren we in staat onze reeds koud geworden erwtensoeppot op te eten.

Weer enigszins verzadigd gingen we op weg naar onze volgende missie. Toen we bij het huis aankwamen, werden we door één van de burens opgevangen. Hij en zijn vrouw waren de laatste jaren een geweldige steun voor Jan geweest en ook degenen die als eersten de brand hadden opgemerkt. Ze waren nog helemaal van slag. Ze nodigden ons uit om eerst iets te komen drinken om daarna gezamenlijk mee te gaan naar het huis. We kregen een uitgebreid verslag van de laatste weken, waaruit bleek dat het verschillende keren helemaal mis was geweest. Zo had Jan op een dag een aanval in zijn tuin gekregen waarbij hij dwars door de heg was gevallen en half in een vijver van de burens terecht kwam met zijn hoofd onder water. Nog net op tijd hadden ze hem er uit kunnen trekken anders was het hier al verkeerd afgelopen.

We merkten dat het heel goed voor hun was om alles aan ons te vertellen. Dit maakte het op een bepaalde manier gemakkelijker voor hun om er mee om te gaan. Een uur later gingen we naar het huis. Het was een ravage. Alles in het hele huis was pikzwart door het roet. Op de keuken na, die geheel gesmolten was, leek de rest nog vrij intact. De politie had de verzekering reeds ingeschakeld, die een speciaal schoonmaakbedrijf hadden voor dit soort klussen. De verzekeringsmeneer kwam 's middags ook nog langs om alles met ons door te nemen. We kregen de opdracht de komende weken alles te sorteren wat we graag schoongemaakt wilden hebben. De rest zou in een container afgevoerd gaan worden. In Jan zijn slaapkamer kwam ik zes kleine houten vissersbootjes tegen die hij afgelopen zomer vol trots op Schiermonnikoog had gekocht om er een mobiel van te maken. Ze waren nauwelijks aangetast door de rook, waardoor ik besloot ze mee te nemen als aandenken aan een van de laatste momenten waarin ik hem gelukkig had meegemaakt.

Rond een uur of zes reden we doodmoe terug naar Baarn. Via de radio vernomen we dat er een tien kilometer lange file even verderop vrijwel geheel stilstond. Dit deed ons besluiten om van de snelweg af te gaan en een weg binnendoor te nemen. Het was pikkedonker met als gevolg dat we gigantisch verdwaalden op de Veluwe. Om half negen kwamen we eindelijk thuis.

De daarop volgende dagen waren we druk in de weer om alles voor de begrafenis geregeld te krijgen, die de woensdag daarop zou gaan plaatsvinden. We ontvingen veel hulp van het uitvaartcentrum wat we dankbaar accepteerden. Je staat er absoluut niet bij stil wat er allemaal bij een begrafenis komt kijken. Via via probeerden we adressen van familie en vrienden te verzamelen om iedereen op tijd een kaart te kunnen sturen. Bloemstukken moesten worden besteld, banken en verzekeringen moesten op de hoogte worden gebracht en ga zo maar door.

De dag voor de begrafenis moest Elimor naar school om een test af te leggen waarvan ik de uitslag enige dagen later kon verwachten. Ik was hier wel blij om, omdat ik hoopte dat dit haar aandacht even zou afleiden. Ik had door deze onverwachtse omstandigheden nauwelijks

tijd voor haar gehad. Hierdoor mistte ze haar Israëlische vrienden meer dan misschien anders het geval was geweest. De test duurde de hele ochtend, waarbij allerlei verschillende onderwerpen aan de orde kwamen. Elimor, die al die jaren tot de beste leerlingen van de klas had behoord, was een vechter. Ik was er van overtuigd dat ze deze uitdaging goed aan zou kunnen. Ze was opgetogen toen ik haar om twaalf uur van school haalde. Ze had in de pauze reeds een aantal kinderen van haar leeftijd ontmoet, dankzij de oudste kleindochter van mevrouw Aans, die ze in het afgelopen weekend voor het eerst had gezien. Als het aan haar had gelegen was ze het liefste nog diezelfde dag begonnen.

Het schilderwerk in mijn nieuwe huis werd natuurlijk even uitgesteld. Een paar keer per dag ging ik er even naartoe om Isis gezelschap te houden, die ons echt leek te missen. Mevrouw Aans liet haar 's avonds bij haar in de woonkamer, waarbij ze elkanders eenzaamheid iets verlichtten.

Mijn moeder leek ongewoon rustig deze dagen. Ze had nauwelijks gereageerd op het nieuws van Jan z'n overlijden. Jan was zeven jaar oud geweest toen mijn ouders elkaar ontmoetten. In de beginjaren van hun huwelijk moest Jan tot vier keer toe een hersenoperatie ondergaan, waarbij tevergeefs werd geprobeerd de schade te verhelpen die was ontstaan door een verwaarloosde hersenvliesontsteking op zijn vierde jaar. Het moet een zeer zware periode voor haar zijn geweest, waarin ze continu haar aandacht heeft moeten verdelen tussen mijn vader, Jan, mijn zusjes en mijzelf. Ze trad in de loop der jaren geregeld op als buffer tussen mijn vader en Jan. Mijn vader had namelijk moeite, Jan te accepteren zoals hij was, wat meer dan eens tot heftige ruzies leidde. Jan was daardoor zeer op haar gesteld geraakt. Toen mijn vader overleed en zij er na enige tijd zelf aan onderdoor dreigde te gaan, was het moment aangebroken dat ze niet langer de energie kon opbrengen die Jan nodig had, wat tot een zekere vervreemding leidde van haar kant. Toen ik haar erop aansprak, kwam ik erachter dat ze als een berg tegen de begrafenis op zag. Ze kampte met een schuldgevoel, dat was ontstaan door een zeker gevoel van opluchting, dat in haar was opgekomen na het nieuws dat Jan was overleden. Onbewust had ze zich, vooral in de laatste jaren, vele zorgen om hem gemaakt. Zij wist als geen ander, in wat voor hachelijke situaties Jan vaak terecht was gekomen door zijn epileptische aanvallen en nu was dat ineens allemaal voorbij.

Woensdagochtend reden we in verschillende auto's naar de begraafplaats in Harderwijk. Goede vrienden van mijn ouders, waar Jan zijn hele leven kind aan huis was geweest hadden hier een familiegraf. Het was een prachtige begraafplaats die veel rust uitstraalde. Toen zij hoorden dat er problemen dreigden te ontstaan omtrent een eventuele begrafenis of crematie, boden zij een stukje grond aan naast hun familiegraf.

Iedereen die er behoefte aan had, kreeg nog kans om afscheid te nemen van Jan. Zowel Elimor als mijn moeder besloten op het laatste nippertje nog even naar hem toe te gaan. Iedereen was verbaasd over de glimlach op zijn gezicht, wat het afscheid nemen een stuk eenvoudiger maakte. Nadat we Jan met z'n allen naar zijn laatste rustplaats hadden gebracht, gingen we naar hotel "Het Roode Koper" op de Veluwe voor een gezamenlijke lunch. En zoals zo vaak op begrafenis werd ook dit een soort reünie waarbij familieleden en vrienden elkaar ontmoetten, na soms vele vele jaren. Zo ontmoette ik bijvoorbeeld de ouders van Paul, een vroeger schoolvriendje. Zij vertelden mij dat hij ondertussen afgestudeerd was als neuroloog en werkzaam in een ziekenhuis bij mij in de buurt. Hij zou misschien iets voor mij kunnen doen, nu ik besloten had mijn tumor operatief te laten verwijderen. Dit was weer een teken dat ik op de goede weg zat.

Rond een uur of drie namen we afscheid van iedereen en reden terug naar Baarn. Ik was blij hoe het allemaal verlopen was. Het gaf een voldaan gevoel en ik was er van overtuigd dat ook Jan hier mee in z'n nopjes was.

Vrijdagochtend kreeg ik een telefoontje van de school waarin ze mij uitnodigden 's middags langs te komen. De uitslag die ik te horen kreeg was alles behalve hetgeen waarop ik had

gehoopt. In rekenen en algemene kennis blonk ze uit maar haar Nederlandse taal lag op het niveau van een achtjarige, waardoor het advies van de school was om haar een jaar te laten doubleren. Ik weigerde dit te accepteren omdat ik wist dat Elimor dan in een diep gat zou vallen. Zij presteerde het best onder spanning, dan creëerde je een doel voor haar waar ze op volle kracht naar toe zou werken. Het was geen wonder dat ze slecht in Nederlands was. Ze had al die jaren op een Israëlische school gezeten waar Israëliisch naast engels de enige talen waren. Na de argumenten van de school te hebben aangehoord, begreep ik ineens waarop ze hun advies baseerden. Het merendeel van hun leerlingen waren rijkelui'skinderen. Een aantal ouders lieten hun kinderen op een niveau hoger leren dan eigenlijk goed voor ze was, omdat dit voor de buitenwereld interessant overkwam. Het was de taak van de school deze kinderen te beschermen, zodat ze later niet alsnog te pletter zouden vallen. Ik daarentegen kende mijn dochter door en door en besloot alles in te zetten om de school van mijn gelijk te overtuigen. Na een uur ging ik naar huis met de toezegging dat Elimor die middag uitgebreid aan de orde zou komen tijdens de lerarenvergadering. Maandag zou er weer contact met me worden opgenomen.

Elimor wachtte al die tijd zeer gespannen op mijn terugkomst. Zoals ik reeds verwacht had, was dit het slechtste nieuws wat ik haar had kunnen brengen. Ze raakte geheel overstuurd en wilde onmiddellijk terug naar Israël. Ik beloofde haar dat ik net zo lang zou vechten, totdat ik de school overtuigd zou hebben van mijn gelijk. Zou het op deze school niet lukken, dan waren er nog genoeg andere.

Maandagmorgen werd ik opnieuw gebeld, dit keer met goed nieuws. Ze hadden besloten om Elimor tot de kerstvakantie een kans te geven in groep zes, de groep van haar eigen leeftijd. Zou dan blijken dat ze te hoog gegrepen had, dan zou ze alsnog in een lagere groep teruggezet worden. Hier hadden Elimor en ik beide vrede mee. Nu kon ze haar ware aard tonen en had zij de teugels in eigen hand. Ze zou de volgende dag al mogen beginnen. Ze was compleet door het dolle heen.

Dinsdag en woensdag ging ik samen met Treintje en Elsbeth naar Nijmegen om alle meubels te sorteren die nog de moeite waard waren om te worden schoongemaakt. Al gauw bleek dat Jan vele spullen had achtergelaten die ik zou kunnen gebruiken in mijn nieuwe huis. Ineens had ik beschikking over een wasmachine, een stofzuiger, een eettafel, bestek, boekenkasten, dekbedden enz. enz. allerlei spullen die normaal gesproken als onbruikbaar in de container terecht zouden zijn gekomen, omdat ze tweedehands niets meer opleveren. Ik was er op dat moment ontzettend blij mee. In de afgelopen week hadden we een lijst moeten maken waarop al zijn bankrekeningnummers met spaartegoeden vermeld stonden en kwamen erachter dat hij over een flink bedrag bleek te beschikken. Dit had tot gevolg dat ik het komende jaar mijn praktijk kon gaan opbouwen en me geen zorgen hoefde te maken hoe ik alles financieel rond zou moeten krijgen. Het was ontroerend hoe er voor me gezorgd werd.

Rond twintig november was mijn huis gereed. Een vriend uit mijn theaterperiode had me fantastisch geholpen alles opnieuw in de verf te zetten en de nieuwe meubels, zoals bedden en een bureau voor Elimor, in elkaar te zetten. Vlak daarna arriveerden onze meubels uit Israël en werd het ineens gezellig.

Elimor presteerde ver boven verwachting op haar nieuwe school en reeds na een week of drie kreeg ik een telefoontje van de directeur waarin hij zijn verontschuldiging aanbood over het feit dat ze mij nauwelijks hadden willen geloven toen ik vertelde wat voor kind mijn dochter was. Hij stelde me gerust dat een eventuele terugplaatsing naar een lagere groep geheel van de baan was, nu bleek wat voor vis ze in de kuip hadden. Ze genoot zichtbaar en maakte zoals gewoonlijk heel snel nieuwe vrienden.

Begin december ging ik met Marijke naar de Spreck in Tilburg, het klooster waar Yaakov zijn eerste "Flower of Life" cursus had gevolgd, om uit te vinden of hier eventueel de vortexcursussen gehouden zouden kunnen worden. De ontmoeting met Ruth, de eigenaresse,

verliep gesmeerd. Ik mocht haar vanaf het eerste moment. Ze leidde ons door het hele gebouw. Een paar uur later vertrokken we met een voorlopige datum in april waarin de eerste vortexcursus gegeven zou kunnen gaan worden. Dezelfde avond belde ik Anthony nog op om hem het goede nieuws mee te delen. Hij reageerde enthousiast en samen stelden we in het kort een stukje op, waarin in het kort beschreven stond wat Vortexhealing inhield. Dit kon nog net geplaatst worden in de agenda van de Spreck, die twee weken later zou worden opgestuurd naar hun gehele mailinglijst, die uit een paar duizend adressen bestond.

Een week voor kerst arriveerde Yaakov in Nederland. Het was de bedoeling dat hij drie weken zou blijven. Het was hoog tijd dat we elkaar weer even zagen omdat het contact tussen ons in de voorbije weken steeds stroever was geworden. Nu hij alleen in Israël was achtergebleven, was er een gigantische woede bij hem naar boven gekomen, die hij volledig op mij richtte. Het feit dat mijn vertrek puur persoonlijk was geweest en niets met hem te maken had, leek volledig aan hem voorbij te gaan. Ik was geheel bereid om mijn verantwoordelijkheid hier voor te nemen, maar weigerde de rol als zijnde de grote boosdoener, die hem daar helemaal alleen had achtergelaten. Binnen vierentwintig uur na zijn aankomst, barstte de bom. Verwijten vlogen over en weer, totdat we de onzinnigheid hier van inzagen. Voor het eerst in lange tijd waren we weer in staat alles op een rijtje te zetten, waarbij we tot de conclusie kwamen dat we nog wel degelijk een speciale band hadden die we niet op wilden geven. We spraken af dat hij in het komende jaar stappen zou gaan ondernemen die het voor hem mogelijk zouden maken, op een gegeven moment weer bij ons terug te keren in Nederland. Het huis en de auto moesten worden verkocht en hij moest gaan bedenken wat hij verder met zijn leven wilde gaan doen. We zouden er voor zorgen dat de periode waarin we elkaar niet zouden zien, maximaal twee maanden zou zijn. Afhankelijk van Elimor's vakanties zou dan bepaald worden of wij naar Israël zouden komen of hij naar Nederland.

Met deze nieuwe afspraken luiden we om twaalf uur 's nachts op Oudejaarsavond het Nieuwe Millennium in. Het jaar 2000 was aangebroken.

In januari begonnen de eerste inschrijvingen binnen te komen voor de vortexcursus. Ook kreeg ik het hierdoor langzaam drukker in mijn praktijk, daar er meer en meer mensen een behandeling boekten, om uit te vinden wat er nou zo speciaal aan Vortexhealing was.

Wat mij persoonlijk opviel nadat ik mijn laatste karmaknoop kwijt was geraakt, was het feit dat ik over veel meer tijd scheen te beschikken. Situaties die in het verleden vele emoties opgewekt zouden hebben, liet ik geheel, zonder moeite, aan mij voorbij gaan. Vortexhealing had ongelofelijk veel in mijn leven opgeruimd, waardoor ik langzamerhand een nieuwe persoon werd met een hele nieuwe vriendenkring. Zelfs mijn lichaamsbouw was totaal veranderd. Deze verandering bracht echter ook met zich mee dat ik meer en meer van mijn familie en oude vrienden verwijderde. Ze herkenden mij niet meer, wat regelmatig tot spanningen leidde. Mijn moeder was één van weinigen van de oude groep, die blij was met mijn terugkeer naar Nederland. We vulden elkaar, vooral in de beginperiode, geheel aan. Zij had nog steeds problemen met haar knie. De rust die haar was opgedragen, had ze niet in acht genomen met als gevolg dat ze op een nacht was gevallen waarbij er dusdanige schade in haar knie was opgetreden, dat een nieuwe operatie noodzakelijk werd, die eind januari zou gaan plaatsvinden. Dit was natuurlijk een reusachtige tegenvaller voor haar. Het feit dat we praktisch burens waren verzachtte de pijn enigszins. Ik kon zonder moeite de boodschappen voor haar doen en voor ons drieën in haar huis koken. Verder kon ik weer gebruik maken van haar auto, wanneer ik hem nodig had.

Het reguliere medische circuit

In januari overleed de vader van Paul aan de gevolgen van kanker. Mijn moeder wilde graag naar de crematie, die in Friesland zou plaatsvinden en ik besloot met haar mee te gaan. Er waren ontzettend veel mensen op af gekomen om hem de laatste er te bewijzen waardoor het moeilijk was nog een stoel te bemachtigen. We ontmoetten allerlei mensen uit mijn kinderjaren waarvan ik de meeste nooit meer had terug gezien. Na de crematie werden we voor de lunch uitgenodigd in een bekend restaurant in het dorp waar hij tot aan zijn dood woonde. Toen we daar aankwamen, troffen we Paul aan bij de garderobe. Zijn postuur was verdubbeld wat volgens zijn eigen zeggen, veroorzaakt was door zijn grote hobby's, lekker koken en eten. En hij was nog even eigenwijs als vroeger. Hij had van zijn moeder reeds het een en ander over mij gehoord en verzekerde mij hulp te kunnen bieden om de tumor verwijderd te krijgen. Hij gaf me zijn kaartje en we maakten een voorlopige afspraak, waarbij ik samen met Elimor zou komen lunchen zodat ik ook zijn familie zou kunnen ontmoeten. Hij was getrouwd met een even bijdehante dame, die een of andere hoge functie bij een bank bekleedde. Samen hadden ze een tweeling van een jaar of drie.

Anderhalve week later ontmoetten we elkaar in zijn huis. Wat de inrichting van hun huis betrof, deed het me denken aan het huis van zijn ouders en werd het duidelijk dat ik hier met een echte levensgenieter te maken had, die alles nam zoals het viel. Ik vertelde hem mijn hele verhaal, zonder dingen weg te laten. Na alles te hebben aangehoord verklaarde hij een plan voor me op te zullen stellen. Allereerst zou er opnieuw een MRI-scan gemaakt moeten worden, die duidelijkheid moest geven hoe de tumor er aan de binnenkant uitzag. Afhankelijk daarvan zou er een plan moeten worden gemaakt omtrent de operatie. Hoogstwaarschijnlijk zou ik moeten rekenen op een opname van een dag of vijf, wat normaal was bij dit soort operaties. Mijn antwoord was dat ik me geheel zou aanpassen, aan wat nodig was. Ik was vol vertrouwen over de goede afloop.

Eind maart belde Paul eindelijk op met de vraag of ik de volgende dag tijd had om langs te komen. Ik had hem in de afgelopen verschillende keren gebeld met de vraag of hij reeds stappen had ondernomen. Hij scheen er minder haast mee te hebben dan mij lief was. Er was nu onverwachts een patiënt uitgevallen voor een MRI-scan, waardoor het mogelijk was mij er tussenin te voegen. We spraken af dat ik me de volgende dag om half drie zou melden bij de info balie van de röntgenafdeling. Zo gezegd, zo gedaan. Mijn gegevens werden door de secretaresse opgenomen in de computer, waarna ze Paul inlichtte dat ik gearriveerd was. Hij stelde me voor aan het team die de scan zou gaan maken. We spraken af elkaar een uur later weer te ontmoeten, om de uitslag van de scan door te nemen. Alhoewel ik moeite moest doen niet in een claustrofobische paniekaanval terecht te komen, moet er gezegd worden dat een MRI-scan fantastische uitvinding is. De hersenen worden door de vele fotootjes, die er razendsnel achterelkaar gemaakt worden, opgesneden in dunne schijfjes waardoor er een zeer gedetailleerd beeld ontstaat. Je krijgt hierdoor als het ware een dimensionaal geheel.

Ik moest op een soort plaat gaan liggen waarna mijn hoofd met verschillende banden werd vastgezet. Hierna werd ik in een tunnel geschoven en volgden er een aantal rondes, waarin de foto-opnames plaatsvonden. Gedurende zo'n opname moest ik doodstil blijven liggen. Het geheel duurde geloof ik een minuut of twintig. Voor mijn gevoel had het ook een paar uur kunnen zijn. Ik was dolblij toen het eenmaal klaar was.

Een half uur later kwam Paul terug en nam me mee naar een speciale kamer waar we de uitslag konden bekijken. De tumor leek op een ei en wat hem als eerste opviel, was het feit dat de aangezichtszenew er prachtig langs liep. Ik kon wel een gat in de lucht springen van blijdschap. Al het werk wat ik zelf verricht had, had dit dus mooi voor elkaar gekregen. Dit zou de operatie een stuk vergemakkelijken. Hij riep er een collega bij en samen kwamen ze tot de conclusie dat dit typisch een klus was voor een van de chirurgen in het ziekenhuis, die

gespecialiseerd zou zijn in dit soort operaties. Ik vond alles oké zolang het maar goed gebeurde. Ik kreeg zijn naam mee en liep naar de afdeling waar hij zijn polikliniek had en maakte een afspraak die half april zou moeten plaatsvinden. Paul beloofde de chirurg de komende week op de hoogte te brengen door hem de foto's te laten zien.

Zes april begon de eerste Vortex basistraining. Er hadden zich negentien mensen opgegeven waaronder verschillende therapeuten en een huisarts. De dag voor de cursus begon, arriveerde Anthony op Schiphol, waar ik hem opwachtte om hem naar Tilburg te brengen. We kwamen in een gigantische file terecht die geheel in het niet viel omdat zoveel te bepraten hadden. Het was alsof we elkaar al jaren kenden. Marijke wachtte ons op in Tilburg. Die avond zou Antony een lezing houden om een ieder, die meer over Vortexhealing zou willen weten, op de hoogte te brengen. Ik had de volgende dag weer een druk schema en liet Marijke en Anthony achter in de Sprenc. Drie dagen later wipte ik even langs omdat ik in de buurt van Tilburg moest wezen. Iedereen die meedeed was laaiend enthousiast en Anthony was in zijn nopjes met de locatie. We spraken af dat hij op de laatste avond met de trein naar Baarn zou komen. Hij zou de ochtend daarop rond een uur of negen op Schiphol moeten zijn, wat eenvoudig was omdat je vanuit Baarn rechtstreekse treinen naar Schiphol had. Hij kwam op tijd aan en we besloten ergens samen een hapje te eten om de eerste vortexcursus te evalueren. Alles was uitstekend verlopen en hij had met Ruth van de Sprenc alweer een nieuwe datum in september geprikt. Na het eten gingen we nog even naar het bos om Pipo uit te laten. Het was fascinerend om met hem door de natuur te lopen. Hij had een sterke verbinding met de natuurwezens en wist veel over ze te vertellen. Ook zagen we een aantal reeën en eekhoorns op een plek waar ik ze nog niet eerder had waargenomen.

De volgende morgen maakte ik hem om een uur of zeven wakker. Na een snel ontbijt bracht ik hem naar het station, waar enkele minuten later de trein kwam binnenrijden. We zouden elkaar over vier dagen alweer zien in Engeland, waar we beiden de Multi Frequency cursus van de Vortexhealing zouden volgen.

De Multi Frequency werd dit keer gegeven in Poulstone, een prachtig landgoed in de buurt van Hereford. Marijke en ik waren nu even ver, waardoor we gezellig met z'n tweeën konden gaan.

Ook Dick ontmoette ik hier ook weer. Hij had samen met z'n vriendin alle voorgaande vortexcursussen gevolgd. Deze cursus was weer wat ik noem, een slaapcursus. De transmissies duurden vier dagen waarbij je op de grond lag en de helft van de tijd weg doezelde. De laatste twee dagen bestonden uit lessen, waarin je de nieuwe frequenties leerde toepassen. Dit laatste was hard nodig omdat de Multi frequency oneindig veel nieuwe mogelijkheden bood en ook veel en veel sterker aanvoelde.

Ik probeerde de cursus ook te gebruiken om mij zo goed mogelijk voor te bereiden op mijn eerste ontmoeting met de chirurg, die twee dagen na mijn terugkeer zou plaatsvinden. Ik voelde me goed en hoopte dat hij iemand zou zijn die ook openstond voor alternatieve geneeswijzen.

De ochtend van de afspraak brak aan en ik merkte dat ik flink zenuwachtig was. Ik arriveerde ruim op tijd in het ziekenhuis en moest daardoor bijna anderhalf uur wachten omdat het spreekuur flink aan het uitlopen was. Ik probeerde intussen een beetje hoogte te krijgen van de chirurg, die tussen de bedrijven door steeds even naar buiten kwam om de folders van de patiënten bij de balie op te halen. Het was iemand van middelbare leeftijd, die respect afdwong bij zijn medewerkers. Eindelijk was het dan mijn beurt en alles waar ik op gehoopt had, werd in de eerste minuten reeds van de tafel geveegd. Hij stond in het geheel niet open voor mijn visie en vond dat ik zeer onverantwoordelijk te werk was gegaan. Wilde ik mij door hem laten opereren dan zou zijn wil wet zijn en anders was ik aan het verkeerde adres. Voordat hij überhaupt verder wilde gaan dan moest er eerst een punctie van het gezwel

worden genomen, om te kijken of het al of niet kwaadaardig was. De foto's gaven hem niet voldoende informatie. Dit bracht traumatische herinneringen in mij boven. Tien jaar geleden was er een punctie verricht in het Academisch ziekenhuis in Maastricht, die zo pijnlijk was geweest, dat ik de degene die het deed op een gegeven moment verbood nog verder door te gaan. Ik had me toen voorgenomen dit nooit meer opnieuw te laten gebeuren.

Volgens de chirurg hoefde ik me geen zorgen te maken omdat de techniek in de laatste jaren aanzienlijk was verbeterd. Ik besloot dat als ik de tumor inderdaad wilde laten verwijderen, ik me moest vermennen. Zou het te pijnlijk worden dan was er niemand die me dwong er mee door te gaan.

De punctie vond drie weken later plaats. Ik had het bewust naar die datum geschoven omdat Yaakov dan weer in Nederland zou zijn en met me mee zou kunnen gaan naar het ziekenhuis. Iedereen in mijn omgeving probeerde mij, tevergeefs, gerust te stellen. De nacht daarvoor deed ik geen oog dicht en ik voelde ik me een wrak toen we naar het ziekenhuis reden. Dit keer viel echter alles honderd procent mee. De arts die de punctie verrichtte was door mij op de hoogte gesteld en deed er alles aan om de punctie zo pijnloos mogelijk te laten verlopen. Dit lukte, ik voelde het nauwelijks.

Twee weken later had ik mijn tweede afspraak bij de chirurg. Mijn moeder moest voor haar jaarlijkse borstcontrole rond dezelfde tijd ook naar het ziekenhuis. Zij was eind januari opnieuw aan haar knie geopereerd en mocht nog steeds niet lopen. Als het dit keer weer mis zou gaan, dan was het echt mis en zou ze waarschijnlijk nooit meer kunnen lopen. Met dit schrikbeeld voor de boeg, was ze dit keer een stuk voorzichtiger geworden. Ze accepteerde dat ze voorlopig het meeste vanuit een rolstoel zou moeten doen. Ik zou haar in het ziekenhuis niet kunnen begeleiden, omdat ik mijn eigen afspraak had. Een oom, ook woonachtig in Baarn, bood aan met ons mee te gaan. In het ziekenhuis aangekomen besloten we beiden ons eigen weg te gaan, om elkaar uiteindelijk in het restaurant weer te ontmoeten. Ook nu weer verliep mijn ontmoeting met de chirurg geheel ander dan ik mij had voorgesteld. De uitslag van de punctie was niet geheel duidelijk en kon er wel eens op duiden dat de tumor kwaadaardig was. Ik had het gevoel dat ik de grond onder mij weg voelde zakken. Dit kon niet waar zijn. Ik probeerde mij zo goed en kwaad als mogelijk te herstellen en luisterde naar wat hij verder te melden had. Hij wilde dat er een biopsie verricht zou worden. Toen ik begon te protesteren, was zijn antwoord dat er zonder biopsie geen operatie zou plaatsvinden. Bij een verkeerde uitslag zou ik naar de VU moeten, het universiteitsziekenhuis in Amsterdam omdat er dan allerlei klieren zouden moeten worden verwijderd waar hij zich niet aan wilde wagen. Wanneer de uitslag positief was dan kon ik gewoon door hem geholpen worden. Ik was het wachten beu. Ik weigerde te geloven dat het kwaadaardig kon zijn. Ik voelde mij te goed en drong er dan ook op aan, dat er een datum voor de operatie geprikt zou worden. Zou het resultaat van de biopsie negatief zijn dan zou ik mij er bij neerleggen en mijn verdere behandeling in de VU voortzetten. Hij stemde toe en negen juni werd geprikt als operatiedatum. Ik kreeg een uitgebreide uitleg hoe het geheel zou gaan verlopen. Waarschijnlijk zou ik gedurende vijf dagen in het ziekenhuis moeten blijven, voordat ik weer naar huis terug mocht. Hij adviseerde dat het goed zou zijn een kuur bestralingen te ondergaan om te voorkomen dat er nog restanten zouden achterblijven. Toen ik dit hoorde antwoordde ik heel rustig, dat ik dit ten allen tijde zou weigeren, omdat ik er van overtuigd was dat er bij bestralingen heel veel goed weefsel wordt vernietigd. Hij besloot hier niet verder op in te gaan en gaf mij een verwijsbrief mee voor de biopsie, het laboratorium om bloed prikken en een thorax (*hart/long foto*). De thorax had ik ook het liefst overgeslagen omdat hierbij de hoogste dosis röntgenstraling in het lichaam achterblijft. Hier was echter geen kans op, omdat deze bij de standaardhandelingen hoort voorafgaande aan een operatie. Het bloedprikken kon nog diezelfde dag gebeuren. Hij nam contact op met de afdeling waar de biopsie verricht zou moeten worden, om eigenhandig een afspraak voor me te maken. Zo

zou hij er zeker van zijn dat de uitslag op tijd binnen zou zijn, voor de operatie datum. De eerste mogelijkheid was op 1 juni. Toen ik hiermee akkoord ging, namen we afscheid waarbij de afspraak werd gemaakt dat hij mij zou bellen, mocht er een negatieve uitslag zijn.

Vrij aangeslagen liep ik naar het restaurant waar ik mijn moeder en oom als eersten op de hoogte bracht. Ook zij schrokken van dit onverwachtse nieuws.

Nadat ik bloed had laten afnemen, gingen we terug naar huis. Negen juni was over een vier weken en ik besloot er alles aan te doen, deze zo goed mogelijk te benutten. Als eerste besloot ik weer contact op te nemen met Jill Hester. Ik hoopte dat zij mij informatie zou kunnen geven over de toestand van mijn tumor. Zij was een van de weinigen die ik volledig vertrouwde. Ik sprak in op haar antwoordapparaat en binnen een dag belde ze terug. Toen ze zich op mijn tumor concentreerde was haar antwoord: “ Wat er ook gebeurd, ik voorzie een hele voorspoedige operatie, waarna je heel snel herstelt”. Ze adviseerde me de komende dagen een speciale vorm van Vortexhealing op mij zelf toe te passen, die bestond uit rondes van een minuut of zeven, waarbij ik mij zou moeten richten op de oorzaak en symptomen van de tumor. Deze zou ik kunnen visualiseren als de inhoud van een emmer die momenteel vol was. Die emmer zou langzaam geleegd worden, door mijzelf dag en nacht zo vaak mogelijk te behandelen. Ik zou volgens haar, duidelijk voelen wanneer dit punt bereikt zou zijn. Ik was haar zeer dankbaar en beloofde haar op de hoogte te houden. Ik merkte dat de spanning die ik sinds die ochtend in mijn lichaam had gevoeld, praktisch geheel verdwenen was. Nog diezelfde avond begon ik. Dag en nacht was ik aan mijzelf aan het werk. Op de tiende dag was het eindelijk zover. Ik merkte dat de “emmer” helemaal leeg was. Ik voelde mij licht en herboren. Nu ikzelf klaar was voor het geheel en voor de zoveelste keer had ondervonden wat de kracht van Vortexhealing kan doen, besloot ik de chirurg op afstand te gaan behandelen. Hij mocht dan goed zijn in zijn vak, maar het was voor mij ook heel belangrijk dat hij mij als mens zou gaan zien en respecteren en niet slechts als een object die een operatie nodig had. Ik besloot hem dagelijks in mij merkbaar-veld te zetten, waarna ik hem een aantal minuten met Vortexhealing zou gaan behandelen, waarbij hij steeds meer licht ingepompt zou krijgen. In het begin ging het vrij stroef, maar naar mate de tijd verstreek, ging het steeds gemakkelijker. Al zijn negativiteit werd langzaam uit zijn energieveld gedreven.

1 juni brak aan en vertrok ik opnieuw naar het ziekenhuis. Dit keer voor de biopsie. In tegenstelling tot de vorige keer was ik dit keer geheel rustig. Ik werd opgevangen door een leuk stel mensen die de biopsie zouden uitvoeren. Ze waren erg geïnteresseerd in mijn verhaal en stonden helemaal open voor mijn visie. Alles verliep voorspoedig en een uur later zat ik weer in de auto terug naar huis.

Vijf juni moest ik 's middags naar het ziekenhuis, om alle instructies in ontvangst te nemen omtrent de operatie. Ik kreeg een laatste checkup, had een ontmoeting met de anesthesist en ze toonden mij, welke kamer ik zou krijgen.

Zila had me ooit een homeopathisch recept gegeven wat speciaal voor na de operatie bedoeld was. (*wordt verderop in het boek beschreven*) Ik had het indertijd genoteerd in mijn adressen boek, voor het geval ik het ooit nodig zou hebben. Ik had bij een apotheek in Baarn besteld. Toen ik terugkwam uit het ziekenhuis en mijn antwoordapparaat afluisterde stond er een bericht op van de apotheek dat ze binnen hadden gekregen en dat ik het op zou kunnen halen. Elimor zou de komende week logeren bij mijn nichtje en Mevrouw Aans nam de dieren voor haar rekening. Yaakov die nog steeds in Israël zat, had terug willen komen, speciaal voor de operatie. Dit had ik afgewimpeld. Het was mijn proces, wat ik zelf moest afmaken. Ik beloofde hem telefonisch op de hoogte te houden.

Op aanraden van de familieaccountant, die alles altijd van de meest sombere kant leek te bekijken, maakte ik in het kort een soort testament, in geval het om wat voor reden mis zou gaan en ik zou komen te overlijden en stuurde dit per post op naar Marijke. Hierin had ik geschreven dat ik gecremeerd zou willen worden na mijn overlijden, waarna mijn as over de

Dode Zee zou moeten worden verstrooid. Het beetje kapitaal wat ik bezat zou naar Elimor en Yaakov gaan.

Maandag acht juni brak aan. Dit was de beslissende dag. Als ik vandaag geen telefoontje van de chirurg zou krijgen, dan zou ik de volgende morgen geopereerd worden. Ik ging die dag als eerste onder het mes, omdat ik de meest gecompliceerde operatie van de dag was. Ik durfde die dag nauwelijks de deur uit en bij ieder telefoontje ging er een schok door me heen. Om twee uur begon ik eindelijk rustiger te worden en nam om een uur of vier niets vermoedend de telefoon aan. Tot mijn grote schrik hoorde ik de stem van de chirurg aan de andere kant. Zou hij me nu om vier uur 's middags nog meedelen dat de operatie afgelast zou worden omdat de uitslag negatief bleek te zijn. Mijn benen konden mij niet langer dragen en met moeite wist ik een stoel te bereiken. Toen ik goed en wel zat, drong het langzaam tot me door wat de chirurg zei. Hij was me aan het vertellen dat de uitslag goed was en dat hij mij de volgende dag om zeven uur 's morgens in het ziekenhuis verwachtte. Toen ik de telefoon neerlegde moest ik huilen en lachen tegelijkertijd. Daar had hij me mooi te pakken gehad. Opgelucht ging ik even later alle spullen pakken. Elimor moest een koffer mee en voor mijzelf pakte ik een reistas. Daar ik nooit een pyjama of nachtjapon droeg, had mijn moeder mij het nodige geleend met knoopjes aan de voorkant, omdat ik de eerste dagen niets over mijn hoofd zou kunnen aan en uittrekken. Toen ik hiermee klaar was belde ik Yaakov op, om te vertellen dat alles door zou gaan. Hij wenste me veel sterkte en ik beloofde dat hij na de operatie door mijn moeder op de hoogte zou worden gebracht. Zij zou als eerste gebeld worden door het ziekenhuis.

Rond een uur of zeven nadat ik en Elimor nog even een hapje bij mijn moeder hadden gegeten, bracht ik haar naar mijn nichtje. Ik zou de rest van de avond, tot aan de operatie, niets meer mogen eten of drinken. Rond acht uur was ik weer thuis en besloot Ric en Jill beiden nog even te mailen en ze van het laatste nieuws op de hoogte te brengen. Ric had me in de afgelopen week nog instructies gegeven welke Vortexhealing ik het beste na de operatie zou kunnen toepassen om de schadelijke gevolgen van de narcose zo snel mogelijk te neutraliseren. Soms ervaart het lichaam tijdens een operatie bepaalde trauma's waarvan je jezelf niet bewust bent, omdat je op dat moment onder narcose bent. Je chakra's schijnen hierdoor totaal in de war te kunnen raken en deze moeten als eersten zo gauw mogelijk weer in balans worden teruggebracht.

Om tien uur ging ik naar bed en sliep in als een blok. Om half zes ging mijn wekker af en stond ik onmiddellijk naast mijn bed. Na even snel gedoucht te hebben, besloot ik Pipo nog even uit te laten omdat ik pas om half zeven door de taxi zou worden opgehaald, die mij naar het ziekenhuis zou brengen. Tijdens de wandeling activeerde ik mijn Merkabah en programmeerde deze, dat alles voorspoedig zou verlopen. Ik was er helemaal klaar voor.

Thuis aangekomen zag ik dat ik nog wat nieuwe mailtjes had ontvangen. Ze bleken van Ric en Jill afkomstig, die me beiden veel succes wensten.

Ik was nog maar nauwelijks op mijn kamer in het ziekenhuis aangekomen of er werd reeds op de deur geklopt. De deur ging open en daar stond mijn chirurg, die mij nog even sterkte wilde wensen. Hij vroeg of alles verder naar wens was en of ik nog vragen had. Ik wist niet wat me overkwam. Deze persoon was totaal veranderd en bleek ook een menselijke kant te bezitten, misschien wel dankzij mijn afstandbehandelingen. De arrogantie die er in de afgelopen maanden bij hem was afgedropen, was geheel verdwenen. Toen ik hem verzekerde dat ik er helemaal klaar voor was, zei hij "Ik zie je over een kwartiertje", waarna hij de kamer verliet.

Een van de verpleegsters bracht me even later het operatiehemd en een pilletje wat ik alvast moest innemen. Om half acht werd ik op mijn bed naar beneden gebracht. In de operatiekamer aangekomen was ik een bezienswaardigheid. De assistenten en verpleegsters hadden nog nooit een tumor van deze omvang meegemaakt en dachten dat ik er ongelofelijk onder leed. Toen ik hun vertelde hoe lang ik er reeds mee rond had gelopen en hoe belangrijk deze tumor in mijn leven was geweest, vielen ze bijna om van verbazing. Even later kwam de

chirurg binnen. Nadat hij me nog even bemoedigend had toegeknikt, doezelde ik langzaam weg en werd voor mijn gevoel niet lang daarna wakker, waarbij ik een vrouwelijke stem hoorde die me vertelde dat alles voorspoedig was verlopen. Ik kon mijn ogen nog niet openen maar besloot onmiddellijk met mijn chakra's aan de gang te gaan. Toen ik hiermee klaar was doezelde ik weer in. Nadat ik een tijdje later wat gedronken en geplast had, werd ik teruggereden naar mijn kamer. Rond een uur of twee kwam de chirurg langs, om te kijken hoe het met me ging. Hij vertelde dat hij tweeënhalf uur met mij bezig was geweest en dat alles naar wens verlopen was. Mijn oor had hij tijdens de operatie naar boven geklapt waardoor de tumor geheel vrij was komen te liggen om verwijderd te worden. Hij had zijn best gedaan de snee op een zo'n onzichtbaar mogelijke plaats te maken. Hij adviseerde mij de komende dagen alleen maar vloeibaar voedsel tot me te nemen, omdat mijn kaak gevoelig zou kunnen reageren. Hier had ik al helemaal opgerekend en had daarom de vorige dag al allemaal boodschappen gedaan om toch iets lekkers te kunnen nuttigen de komende dagen, zoals verse drinkontbijten en zo. Verder verwachtte hij dat ik na een dag of vijf naar huis zou mogen terugkeren. Ik bedankte hem voor alles, waarna hij glimlachend verdween.

Ik voelde me die middag reeds zo goed, dat ik besloot Yaakov op te bellen. Hij wist niet wat hem overkwam, toen hij mijn stem hoorde. Hij was vlak daarvoor door mijn moeder op de hoogte gebracht van de goede afloop, maar dat ik nu al in staat was om hem zelf te woord te staan verraste hem zeer.

's Avonds was ik al weer in staat om kleine wandelingetjes te maken en het eten smaakte me ook al weer. Ik had die avond een interessante discussie met de verpleging. Zij wilden mij rond een uur of negen een tromboseprikje geven voor het slapen gaan. Ik weigerde dit. Ik liep alweer en had die dag genoeg troep in mijn lijf gekregen door onder andere de narcose. Ze waren hier nog nooit eerder mee geconfronteerd en haalden het hoofd van de verpleging erbij. Deze moest toegeven dat ik niet gedwongen kon worden, maar vroeg wel of ik een verklaring wilde ondertekenen waarin vermeld stond dat ik zelf de beslissing had genomen de prik te weigeren en het ziekenhuis hier dus niet verantwoordelijk voor mocht worden gehouden. Hier had ik geen enkele moeite mee, waarna iedereen tevreden zijn eigen weg ging.

Ik had gelukkig een mooi boek meegenomen om de tijd te doden, want slapen lukte die nacht niet erg. Alhoewel ik op een tweepersoonskamer lag, had ik de kamer geheel voor mij alleen en hoefde ik dus met niemand rekening te houden. Ze hadden me wat pijnstillers gebracht nadat de verdoving was uitgewerkt en de operatie wond wat gevoeliger werd. Ik kon ze innemen wanneer ik ze nodig had. Ik was ontzettend benieuwd hoe mijn gezicht er zonder verband zou uitzien maar moest nog even geduld hebben. 's Morgens werd ik om half zeven gewekt. Omdat ik mijn eigen ontbijt had meegenomen hoefde ik niet te wachten tot het eten werd gebracht en kon daarom ook als eerste van de douche gebruik maken. Rond een uur of negen kwam de chirurg langs om te kijken hoe alles eruit zag. Hij gaf me een spiegel om mee te kijken. Het viel me reuze mee. Het geheel was nog tamelijk opgezet en vol hechtingen maar ik kon al duidelijk zien dat ik mijn gezicht van vroeger weer terug begon te krijgen. Toen hij me vroeg of mijn eetlust alweer in orde was en ik bevestigend antwoordde, zei hij dat ik wat hem betrof 's middags wel weer normaal mocht gaan eten en de volgende morgen naar huis zou mogen. Dit kwam als een echte verrassing en ik had hem wel om de hals willen vliegen van blijdschap. Over tien dagen zou ik moeten terugkomen om de hechtingen te laten verwijderen.

Rond een uur of elf kreeg ik gezelschap van een dame bij wie tijdens een bevolkingsonderzoek borstkanker was geconstateerd. Er was net een biopsie verricht om te kijken wat de aard van de tumor was. Indien hij kwaadaardig zou zijn zou ze moeten kiezen tussen twee kwaden, namelijk ofwel borstamputatie of een borstbesparende operatie, gevolgd door minstens 30 bestralingen. Die middag werd het idee geboren om een informatie Cd-rom te creëren met alle informatie die ik de afgelopen jaren vanuit de hele wereld had verzameld.

Het zou dezelfde functie moeten krijgen als een informatieve website van waaruit men verder zijn zoektocht op het internet zou kunnen voortzetten. Het werd tijd dat men niet meer volledig zou zijn overgeleverd aan het advies van de reguliere arts, die nog veel te vaak handelt naar de wensen van de farmaceutische industrie en zich afsluit voor nieuwe ideeën en technieken. Men zou op de hoogte moeten worden gebracht van eventuele andere mogelijkheden om zo tot een wel overwogen keuze te komen.

De volgende morgen ging ik om negen uur 's morgens met een taxi terug naar huis. Ze zagen mij nog eenmaal terug in het ziekenhuis om mijn hechtingen te laten verwijderen en hierna koos verder mijn eigen weg, waarbij ik mijn lidteken de eerste weken een aantal keren per dag insmeerde met aloë vera.

Mijn zoektocht zat er voor een groot gedeelte op.

Deel 2

Hoe het ook anders kan

Alle klachten in ons lichaam ontstaan door een onbalans of storing in het energiesysteem.

Het is een feit dat de gezondheid van de tegenwoordige mens steeds verder achteruit gaat. Mensen klagen vaker over moeheid, weinig energie, darmklachten, hoofdpijnen en ga zo maar door. De medische wetenschap denkt slimmer te zijn dan de natuur en laat ons geloven dat medicijnen de oplossing zijn voor al deze klachten. Je schrikt als je de pillendozen van vele mensen ziet. Deze zijn reeds ingedeeld in de zeven weekdays waarbij iedere dag nog eens is opgesplitst in drie of vier dagdelen. De meeste medicijnen brengen bijwerkingen met zich mee die weer nieuwe klachten veroorzaken. Ook hierop is dan het antwoord van de medische wetenschap: nog meer medicijnen. Dit heeft tot gevolg dat de meeste mensen op oudere leeftijd ten onder gaan aan medicijnvergiftiging.

Transplantaties zijn tegenwoordig niet meer weg te denken. Het wordt reeds zo vaak toegepast dat er momenteel een nijpend tekort is aan donormateriaal. Aan de ene kant is het fantastisch dat de wetenschap zover gevorderd is. Men is in staat iemand een tweede kans te geven door middel van een nieuw orgaan. Het trieste is, dat de mens het contact met zijn lichaam steeds meer begint kwijt te raken en er maar op los leeft zonder er bij stil te staan of bepaalde producten wel zo goed zijn voor een goede gezondheid. Na een transplantatie is men vaak voorzichtiger, omdat men zich ineens realiseert dat de dood vlakbij is.

De meeste mensen gaan het lichaam steeds meer als een motor beschouwen met het grote verschil dat men veel beter op zijn auto past dan op zijn lichaam. Een auto krijgt om de zoveel kilometer een grote beurt. Olie wordt verversed en er wordt gekeken wat er verder nog aan onderhoud nodig is. Is reparatie niet langer mogelijk of worden de onderhoudskosten te hoog, dan wordt de auto vervangen door een andere. Verder weet men ook dat je in een op diesel rijdende motor geen benzine mag doen of in een gastank benzine. Dit zou de motor van de auto schaden of zelfs geheel onbruikbaar maken.

In het lichaam stopt men echter alles wat lekker is, zonder er bij stil te staan wat de gevolgen van dit "lekkere eten" op lange termijn zouden kunnen zijn. Men wordt gehersenspoeld door de vele aantrekkelijke reclames die je doen geloven dat deze voedingsmiddelen gezond en krachtig voor ons lichaam zijn. Een paar van deze mythes zijn o.a.

* *"suikervrije producten" waar de suiker vervangen is door zoetstoffen. Hierbij wordt gesuggereerd dat deze beter zouden zijn voor ons gewicht. Deze zoetstoffen zijn echter nog veel schadelijker voor het lichaam dan de gewone suiker. 14*

* *Margarines zouden beter en gezonder zijn dan roomboter. 15*

* *Melk is goed voor elk; melk de witte motor. 16*

* *Fluor hebben we nodig. 17*

Jaarlijks komen er regelmatig collectebussen bij je deur langs. De ene keer is het voor hart- en vaatziekten, dan weer voor kanker, de nierstichting of diabetici. Stuk voor stuk suggereren ze in meer of mindere mate, dat we allemaal het volgende slachtoffer kunnen worden van één van deze ziektes, dus draag je financiële steentje bij.

Maar is dit wel zo? Hoe meer mensen ik test, hoe meer bewijs ik krijg dat je wel degelijk invloed op je eigen gezondheid kunt uitoefenen, mits je bereid bent de verantwoordelijkheid hiervan weer in eigen hand te nemen. En wat ook heel belangrijk is, is dat je je realiseert dat **je bent wat je eet.**

We raken steeds verder van onszelf en de natuur verwijderd, waardoor we niet langer in staat zijn de signalen te herkennen die ons lichaam uitzendt om te laten zien wat we wel en niet nodig hebben. Kleine kinderen hebben dit nog wel, al wordt dit steeds vaker op jongere leeftijd verpest door o.a. suiker. Kinderen kunnen over het algemeen heel duidelijk aanvoelen

wat goed voor ze is en wat niet. Dit uit zich in het feit dat ze iets gewoon niet lekker vinden. Wij ouders denken dan, dat wij het beter weten, waarbij we onze kinderen dwingen hun bord leeg te eten, want ze willen toch groot en sterk worden. Of we zeggen :”Proef het op zijn minst, want anders kun je niet weten of iets lekker is of niet”. Dit is ook onwaar, daar hun reukvermogen op jonge leeftijd nog zo goed ontwikkeld is dat ze via hun neus vaak al kunnen waarnemen of ze het voedingsmiddel nodig hebben of niet. Bij de meeste kinderen verdwijnt het contact met hun lichaam, doordat ze door de steeds weer terugkerende confrontaties met hun opvoeders, dusdanig aan zichzelf beginnen te twijfelen en hier niet langer naar durven te luisteren.

Daarnaast zie je ook regelmatig dat kinderen zo vaak iets hebben moeten eten of drinken waardoor ze iets leren lekker te vinden. Een goed voorbeeld is koemelk. Dit moet echter niet gezien worden als een vrijbrief dat het ook goed voor ze zou zijn.

Ons tegenwoordige voedsel bevat door de toenemende vervuiling en het kunstmatig bemesten van de landbouwgronden, steeds minder voedingsstoffen met als gevolg dat we niet meer voldoende vitamines en mineralen binnenkrijgen, of zelfs een chronisch tekort hiervan oplopen.¹⁸ Dit brengt weer met zich mee, dat we daardoor vaak onbewust meer willen gaan eten wat weer gewichtsproblemen veroorzaakt. Aan het eiwitgehalte in granen kan men duidelijk zien hoe sterk de vruchtbaarheid van de grond is afgenomen. Zo’n 100 jaar geleden bestond graan voor negentig procent uit eiwit. Tegenwoordig is dit percentage nog maar 10 procent, waardoor je dus eigenlijk 10 keer zoveel graan moet gaan eten, wil je dezelfde hoeveelheid aan eiwitten binnen krijgen. Alle groente en fruitsoorten hebben in de afgelopen 50 jaar veel van hun voedingsstoffen verloren. Biologische soorten hebben ook veel verloren maar zijn altijd nog veel gezonder omdat het hierbij niet zozeer gaat om wat er in zit , maar meer om wat er *niet* in zit.

Een eerste vereiste is dan ook inmiddels, dat we een goede multivitamine in combinatie met 1000mg vitamine C.moeten gaan innemen met daarnaast enkele extra mineralen als zink en magnesium. Dit moet gezien worden als een noodzakelijke aanvulling op ons voedsel en niet als een medicijn. De Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid die nog steeds door velen wordt gehanteerd is voor de meeste mensen veel te laag, omdat hierbij wordt uitgegaan van het absolute minimum. Er is niet gekeken naar individuele voedingspatronen en behoeften. Zo heeft iemand die lichamelijke arbeid verricht of intensief aan sport doet andere hoeveelheden nodig als een kind, of iemand die een kantoorfunctie verricht.

Deze vitamines en mineralen beschermen ons tegen vele aandoeningen en vertragen het ouder worden van ons lichaam. Een tekort, kan ziektes als kanker veroorzaken of wel minder ernstige, maar wel zeer lastige aandoeningen als slechte leerprestaties, emotionele/ mentale stoornissen, eetstoornissen, gedragsstoornissen, drugs- en alcoholverslaving enz. enz.¹⁸

Gedurende de jaren van mijn zoektocht naar mijzelf, kreeg ik informatie vanuit de hele wereld van artsen en klinieken die zich met tumoren en kanker bezighielden. De info waar ik persoonlijk de meeste waarde aan hechtte, waren de verslagen van artsen en therapeuten die zelf kanker hadden gehad en deze hadden weten te overwinnen. Hun boodschap was steeds dezelfde *”zorg dat je afweersysteem sterk blijft”*.

De Oosterse geneeswijzen spraken mij ook erg aan, met name de Chinese, waarbij de patiënt de arts betaald om gezond te blijven. Wordt de patiënt ziek dan ontvangt hij gratis hulp. Dit stimuleert de arts actief en alert te blijven, waardoor hij veel meer betrokken is bij zijn patiënt. Hij werkt dus preventief. Dit is ver te zoeken in de Westerse Geneeskunde. Gedurende vele decennia stond en staat de arts nog steeds, op een voetstuk waar niet aan mag worden getornd.

Ik heb het aan den lijve ondervonden dat mijn gezondheid achteruit ging, zodra mijn afweer verminderde. Ik was minder tegen stress bestand en mijn tumor werd gevoeliger. Dit had tot gevolg dat de slagzin in mijn eigen leven, maar ook dat van mijn praktijk werd:

“Gebruik je afweersysteem als buffer tegen / bij ziekte”.

Alles wat ik op mijzelf en anderen toepaste had hiermee te maken. In 2000 kwam ik voor het eerst in aanraking met de Bio Energetica. Yaakov had een huidaandoening op zijn arm ontwikkeld die voort was gekomen uit stress. Het was zeer irritant omdat het zo verschrikkelijk jeukte. Reguliere artsen kwamen niet verder dan het voorschrijven van zalven die cortison bevatten en voegden er in vele gevallen aan toe, dat het iets was waar hij mee moest leren leven. Hij nam hier geen genoegen mee en kwam langs vele wegen terecht in een kliniek in Haifa, Israël, waar ze sinds enkele jaren met het B.E.S.T. systeem werkten. B.E.S.T. stond voor Bio Energetische Stress Tester. Een dochter van goede vrienden, die leed aan de Ziekte van Crohn, was hier gigantisch opgeknapt omdat ze door de uitgebreide voedings-allergietesten eindelijk een duidelijk beeld kreeg, welk voedsel in haar geval verantwoord was en wat ze beter kon vermijden.

De BEST test was een combinatie van Oosterse geneeswijzen gecombineerd met Westerse technieken waarbij de conditie van het afweersysteem kan worden opgemeten. Wat mij aansprak, was dat je door het meten van veertig acupunctuurpunten, die de begin of wel eindpunten waren van alle meridianen (*energiebanen*) in het lichaam, onmiddellijk een heel duidelijk beeld kreeg van de conditie van het energiesysteem, doordat die kon worden uitgeprint in de vorm van een tabel. Je zag heel duidelijk de lichaamsdelen en organen die voldoende energie ontvingen in het groen, de delen die teveel kregen in het rood en te weinig in het geel. Na twee of drie weken als het tweede consult plaatsvond kreeg je opnieuw een uitdraai, waarin duidelijk te zien was welke verbetering er ondertussen had plaatsgevonden, wat enorm stimuleerde om ermee door te gaan.

Dit was precies het apparaat wat ik nodig had omdat bij deze test de cliënt actief betrokken was en daardoor ook weer leerde de verantwoordelijkheid over zijn/haar eigen gezondheid terug te nemen.

Via het internet konden we vrij gemakkelijk de agent in Europa achterhalen.¹⁹ Tegelijkertijd vroegen we offertes aan van vergelijkbare apparatuur om te kijken of het B.E.S.T.apparaat inderdaad de beste keuze zou zijn. We trokken hier een maand voor uit en aan het eind van deze periode, won het B.E.S.T.apparaat met vlag en wimpel, niet in de laatste plaats daar het aan alle Europese Medische voorschriften voldeed en dus ook dit waarmerk droeg. Ook leerde ik dat de ruimtevaart een belangrijke rol had gespeeld bij de ontwikkeling van deze apparatuur.

Na acht maanden intensief oefenen en studeren, besloot ik officieel te starten met de B.E.S.T.test vanuit Total Health Clinic. Ik had in deze periode mijn eigen protocol ontwikkeld waarin ik alles wat ik in de loop der jaren had geleerd, had samengevoegd waardoor er een interessant programma was ontstaan, wat uitblonk door zijn eenvoud.

Wanneer men voor het eerst komt, wordt het lichaam onderworpen aan een grote schoonmaakbeurt. Gedurende het leven heeft het lichaam namelijk een reeks ziektes te verduren gekregen en daardoor vaak een opéénhoping aan stress verzamelt. In combinatie met de stress uit luchtvervuiling, werk en privé-sfeer, wordt het afweersysteem uit balans gebracht.

Bijvoorbeeld:

- slechte voeding die met o.a. pesticiden, hormonen en antibiotica belast is
- de toegenomen consumptie van koffie, alcohol, tabak en suiker
- electrosmog afkomstig van magnetron, mobiele telefoon, computerbeeldschermen en hoogspanningskabels

- aantasting afweersysteem door, inentingen, wortelpunt ontstekingen in kaak, amalgaamvullingen enz.

Al deze stressreactoren verhogen de persoonlijke milieubelasting van het lichaam, waardoor het afweersysteem onderdrukt gaat worden door een chronische stress, die nu in staat is allerlei chronische klachten teweeg te brengen.

Als het lichaam niet in staat is dit te verhelpen, ontstaat er een ziekte. Het B.E.S.T. systeem kan deze storingen aantonen en behandelen. Tijdens de gecomputeriseerde test wordt de invloed van medicijnen, electromagnetische-straling, gifstoffen, schimmels, allergieën, hormonen, bacteriën, virussen, chemicaliën, pesticiden enz. in beeld gebracht. Aan de hand van deze waarden wordt door de computer een vloeibare oplossing samengesteld die nodig is om het lichaam weer in balans te brengen. Het herstelt de balans van zowel organische storingen, als wel van het centrale zenuwstelsel.

De computer berekent de elektromagnetische informatie van de gemeten substanties die de optimale zelfregulerende functie van het lichaam kan herstellen, zoals gebruikelijk is bij o.a. homeopathie en natuurgeneeswijzen.

De eerste dag neemt met een relatief grote hoeveelheid van de vloeistof in die nodig is om het hele proces op gang te brengen. Hierdoor komt een ontgiftingsproces op gang, waarbij vaak eerst een tijdelijke teruggang te bespeuren valt die zich kan uiten in moeheid, huiduitslag, geïrriteerdheid of zelfs een grieperig gevoel. Deze symptomen zijn puur de verschijnselen die kunnen optreden bij ontgiften. De gifstoffen worden losgemaakt uit de verschillende organen en het vetweefsel en komen in de bloedbaan terecht. Om de ontgiftingsreacties zo minimaal mogelijk te houden wordt men aangeraden minstens 2 à 3 liter water per dag te drinken. Dit zorgt ervoor dat het lichaam flink wordt uitgespoeld. De hoofdpijn die de meeste mensen in het begin ervaren, wordt over het algemeen veroorzaakt door de onthouding van cafeïne bevattende middelen, omdat die de werking van de druppels kunnen verminderen

Ik sta nog altijd versteld, hoe weinig water er in onze samenleving wordt gedronken. Kruidenthee en vruchtensappen zijn geen probleem, maar werken niet zuiverend. Deze eigenschap kan alleen aan water worden toegeschreven. Ook moet steeds vaker rekening worden gehouden met het feit, dat ons kraanwater te zwaar belast is en daardoor ook zijn zuiveringsfunctie heeft verloren. Dan blijft er niets anders over, dan gekocht bronwater of een goede waterfilter.

Het spoelen met zonnebloemolie doet ook wonderen. De tong is namelijk ook een opslagplaats van vele gifstoffen. Ik hoorde een aantal jaren geleden voor het eerst over deze techniek als therapie bij kanker en AIDS patiënten, die het maanden achterelkaar dagelijks een kwartier achter mekaar toepasten, met zeer goede resultaten. Toen ik het zelf voor de eerste keer deed moest ik door een soort blokkade heen. Een kwartier lang spoelen met olie in mijn mond, leek mij gruwelijk. Maar daar ik er alles voor over had om van alle gifstoffen in mijn lichaam af te komen ging ik overstag. Het bleek heel erg mee te vallen. Je moest alleen uitkijken dat je niet per ongeluk iets doorslikte omdat deze substantie na een paar minuten al flink giftig begint te worden. Aan het eind moest alles goed uitgespuugd worden en was het belangrijk om je mond goed na te spoelen met water, om alle achtergebleven restanten te verwijderen. Omdat ik eigenlijk nooit zonnebloemolie in huis heb maar wel olijfolie, leek dat in eerste instantie een veel logischer keus. Maar hierin had ik mij grondig vergist. Toen ik het uitprobeerde met olijfolie, kreeg ik al heel gauw braakneigingen omdat olijfolie veel minder neutraal is dan zonnebloemolie.

Tijdens zo'n ontgifting is de huid ook een orgaan waar ook vele gifstoffen uit te voorschijn komen. Om dit proces te versnellen kun je bijvoorbeeld een lekker heet bad nemen, waarin je een flinke scheut appelazijn gooit en een paar flinke scheppen zeezout. Heb je geen bad, dan

kan een teiltje voor je voeten ook uitkomst bieden of je verwent jezelf, door een dagje de sauna in te gaan, waar men de gifstoffen lekker uit kan zweten.

Door het testen van vele honderden mensen in de afgelopen jaren, kwamen er een aantal frappante feiten naar voren.

- Bij de meeste mensen die hier voor het eerst kwamen en die één of meer klachten hadden bleek het energiesysteem danig uit balans te zijn.
- De meeste ouderdomsklachten bij mensen geheel overbodig blijken te zijn en dat deze ontstaan door het ophopen van achterstallig onderhoud in het lichaam
- Een groot percentage van de mensen die arbeidsongeschikt zijn en in de WAO zitten weer geheel of voor een deel terug kunnen keren in het arbeidsproces wanneer hun energiesysteem weer in balans wordt teruggebracht, waardoor de helende capaciteit van hun lichaam weer geactiveerd kan worden

Ik kwam er achter dat gestresste energiebanen, ofwel veroorzaakt worden door een ophoping van bepaalde gifstoffen, ofwel tijdelijk van aard zijn, doordat er vlak voor de meting een fysieke/emotionele prestatie was geleverd, waardoor bepaalde organen even extra energie nodig hadden. Werden deze personen na een uur weer getest, dan waren de gestresste energiebanen tot rust gekomen waarbij hun normale waarden waren teruggekeerd.

De verzwakte energiebanen zijn een heel ander verhaal. Deze geven aan dat bepaalde organen te weinig energie hebben waardoor ze niet normaal meer kunnen functioneren. Cellen kunnen bijvoorbeeld niet op tijd vervangen worden en hoe langer deze situatie aanhoudt, hoe meer achterstallig onderhoud zich in het lichaam ophoopt. In het begin zul je hier weinig van merken, maar als dit langer duurt, ontstaan er klachten en kan een ziekte ontstaan.

Een ander gevolg van verzwakte energiebanen is, dat het lichaam langzamerhand steeds meer voedingsintoleranties en -allergieën gaat opbouwen. De oorzaak hiervan is dat het lichaam te weinig energie heeft om bepaalde voedingsstoffen goed te kunnen afbreken die nodig is om het lichaam deze weer goed op te kunnen laten nemen. Hierdoor komt het lichaam langzaam in een neerwaartse spiraal terecht, die gaandeweg ook steeds meer klachten veroorzaakt.

De eerste stap naar herstel is, dat je zo snel mogelijk moet zorgen dat het energiesysteem weer in balans komt, wat gemiddeld bij de meeste mensen na zo'n week of zes het geval is. Dit is het moment dat alle delen in het lichaam weer die energie krijgen, die nodig is om normaal te kunnen functioneren. Nu wordt de helende capaciteit van het lichaam, die enorm groot is, weer geactiveerd en kan het lichaam van binnen uit beginnen om al het achterstallige onderhoud langzaam weg te werken. Dit moment wordt vaak ervaren als een kleine terugval, omdat er ineens een stuk minder energie voorhanden is. Dit is te verklaren. Het lichaam heeft, misschien voor het eerst in jaren, weer een over-energie en gaat volop aan de slag om al het achterstallige onderhoud in het lichaam weg te werken. In deze periode kunnen oude klachten zoals eczeem, schimmelinfecties etc. ook weer even versterkt de kop op steken. Het lichaam gooit het er als het ware uit. Ben je het eenmaal kwijt dan is het ook echt verdwenen.

Ongeveer twee weken later (*acht weken na het eerste consult*) zullen de meeste voedingsintoleranties en allergieën verdwenen zijn, waardoor het lichaam voor het eerst weer toegang krijgt tot bouwstenen die het vaak gedurende lange tijd niet kon opnemen en verwerken. Hierdoor wordt er een hele nieuwe energie golf gecreëerd die het helingproces ten goede komt. Men krijgt nu ook het advies om zeer gevarieerd te gaan eten waarbij men moet uitgaan van de volgende sleutel: "Herhaal de producten die je vandaag eet op zijn vroegst over een dag of drie à vier en koop iedere keer een ander soort granenbrood. Hierdoor voorkom je toekomstige intoleranties en heeft het lichaam toegang tot een breed assortiment aan voedingsstoffen."

Hoe langer de klachten aanwezig zijn, hoe langer het herstel duurt, omdat er gewoonweg meer schade is. Dit houdt in dat in sommige gevallen, mensen na een maand of vier à vijf ineens weer bepaalde oude klachten voelen terugkomen. De overenergie blijkt opgebruikt te zijn. Eén of twee energiebanen blijken weer verzwakt, waardoor de helende capaciteit van het lichaam onmiddellijk stopt. Je voelt nu met name de plekken in het lichaam, die nog niet geheel hersteld zijn. Vanaf het moment dat de verzwakte energiebanen weer in balans gebracht zijn, zet het herstel weer in, totdat het overal in het lichaam voltooid is en je duidelijk voelt dat je weer een krachtig lichaam hebt.

Zodra dit stadium is bereikt, verandert de B.E.S.T.test in een preventieve behandeling, die ik vaak de A.P.K – keuring voor het lichaam noem. Deze vindt eenmaal per jaar plaats. Bij de meeste mensen zijn na een jaar, twee tot vijf energiebanen verzwakt. Dit is over het algemeen te weinig om weer veel achterstallig onderhoud en voedingsallergieën te veroorzaken, waardoor de correctie relatief snel en eenvoudig kan plaatsvinden. De voornaamste oorzaak die achter het verzwakken van deze energiebanen ligt, is de luchtvervuiling. We wonen in een overbevolkt land met veel te veel auto's en industrieën en dit laat duidelijk zijn stempel na in de lucht, die we met zijn allen inademen. Er bestaat een duidelijk verschil tussen de mensen die in de Randstad wonen en mensen uit het noorden en oosten van het land. Deze laatste groep blijft relatief langer in balans.

Allergieën en Intoleranties

In het vorige hoofdstuk kwam reeds aan de orde dat een verzwakt energiesysteem de voornaamste oorzaak is achter de meeste voedings allergieën en intoleranties.

Na een aantal schrijnende gevallen te hebben meegemaakt in mijn praktijk en elders, waarbij mensen totaal ondervoed bleken te zijn kwam ik tot een zeer belangrijke conclusie nl. dat echte allergieën en intoleranties pas ontdekt kunnen worden op het moment dat het energiesysteem terug in balans is gebracht.

De mensen uit de groep van schrijnende gevallen waren in het verleden stuk voor stuk in het ziekenhuis getest op allergieën. Ze hadden daar een uitslag gekregen die vermeldde welke producten een allergische reactie in het lichaam veroorzaakten. Het medisch advies was, deze producten niet meer te gebruiken. Het energiesysteem van deze mensen was echter nooit terug in balans gebracht, met als gevolg dat er na verloop van tijd meer en meer allergieën en intoleranties ontstonden. Uiteindelijk bleven er nauwelijks nog voedingsmiddelen over die men kon verdragen en werd men steeds wanhopiger.

Het ergste geval dat ik meemaakte was in Engeland tijdens een Vortexcursus. Het betrof een jonge vrouw die ik voor het eerst tijdens de Vortex Intensive ontmoette in Grimstone Manor. Toen al had ze een streng dieet waarin geen gluten, gist, melkproducten en suikers mochten voorkomen. In de jaren daarna zag je haar langzaam achteruit gaan. De laatste keer dat ik haar zag was in 2002 in Ierland. Ik schrok toen ik haar zag. Haar gezicht had niet een vale, maar een echt groene kleur. Ze voelde zich ronduit ziek en at sinds een maand of zes, alleen nog maar witte rijst. Ik gaf haar het adres van een kliniek in Engeland, die ook met de B.E.S.T.apparatuur werkt, om zich eens goed door te laten meten. Dit heeft ze helaas niet meer gered. Terug in Engeland werd ze hals over de kop opgenomen in het ziekenhuis en kreeg ze onmiddellijk een grote dosis vitamine B-12. Ze bleek totaal ondervoed te zijn. Enkele weken later werd er maagkanker geconstateerd waar niets meer aan gedaan kon worden, met als gevolg dat ze vier maanden later overleed.

In mijn praktijk kom ik ook steeds vaker mensen tegen die door jarenlange diëten te volgen, bv. het algemene Candida-dieet, compleet ondervoed raken. Ze worden door het medische circuit onbegrepen van het kastje naar de muur gestuurd en zakken steeds verder weg in het

moeras. Duurt dit proces te lang dan loopt men het gevaar dat het lichaam zover is afgetakeld dat het niets meer kan op nemen, met alle gevolgen van dien.

In de meeste gevallen krijg ik deze gevallen weer op de rails, al is het een lang proces waarbij veel geduld in acht moet worden genomen. Er is vaak zoveel schade veroorzaakt en dit heeft zijn tijd nodig om te helen. Het energiesysteem moet in het eerste jaar om de paar maanden terug in balans gebracht worden, om de helende capaciteit van het lichaam gaande te houden.

Een echte allergische reactie wordt aangewakkerd wanneer het afweersysteem reageert op de aanwezigheid van iets wat normaal niet aanwezig is in het lichaam. Het allergeen kan het lichaam binnenkomen via eten, inhaleren, injecties of als een insectenbeet.

Allergische reacties treden het meest op bij pollen, granen, stof, schimmels en voedsel. Ook kunnen ze ontstaan door dierlijke eiwitten die men aantreft op haar, bont en huidschilfers.

Wanneer een allergische persoon wordt blootgesteld aan een allergeen, dan produceert zijn lichaam antistoffen, bekend als Immunoglobine E of IgE. Zijn deze antistoffen eenmaal aanwezig dan is soms de meest geringe hoeveelheid van dit allergeen reeds voldoende om een allergische reactie teweeg te brengen.

Een intolerantie houdt in dat het lichaam niet in staat is bepaalde stoffen op een normale manier te kunnen verwerken. Deze stoffen ontnemen het lichaam energie in plaats van dat ze energie geven. Hierdoor kan een neerwaartse spiraal ontstaan waarbij er steeds een groter tekort aan verschillende voedingsstoffen wordt gecreëerd. Dit tekort zorgt voor een verdere verzwakking van het energiesysteem waardoor er nog meer intoleranties zullen ontstaan. Dit kan op den duur allerlei chronische klachten veroorzaken.²⁰

Mogelijke oorzaken van een verzwakt energiesysteem op jonge leeftijd kunnen zijn:

Inenting

Het grote probleem bij inenting is niet zozeer de inenting zelf als wel de cocktails die gebruikt worden zoals bijvoorbeeld DKTP en/of BMR vaccinaties. Het lichaam wordt gedwongen antilichamen aan te maken voor meerdere ziektes tegelijkertijd. Het afweersysteem kan dit niet altijd aan en ontploft als het ware waardoor het niet langer in staat is normaal te functioneren. Uit steeds meer rapporten blijkt dat deze cocktails wel eens mede oorzaak zouden kunnen zijn bij het ontstaan van allergieën, maar ook b.v. van autisme en hersentumoren bij jonge kinderen.,^{21, 22, 23}

Magnetron

Dat de magnetron niet zo mooi is als de fabrikanten de consument willen laten geloven wordt beetje bij beetje duidelijker. Kanker wordt steeds vaker gekoppeld aan veelvuldig magnetron gebruik, evenals de toename van allergieën bij jonge kinderen.

De straling van de magnetron kapselt de voedingsstoffen in op een dusdanige manier die het voor het lichaam onmogelijk maakt deze op te nemen. Dit houdt in dat de zo belangrijke voedingsstoffen het lichaam ongebruikt weer verlaten. Dit is een heel griezelig scenario als je bedenkt dat vele ouders de melk voor hun baby opwarmen in de magnetron. Baby's krijgen daardoor geen voedingsstoffen binnen die nodig zijn voor de opbouw van een gezond afweersysteem met alle gevolgen van dien.^{24, 25}

Anorganische toevoegingen

Steeds vaker en vooral uit de hoek van de natuurgeneeskunde wordt aangetoond dat lichaamsvreemde additieven de gezondheid ondermijnen. Ze roepen voortdurend ongewenste afweerreacties op die tot allergievorming kunnen leiden en de afweer op den duur doen verzwakken. De anorganische toevoegingen verstoren normale biochemische processen, met name bij jonge kinderen van wie het immuunsysteem zich nog niet voldoende ontwikkeld heeft. Verder kunnen ze de ontgiftende organen, zoals de lever, overbelasten. Deze

toevoegingen komen vooral voor in kant-en-klaar voedsel en in voedsel dat lange tijd bewaard moet blijven.²⁶

Geraffineerde koolhydraten

Geraffineerde koolhydraten treft men aan in snoep, suikers, koek, frisdranken, witmeelproducten enz. Dit zijn koolhydraten die wél de brandstof geven, maar niet meer in voldoende mate de bijbehorende co-factoren bezitten die noodzakelijk zijn voor de verbranding. Deze zijn door de fabrikant verwijderd. Bij veelvuldig gebruik leidt dit tot onbalansen in het hormonale stelsel, wat weer leidt tot immuunstoornissen die o.a. kunnen leiden tot de meest voorkomende welvaartziektes als **hypoglykemie** en **candida**. Wat ook onbekend is bij velen, is dat producten (*zoetjes, dieetfrisdranken, kauwgoms*) die als suikervrij verkocht worden en aspartaam, sorbitol, maltitol of sacharine bevatten, minstens en soms zelfs nog veel meer schade kunnen veroorzaken dan normale bietsuiker.^{27,28,29}

Omdat het lichaam suikers nodig heeft wordt men aangeraden zoveel mogelijk de ongeraffineerde koolhydraten te nuttigen die hun grove, natuurlijke vorm hebben behouden. Deze zijn gunstig voor de regulering van de bloedspiegel. (*tarwemoutstroop, dadelstroop, rijstestroop, ahornsiroop om er een paar te noemen*)

Koemelk

Het komt steeds vaker voor dat kinderen een lactose intolerantie/ allergie hebben die vaak ontstaat na de vaccinaties. Deze zijn een dusdanige belasting voor het afweersysteem dat de energiebalans totaal ontwricht met als gevolg dat het enzym lactase (*is nodig om de lactose te kunnen afbreken*) niet meer wordt aangemaakt. Iedere inname van koemelkproducten creëert nu een belasting voor het lichaam. Deze stapelt zich langzaam op totdat het lichaam is verzadigd en in opstand komt wat zich kan uiten in bijvoorbeeld eczeem, stafylokokken, neus- en oorklachten, astmatische verschijnselen, enz. ³⁰

Gepasteuriseerde melk is ook een belastende factor. De reden hiervan is dat er tijdens het pasteurisatieproces enzymen worden gedood die het lichaam nodig heeft om de melk te kunnen afbreken. Biologische karnemelk en yoghurt zijn daarentegen weer wel gezond vanwege de “*vriendelijke*” bacteriën die erin inzitten.

Hoe ziet onze spijsvertering eruit

- Mond

De spijsvertering start in de mond. Hier wordt het voedsel door het gebit vermalen in kleine stukken en wordt het vermengd met speeksel die vol zit met allerlei enzymen. Daarna wordt het doorgeslikt en komt het via de slokdarm in de maag terecht.

- Maag

De hoge zuurgraad in de maag heeft verschillende functies. Het helpt bij de eerste afbraak van proteïnen (eiwitten) die nu worden omgezet in aminozuren die het lichaam kan opnemen. Verder helpt het ‘t lichaam te beschermen tegen ziekteverwekkers als parasieten en onvriendelijke bacteriën.

- Dunne Darm

Na de maag arriveert het afgebroken voedsel in het eerste gedeelte van de dunne darm, waar het wordt vermengd met enzymen afkomstig uit de alvleesklier en gal uit lever en galblaas. Dit versnelt de transformatie van de proteïnen in aminozuren, koolhydraten en suikers in glucose en vetten in vetzuren.

Vervolgens worden de nu verkregen stoffen, die microscopisch klein zijn, via de darmwand opgenomen in de bloedbaan. Het bloed wordt getransporteerd naar de lever, het centrale punt

in het lichaam. Van hieruit worden cellen niet alleen opgeslagen (*overtollige glucose*), maar ook verzameld, omgezet, ontgift en verzonden.

- **Dikke Darm**

Alle resten die onverteerd en onafgebroken zijn overgebleven, gecombineerd met allerlei vezels komen nu in verdunde vorm in de dikke darm terecht. De belangrijkste taak van de dikke darm is over het algemeen de vochtthuishouding. Zou deze namelijk niet bestaan, dan waren we gedwongen om ontzettend grote hoeveelheden water te drinken om in leven te kunnen blijven.

De dikke darm bevat, in een gezonde staat, biljoenen vriendelijke bacteriën (*de darmflora*) die klaarstaan om de vezels af te breken in vetzuren, die dienen als voedsel en bescherming van de beschermende slijmlaag in de darmen.

Mineralen en andere componenten als cholesterol afkomstig van de gal, worden geabsorbeerd en naar de lever gestuurd.

Alles wat nu nog overblijft verlaat het lichaam in de vorm van ontlasting.

De Chinezen beschouwen de spijsvertering als de fundering waarop de hele gezondheid rust. Is deze fundering slecht dan raakt het gehele lichaam uit balans.

Dysbiosis

Er wordt steeds vaker vanuit gegaan dat de begin fase van chronische ziektes als fibromialgie, reumatische artritis, auto-immuun stoornissen, ontstaan door een afbraak van het darmslijm. Dit kan tot gevolg hebben dat de darmen hun selectieve barrière kwijtraken waardoor gif uit voedsel en vocht, en onvolledige afgebroken voedingseiwitten via de darmwand de bloedbaan bereiken. Hierdoor ontstaat een toename aan voedsel allergieën en een verhoogd percentage aan gifstoffen in het gehele lichaam.³¹

Typische symptomen zijn:

<i>Buikpijn en/of krampen,</i>	<i>Gewichtsverlies</i>
<i>Chronische moeheid</i>	<i>Diarree</i>
<i>Constipatie</i>	<i>Koorts</i>
<i>Voedsel allergieën</i>	<i>Lage rugpijn</i>
<i>Huidaandoeningen</i>	<i>Artritis</i>
<i>Colitis</i>	<i>Ziekte van Crohn</i>
<i>Hoofdpijn</i>	<i>Osteoporosis</i>
<i>Gasvorming en/of opgeblazen gevoel</i>	<i>Aangetast immuunsysteem</i>

De dysbiosis kan veroorzaakt worden door :

- **Parasieten** (*Entamoeba histolytica*, *Entamoeba coli*, andere *Entamoebam* *Dientamoeba fragilis*, *Endolimax nana*, *Giardia lamblia*, *Blastocystis hominis*, *Chilomastix mesnili*, en anderen) Parasieten hebben in de afgelopen decennia meer en meer hun intrede gedaan vanwege onze veranderde leefgewoontes. Internationale reizen zijn doodnormaal geworden. Ook als je zelf geen reiziger bent, komen de parasieten tegenwoordig naar je toe via buitenlandse producten en immigranten waar de hygiëne een meer ondergeschikte rol speelt. Ook regelmatig buiten de deur eten verhoogt de kans op verspreiding van parasieten.
- **Schimmels** (*Candida albicans*, andere candida soorten, *Torulopsis glabrata*, en anderen)
- **Bacteriën** (*Salmonella*, *Shigella*, *Campylobacter jejuni*, *Yersinia enterocolitica*, *Klebsiella pneumoniae*, *Citrobacter freundii*, *Citrobacter diversus*, *Proteus mirabilis*,

Pseudomonas aeruginosa, sommige vormen van *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus*, sommige vormen van *Bacteriodes*, *Clostridium difficile*, en anderen) Een aantal van deze organismen worden in de conventionele geneeskunde niet als pathogeen gekenmerkt. Zwakke pathogenen of een overvloed aan onvriendelijke organismen kunnen echter vervelende ziekten veroorzaken bij mensen die chronisch ziek, verzwakt of ondervoed zijn. Het neutraliseren van deze organismen kunnen een ongelofelijke verbetering in de gezondheid tot stand brengen.

- **Antibiotica en prednison**

Een belangrijke oorzaak bij het ontstaan van bacteriële en schimmelvormende dysbiosis is het regelmatig of langdurig gebruik van medicijnen als antibiotica en prednison. Deze medicijnen doden niet alleen de bacteriën die ze moeten doden, maar ook de “vriendelijke” bacteriën in de darmen en de vagina. Hierdoor krijgen schimmels, “onvriendelijke” bacteriën en parasieten de kans zich op deze plekken te koloniseren.

- **Slechte stofwisseling** kan ook dysbiosis veroorzaken. Als voedsel snel en geheel afgebroken geabsorbeerd wordt door de dunne darm, is het niet langer beschikbaar voor de onvriendelijke bacteriën en gisten in dunne en/of dikke darm. Het enige wat overblijft op weg naar de dikke darm zijn vezels, wat het favoriete voedsel is voor de “vriendelijke” bacteriën als Lactobacilles en Bifido-bacterien die zo op een gezond peil blijven.

- **Diëten** (is reeds in het vorige hoofdstuk beschreven)

- Andere factoren als:

- besmet voedsel
- belast drinkwater (bv. chloor, zware metalen)
- anticonceptiepil
- hormoonvervangende therapieën
- negatieve stress
- veroudering

Onze samenleving verschimmelt

Tijdens de Vortex basistraining hoorde ik voor het eerst over het fenomeen Candida. Ik had geen idee wat het was, maar leerde dat het een oorzaak kon zijn van o.a. chronische moeheid. Vortexhealing zou een manier zijn, om hier enige verbetering in te brengen.

Toen Yaakov in Israël zijn eerste B.E.S.T. behandeling kreeg, werd er ook geconstateerd dat hij Candida had waarbij hij meteen op een streng dieet werd gezet. Dit hield in: geen gist, suiker, melkproducten, alcohol enz. Met andere woorden je mag bijna niets meer eten. Het advies was om dit dieet zeker een jaar vol te houden, wilde je succesvol de Candida bestrijden. Dit ging drie maanden goed. Daarna werd hij steeds humeuriger, kreeg maag- en darmklachten, met als gevolg dat het dieet steeds meer verwaarloosd werd.

Via het internet ging ik op zoek naar nieuwe informatie over Candida. Op Nederlandse sites kwam ik weinig nieuwe info tegen en besloot verder te gaan zoeken. De Verenigde Staten die als eerste land in de wereld zijn leefgewoontes drastisch had veranderd met de komst van o.a.

de fast-food ketens, kampte reeds veel langer met gezondheidsproblemen en bleek ook veel meer informatie over Candida te zitten. 32

Ik leerde dat Candida een gist is dat iedereen in z'n lichaam meedraagt. Het wordt in toom gehouden door de vriendelijke bacteriën in de dikke darm zoals acidophilus, die het gebruiken als voedsel. Indien de Candida echter niet wordt opgegeten heeft het de vervelende eigenschap dat het zichzelf kan veranderen in een schimmel, met dezelfde eigenschappen als alle andere schimmels, zoals bv. zwemmerseczeem. Deze omschakeling kan plaatsvinden wanneer de balans in de darmen verstoord wordt doordat vriendelijke bacteriën vernietigd worden door bv:

- Veelvuldig gebruik van geraffineerde koolhydraten, fast-food en kant-klaarproducten.³³
- anticonceptiepill
- Antibiotica ^{34, 35, 36}
- Chemotherapie en bestraling ³⁷
- Cortisonpreparaten, prednison ³⁸
- Fluor ³⁹
- Langdurige blootstelling aan negatieve stress ⁴⁰
- Drugs, alcohol
- Men wordt steeds meer blootgesteld aan in- en uitwendige gifstoffen zoals alcohol, kwik, lood, penicilline in melkproducten enz.

Wanneer het gist verandert is in een schimmel, begint het te groeien en creëert het een plantachtige structuur, compleet met wortels. Deze wortels kunnen door de beschermende slijmlaag van de darmen heen breken, waardoor het mogelijk wordt voor het schimmel om in andere delen van het lichaam te komen zoals neus- en voorhoofdsholtes, keel, geslachtsorganen, longen en huid om er een paar te noemen.

Het candida-schimmel is in staat meer dan honderd symptomen te produceren. Deze kunnen zo'n verwarrend beeld geven waardoor, indien er niet uitgebreid getest is met de juiste apparatuur, het moeilijk is een juiste diagnose te stellen.

De symptomen van candida verergeren door het eten van geraffineerde koolhydraten, gist, schimmelkazen, champignons, de meeste fruitsoorten, alle koolsoorten (*inclusief broccoli en bloemkool*), zoete groenten (*bv. rode bieten, rode en gele paprika*) en bepaalde alcoholsoorten (*bier, witte wijn*). Verder kan het weer ook invloed hebben, vooral wanneer het warm, benauwd en vochtig is.

De signalen van een verspreidend schimmel komen in de meeste gevallen overeen met de volgende:

1. De eerste tekenen zijn maag/darmklachten, opgeblazen gevoel, constipatie, brandende stoelgang, winderigheid en buikkrampen, jeukend rectum. Het krijgt nu kans over te springen naar andere delen van het lichaam. Daar de geslachtsorganen vlak bij de anus liggen is dit een van de plekken waar de Candida infecties en jeuk kunnen veroorzaken. Ook de urinewegen kunnen geïnfecteerd raken.
2. In het tweede stadium breekt Candida door de beschermende slijmlaag in de darmen en komt in het bloed terecht. Het reist nu door het lichaam en groeit uit tot een ware plaag die vele symptomen kan creëren.
3. Het derde stadium is je constant moe voelen, weinig energie hebben, snelle geïrriteerdheid, concentratieproblemen, geheugenverlies enz.
4. Toenemende voedsel allergieën en/of intoleranties.
5. Het laatste stadium is depressief, argwanend, agressief en soms zelf suïcidaal gedrag. (Candida is pas in een laat stadium duidelijk aantoonbaar in het bloed)

Candida symptomen

(Het gemiddelde Candida slachtoffer heeft last van meerdere symptomen)

<ul style="list-style-type: none"> • intolerantie voor parfum, deodorant, sigarettenrook enz. • klachten die toenemen in vochtige, benauwde en schimmelachtige ruimtes • zwemmerseczeem, jeuk in lies, schimmelinfecties op huid of nagels • drang naar suiker, brood of alcohol • Ontstekingen op geslachtsdelen • Diarree • Constipatie • Maag/darmklachten en/of opgeblazen gevoel • Winderigheid • Rectale jeuk of uitslag • Buikkrampen • Luiersuitslag • Vaginale jeuk en/of steeds terugkerende infecties • Blaas en/of nierbekken ontstekingen • Voorhoofdholte ontstekingen • Gewrichtspijnen en of zwellingen • Acne • Uitslag • Jeukende huid • Brandende urine • Hoest • Hoofdpijn en/of migraine • Haaruitval • Hooikoorts 	<ul style="list-style-type: none"> • Eczeem • Psoriasis • Verminderde seksuele behoefte • Impotentie • Moeheid • Het gevoel totaal gevloerd te zijn • Geheugenverlies • Concentratie problemen • Spierklachten • Koortsachtige symptomen • Vlekken zien • P.M.S. • Menstruatieproblemen • Humeurschommelingen • Brandend maagzuur • Hypoglykemie • Depressies • Zweverig gevoel hebben • Slecht ruikende adem • Droge mond • Oorpijn /ontstekingen • Blaasjes in mond • Aambeien • Astmatische symptomen • Constante druppende neus • Pijnlijk en/of gespannen gevoel in borststreek • Pijnlijk geslachtsgemeenschap • Suïcidale neigingen
---	--

Toen ik mijn eigen B.E.S.T.apparaat kreeg, ontdekte ik dat er vele soorten Candida-schimmels en andere schimmels bestaan waarbij er al meer dan honderd twintig verschillende in het testapparaat vermeld worden. De Candida die over het algemeen het meest bekend is, is Candida Albicans die ook weer uit vele vormen kan bestaan.

Naarmate ik meer mensen testte ontdekte ik dat er bij de meeste klachten een schimmel naar voren komt. Nu na ruim drie jaar testen waarbij ik vele honderden mensen heb getest, blijkt dit bij ruim tachtig procent van mijn cliënten het geval te zijn. Deze schimmelvorming is naar mijn mening de grote boosdoener achter de vele vage klachten waar steeds meer mensen aan lijken te lijden. Door al mijn kennis uit het verleden en heden te combineren, waaronder o.a. de kinesiologie en orthomoleculaire geneeskunde, ontstond er op een gegeven moment een programma waarbij mensen in acht weken schimmelvrij gemaakt konden worden. Hier waren vier stappen voor nodig:

- Het energiesysteem moet terug in balans gebracht worden waardoor het afweersysteem weer sterk wordt gemaakt.

- Het lichaam moet ontgiften
- Alle voedingsmiddelen waarmee het specifieke schimmel wat is aangetroffen zich kan voeden, moeten gedurende acht weken worden vermeden waardoor je het schimmel uithongert en uiteindelijk wordt geneutraliseerd.
- De darmflora moet terug in balans gebracht worden door middel van voedingssupplementen als bijvoorbeeld acidophilus of lactobacillen

Dit houdt niet in dat na acht weken ook alle klachten onmiddellijk verdwenen zijn. Hoe langer het schimmel in het lichaam aanwezig is geweest, hoe meer schade er is ontstaan.

Na ongeveer zes weken wanneer het energiesysteem terug in balans is begint het herstel van binnen uit. Rond de achtste week worden alle voedingsmiddelen waar het schimmel zich voor die tijd mee voedde, opnieuw getest. Indien deze weer normaal geaccepteerd worden door het lichaam is dit het teken dat het schimmel niet langer de dienst uitmaakt. Voor het eerst in soms jaren krijgt het lichaam weer toegang tot bijvoorbeeld gist wat een belangrijke leverancier is van de vitamine B, die ons zenuwstelsel nodig heeft; fruitsoorten en koolsoorten enz. die nu weer bouwstenen kunnen leveren en het herstel van het lichaam bespoedigen.

Tussen de zesde en de twaalfde week kunnen oude symptomen als eczeem, schimmelinfecties enz. soms in alle hevigheid even terugkomen. Dit is een goed teken, hoe vervelend het ook is. Het lichaam gooit de stoffen er als het ware uit. Is dit eenmaal achter de rug dan ben je het ook echt kwijt in tegenstelling tot enkele medicijnen die regelmatig door artsen aan candida patiënten worden voorgeschreven zoals Nystatin, die ingezet kunnen worden bij plaatselijke schimmelinfecties. Dit komt echter niet in het bloed waardoor andere delen van het lichaam geïnfecteerd blijven.

Een ander medicijn is Nizoral waar een bepaalde hoeveelheid maagzuur voor nodig is om het te kunnen absorberen, iets wat bij veel candida patiënten ontbreekt. Recente studies hebben ook aangetoond dat dit medicijn ernstige schade aan de lever kan toebrengen.⁴¹ Dit geldt ook voor het antischimmelmiddel itraconazole (sporanox) en terbinafine (Lamisil) die naast ernstige leverproblemen ook nog eens met hartfalen in verband wordt gebracht.^{42, 43}

(Een natuurlijk recept tegen vaginale schimmelinfecties en witte vloed afkomstig van het adviesbureau van Orthomoleculaire Voeding

Je maakt een mengsel van de volgende ingrediënten:

- 50 ml melkwei aangevuld met 50ml gedistilleerd water om het vaginale slijmvlies te versterken
- 30 druppels tea-tree olie om schimmels en parasieten te doden
- 30 druppels waterstofperoxide van 3% om te desinfecteren
- 5 gram acidophiluspoeder of lactobacillen (kan ook met de inhoud van 10 capsules acidophilus of andere lactobacillen) om de vaginale flora te verbeteren

Het is de bedoeling om twee tot drie maal in de week voordat je gaat slapen een tampon te doordrenken met dit mengsel die je daarna in de vagina brengt en de hele nacht laat zitten. Indien er een irritatie optreedt kan het mengsel verder verdund worden met gedistilleerd water. Ga nog enkele dagen door nadat alle klachten verdwenen zijn om er zeker van te zijn dat alles echt weg is.)

Ondanks dat er steeds meer medische rapporten verschijnen over candida weigeren jammer genoeg nog heel veel artsen het serieus te nemen met als gevolg dat het aantal mensen met candida schrikbarend stijgt.

Een paar jaar geleden kreeg ik een meneer in mijn praktijk die o.a. last had van moeheid, darmklachten en gasvorming. Tijdens de voedings-allergietest kwam ik er al gauw achter dat

hij reageerde op gist, geraffineerde koolhydraten, de meeste fruitsoorten en kolen en vertelde hem dat hij een candida schimmel in zijn lichaam had. Met deze informatie stapte hij naar zijn arts die hem vierkant uitlechte en zei dat candida alleen maar bij vrouwen voorkwam. Gelukkig had ik hem hierop voorbereid en verteld dat hij eventueel in het laboratorium zijn ontlasting zou kunnen laten testen op schimmelvorming. Een week later kreeg zijn arts het resultaat hiervan binnen en bleek dat hij inderdaad een candida schimmel met zich meedroeg.

Herken je de klachten bij jezelf, onderneem stappen ook al weigert je arts mee te werken. Er staat je een geheel nieuw leven te wachten waarbij de meeste klachten tot het verleden zullen behoren en de meeste medicijnen overbodig blijken.

Kanker

Tijdens mijn tienerjaren kreeg ik voor het eerst in mijn directe omgeving met kanker te maken. Een tante waarop ik zeer gesteld was kreeg borstkanker waarna er een borstamputatie volgde met de nodige chemokuren. Dit had tot gevolg dat ze na iedere chemokuur enkele dagen doodziek was en langzamerhand al haar haar verloor. en Het kwam op mij over als een zeer mensonterende onnatuurlijke behandelingsmethode die meer van een mens vergde dan goed voor hem was.

Nadat de behandeling was afgerond leek het een poosje goed te gaan totdat ze ineens weer ziek werd en er werd geconstateerd dat de kanker zich door haar hele lichaam had verspreid en er niets meer aan te doen was.

Toen al was ik er van overtuigd dat er iets niet klopte aan deze behandelingsmethode. In de jaren die daarop volgden en ik steeds vaker mensen in mijn omgeving ten onder zag gaan aan deze ziekte besloot ik me hier meer en meer in te gaan verdiepen. Gaandeweg ontdekte ik dat kanker net als alle andere ziekten een heel duidelijk signaal van het lichaam is dat er iets veranderd moet worden aan iemands levensstijl.

Hoe meer materiaal ik in handen kreeg van de conventionele geneeskunde hoe radelozer ik werd. Enerzijds vanwege het feit dat:

- Er volledig wordt voorbij gegaan aan de oorzaak van de kanker.
- de kortzichtige visie van de medische wetenschap die pas iets bewezen acht wanneer honderd geteste mensen hetzelfde reageren.
- Er geen aandacht wordt besteedt aan de reactivering van de helende capaciteit van het lichaam, die uiteindelijk de beste bescherming biedt.

Anderzijds vanwege het feit dat er wel degelijk fantastische behandelingsmethoden met goede resultaten beschikbaar zijn maar die geheel geboycot worden door de conventionele geneeskunde die volledig door de farmaceutische industrie wordt geleid. De doorsnee arts heeft geen benul hoe ze kanker bestrijden in andere delen van de wereld omdat daar nooit iets over gepubliceerd wordt in de vakbladen of tijdens conferenties, die gesponsord worden alweer door de farmaceutische industrie.

Zolang men niet inziet dat ieder mens uniek is en een behandelwijze krijgt aangereikt op zijn persoon afgestemd, zal er nooit een middel ontdekt worden. Want wat voor de één goed werkt kan averechts werken bij de ander. In dit hoofdstuk probeer ik wat informatie te verschaffen die hopelijk iets meer inzicht geeft in wat kanker kan veroorzaken en hoe je het kan proberen te voorkomen.

OORZAAK

Voeding

In de afgelopen vijftig jaar zijn onze leefgewoontes in de Westerse Wereld enorm veranderd. Onze voeding is steeds geraffineerder geworden met name tarwe en suiker waardoor de inname van suiker drastisch is toegenomen. Kleurstoffen, zoetstoffen, conserveringsmiddelen en modificeerders worden bijna aan alles toegevoegd. De fast-food ketens en de kant-en-klaar maaltijden waarbij de onmisbare vetzuren ontbreken, houden menig huishouden in hun ban. Steroïden, antibiotica, tranquillizers en bètablokkers worden volop gebruikt in de vleesindustrie. Pesticiden, onkruidverdelgers, schimmelwerende middelen, en nitraatmeststoffen zijn niet meer weg te denken in de landbouw.

Parallel aan deze veranderde leefgewoontes is de constatering dat de gezondheid van de gemiddelde Westering steeds slechter wordt en 1 op de 3 mensen het slachtoffer dreigt te worden van kanker.

Gezonde natuervolkeren zoals de Eskimo's uit Alaska, Indianen, afrikanen en bewoners van eilanden uit de Stille Zuidzee die altijd hebben geleefd van graansoorten, wild, vis, vrij rondlopend vee, vers fruit en groenten enz. kennen geen ziektes als kanker en vallen op door hun sterke gezonde lichamen. Emigreren ze echter naar het westen en nemen ze onze leefgewoontes over dan zijn ze na verloop van tijd net zo vatbaar voor de degeneratieve ziekten als de gemiddelde westerling. Hieruit blijkt duidelijk wat de invloed van het voedsel op onze gezondheid is.⁴⁴

De medische wetenschap legt nog nauwelijks of geen verband tussen voeding en gezondheid of slaan soms helemaal door naar de andere kant zoals bij cholesterol het geval is waarbij ineens verklaard werd dat vetvrij eten de mens kon vrijwaren tegen hart en vaatziekten. In werkelijkheid is er echter nog nooit in enig onderzoek aangetoond dat vetarm eten en cholesterolverlagende geneesmiddelen de kans op hartkwalen voorkomen.⁴⁵ Recent onderzoek heeft zelfs aangetoond dat een hoger cholesterol gehalte op oudere leeftijd juist samenhangt met een langer leven omdat dit het lichaam schijnt te beschermen tegen kanker en infectieziekten. Er bestaat een goede (*HDL*) en een kwade (*LDL*) cholesterol, waarbij de *HDL* het lichaam helpt de *LDL* op te nemen. Een hoog cholesterolgehalte hoeft geen verhoogd risico te beteken mits het *HDL* 30 procent of hoger ligt dan het *LDL*. Indien het verschil tussen de 20 en de 30 procent ligt is het lichaam nog redelijk gezond. Minder dan 20 procent begint een risico te vormen waarbij minder dan 10 procent een beroerte of hartaanval aankondigt.

Zouden de cholesterol verlagende geneesmiddelen zonder gevaar kunnen worden ingenomen dan was het nog niet zo erg, maar het blijkt dat deze ernstige spierklachten, longontsteking, alveoleklierontsteking, leverafwijkingen, zenuwbeschadiging, depressies, slaapproblemen en geheugenverlies kunnen veroorzaken. Knoflook en vitamine E (*100-400 IE per dag*), groene thee en visolie zijn gezonde alternatieven die het *LDL* gehalte kunnen doen dalen.⁴⁵

Vetarme producten zijn ook veel gevaarlijker dan dat we denken, met name de kunstmatig onverzadigde vetzuren (*Transvetzuren*) die een hele andere molecuulopbouw hebben dan die in de weefsels van mensen en dieren. Deze worden nog veel gevaarlijker wanneer ze worden verhit omdat ze dan veranderen in wat te vergelijken is met plastic. Deze vetten worden aangetroffen in o.a. margarine, gedeeltelijk gehydrogeneerde plantaardige oliën, gefrituurde voedingsmiddelen, voorverpakte snackproducten als chips, koekjes en gebakjes.

Vetconsumptie wordt geassocieerd met hart en vaatziekten, zwaarlijvigheid en kanker maar klopt dat wel?

Wat betreft de essentiële vetzuren kunnen we deze in delen in de omega-3 en omega-6 vetzuren. Ze moeten via voeding het lichaam binnenkomen omdat we niet in staat zijn deze

zelf aan te maken. De gezonde verhouding varieert in de verschillende landen en schommelt tussen de 1 : 2 en de 1 :10 waarbij de 1 voor de omega-3 staat en de 2 voor de omega-6. In de Westerse wereld echter komt de verhouding meer en meer op 1: 25 te liggen. Deze totale onbalans waarbij veel te veel omega-6 vetzuren worden genuttigd wordt steeds meer in verband gebracht met kanker, hartziekte, auto-immuunziekten en depressies. Verder dragen ze bij aan het ontstaan van luchtwegeninfecties als astma. Omega-3 vetzuren zijn ontstekingsremmend en hebben daarom een gunstig effect vele ziektes waaronder reumatische artritis, nierziekten, chronische longaandoeningen en lijkt kanker te kunnen voorkomen. Omega-3 treft men voornamelijk aan in visvet en alfa-linoleenzuur, lijnzaad en hennepzaadolie. Omega-6 komt voor in linolzuur wat zit in zonnebloemolie, gamma-linolzuur, arachidonzuur. 47

Jarenlang werd verkondigd dat de verzadigde vetten, waaronder roomboter, slecht waren voor de gezondheid. Nu komen er steeds meer aanwijzingen waaruit blijkt dat roomboter als natuurlijk product oliën en vetten bevat die elkaar volledig afbreken waardoor ze gemakkelijk in energie omgezet kunnen worden. Hierdoor wordt roomboter naast olijfolie en kokosolie het veiligste vet om in te bakken en te braden. Ze wordt niet zo snel ranzig en is stabiel bij verhitting waardoor ze minder vrije radicalen produceert die weer kanker en hart- en vaatziekten kunnen veroorzaken. Wil men olijfolie geheel veilig houden, dan is het aan te raden om er een mespuntje roomboter aan toe te voegen. Hierdoor wordt voorkomen dat de temperatuur boven de 180 graden Celsius uitkomt die de chemische samenstelling van de olie kan veranderen waardoor hij ongezond wordt. Voor frituren is ossenwit het meest gezond.

Ook eieren hebben jarenlang in het verdomhoekje gezeten en blijken nu volkomen onschadelijk en juist een hele belangrijke eiwitbron te zijn.

Indien de juiste vetten met mate genuttigd worden, zijn ze onmisbaar. Ze beschermen de botten en organen, reguleren de hormonen en het immuunsysteem en “voeden” vitale organen als hart en nieren. Zorg dat je minstens tweemaal in de week vette vis eet en dagelijks voldoende vetzuurrijke zaden en ongebrande noten, wees matig met verzadigd vet en vermijd de transvetzuren.

Door het mismanagement van onze landbouwgronden kampen we vandaag de dag met een gigantisch tekort aan voedingsstoffen in ons voedsel. Willen we dezelfde voedingsstoffen, bijvoorbeeld eiwitten, binnenkrijgen die zo'n honderd jaar geleden in een boterham zaten, dan moeten we tegenwoordig tien boterhammen eten. Door de kunstmatige bemesting waarbij ze slechts drie mineralen terug in de grond stoppen, te weten stikstof(N), fosfor(P) en kalium(K), raakt de bodem volledig uitgeput. Dit heeft tot gevolg dat de bodem steeds gevoeliger wordt voor ziekte en plagen en daardoor verzuurt. Bij gebrek aan essentiële sporenelementen nemen planten zware metalen uit de grond op als aluminium, kwik en lood die weer in de voedselketen belanden die gecombineerd met bestrijdingsmiddelen en chemische afvalstoffen een ernstige bedreiging voor de gezondheid betekenen.

Planten zijn in tegenstelling tot de mens in staat om bepaalde aminozuren, essentiële vetzuren en vitaminen zelf aan te maken. Dit gaat niet op voor mineralen die weer nodig zijn om eiwitten, vitaminen, enzymen en aminozuren hun taken te laten vervullen. Vrijwel de gehele bevolking kamt met kleine en grotere tekorten aan vitamine A, koper, selenium, vitamine D, calcium, ijzer, zink en magnesium. Daarnaast hebben de meeste mensen een veel te hoog fosfor gehalte mede door alle fosforhoudende frisdranken die het lichaam verzuurt en calcium aan het lichaam onttrekt. 48

Een seleniumtekort kan o.a. leiden tot kanker en hartaanvallen

In Nederland waar gemiddeld veel meer melkproducten worden genuttigd dan in de omliggende landen kent een hoog percentage aan osteoporose klachten. Vaak wordt hier de overgang als de schuldige voor aangewezen maar er is meer aan de gang. 49 Magnesium is

namelijk nodig om calcium in het lichaam op te nemen. Is er een tekort aan magnesium dan wordt het kalk uit de botten aangesproken om de calcium op te nemen. Je hebt om een gezonde balans te bewaren twee delen calcium op één deel magnesium nodig.

Dus om een lang verhaal kort te maken wordt het bittere noodzaak om vitaminesupplementen (*het liefst orthomoleculaire voedingssupplementen die lichaamseigen frequenties hanteren in tegenstelling tot de over het algemeen veel goedkopere synthetische vorm, die op den duur eveneens een belasting gaan vormen*) te gaan slikken die niet als een medicijn moeten worden gezien maar als de hoognodige aanvulling op onze voeding. Ga echter niet af op de Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheden (ADH's), omdat hierbij de minimale hoeveelheden voedingsstoffen worden gehanteerd ter voorkoming van deficiëntieziekten en er geen rekening is gehouden met:

- bepaalde culturele groepen, individuele behoeften of voedingspatronen.
- De verarming van onze landbouw- en veeteeltgronden als gevolg van de rooibouw
- De vervuiling in voeding en milieu
- De onnatuurlijke bereiding van ons voedsel door middel van de verkeerde vetten

Daarnaast is het raadzaam om zo veel mogelijk biologische producten te gaan eten. Hierbij gaat het niet zo zeer om het feit al zouden biologische producten meer vitamines en mineralen bevatten als wel welke stoffen er niet in zitten waardoor ze veel minder belastend voor het lichaam zijn.

Een van de meest gevaarlijke stoffen die we momenteel veelvuldig in ons eten tegenkomen zijn de kunstmatige zoetstoffen en dan met name "aspartaam" en "sacharine". Deze treffen we aan in alle "light" producten, zoetjes en vele "suikervrije" producten. Het mag dan volgens bepaalde bronnen goed voor de lijn zijn maar je riskeert symptomen van geheugenverlies tot hersentumoren. Aspartaam is opgebouwd uit verschillende chemicaliën als aspartisch zuur (40% van aspartaam) die ernstige chronische neurologische kwalen veroorzaakt, phenylalanine die emotionele aandoeningen als depressies veroorzaakt, Methanol (= houtgif 10% van aspartaam) die pas echt gevaarlijk wordt wanneer het boven de 30 graden Celsius verwarmd wordt. (*Het Golfoorlog syndroom ontstond doordat de soldaten aspartaamdrankjes dronken die in de hete zon opgewarmd werden. Dit veroorzaakte een chemische vergiftiging die vele klachten veroorzaakte*).⁵⁰

De zoetstoffen zijn door de fabrikant zo verfijnd dat het ze nog wel de brandstof geven maar niet meer de bijbehorende co-factoren bevatten die nodig zijn voor de verbranding. Hierdoor wordt het lichaam gedwongen zijn bioreserves aan te spreken waardoor men het risico loopt op toenemende relatieve voedingstekorten. Een te sterke concentratie aan koolhydraten zet de insulineaanmaak te zwaar onder druk wat kan leiden tot "hypglykemie", één van de meest voorkomende welvaartziekten. Indien suiker niet langer afgebroken kan worden ontstaat er een gevaar voor de gezondheid. Het antwoord van het lichaam hierop is volgens Lothar Hirneise (*oprichter van "Menschen gegen Krebs"*) de aanmaak van tumoren waarin suiker in grote hoeveelheden kan worden verbrand vanwege de snelle celdeling. ⁵¹

Het is verbazingwekkend dat er nog steeds internisten zijn die diabetes vertellen dat ze zoetstoffen veilig kunnen eten. Juist bij deze groep zijn het de zoetstoffen die op den duur de ledematen kunnen doen afsterven. Ik heb in de vier jaar dat ik met het B.E.S.T. systeem werk nog niemand (*gezond / ziek*) gehad die positief op de zoetstoffen reageerde.

Hoezeer onze maatschappij vergiftigd is met suiker blijkt uit het feit dat er nauwelijks nog voedingswaren zijn te vinden die geen suiker bevatten. Naast de zoete waren kom je suiker tegen in praktisch alle blik- en potgroente, vleeswaren en ga zo maar door. Dit leidt er langzaam toe dat we steeds meer suikerverslaafden tegenkomen die stuk voor stuk hun gezondheid op het spel zetten. ⁵²

Om te kijken of U ook tot deze groep behoort volgt hieronder een kleine test die U met waar of niet waar kunt beantwoorden:

- Ik kan zonder problemen een dag overslaan waarin ik geen geraffineerde suikerproducten in neem.
- Ik kan zonder problemen een dag overslaan waarin ik geen frisdrank nuttig.
- Ik kan zonder problemen meerdere dagen alle suikerbevattende producten overslaan.
- Ik snak niet af en toe ontzettend naar suiker, koffie, chocolade, jam of alcohol.
- Ik verstop nooit chocolade of koekjes in huis om ze op een later tijdstip op te kunnen eten.
- Ik kan enkele uren nadat ik wakker ben wachten voordat ik iets eet.
- Ik drink zelden koffie in combinatie met zoetheid als ontbijt.
- Ik eet niet iets zoets na elke maaltijd
- Ik kan minstens drie uur of langer wachten met eten zonder mij duizelig, bibberig, moe, zweterig, geïrriteerd of depressief te voelen.
- Ik kan stoppen nadat ik één koekje of stukje chocolade heb gegeten
- Er zijn dagen dat ik geen suiker of andere zoetheid in huis heb.
- Ik kan zoetheid in huis hebben zonder ze op te willen eten.

Indien U vier of meer vragen met niet waar hebt beantwoord is de kans groot dat U reeds een overgevoeligheid voor suiker hebt opgelopen en wordt het tijd om stappen te gaan ondernemen. Negeer de berichten van wetenschappers die bij hoog en laag blijven beweren dat er geen aantoonbaar bewijs geleverd is dat suiker een gevaar voor de gezondheid oplevert. Ook hier spelen economische belangen een hoofdrol. Nu kunt U nog terug, als U ziek bent zou het wel eens te laat kunnen zijn.

Ons eten mag dan enorm gemoderniseerd zijn maar ons lichaam is nog hetzelfde als duizenden jaren geleden en verdraagt dit nieuwe voedingspatroon niet. Probeer zoveel mogelijk de natuurlijke voedingsmiddelen te eten waaraan niet is getornd door de industrie. Hierin zitten de natuurlijke vezels die bij het product horen waardoor ze geheel afgebroken en opgenomen kunnen worden door het lichaam.

Emoties

Tijdens de Vortexhealing leerde ik dat negatieve emoties als woede, angst en verdriet de grootste boosdoeners achter kanker zijn. Deze kunnen door de stress die ze creëren, het lichaam geheel verlammen.

Het was de oncoloog Geerd Hamer die enkele jaren nadat zijn zoon was verongelukt aan den lijve ontdekte wat de emoties rond het verliezen van een dierbare met het lichaam kunnen doen. Hij en zijn vrouw kregen beiden kanker. Nu hijzelf patiënt was geworden begon hij alle wetenschappelijke en medische informatie rond kanker op een hele andere wijze te bekijken. Hij kwam al snel achter de onthutsende ontdekking dat de bestaande medische behandeling puur neerkwam op het verlengen van iemands leven en niet op het genezen van de ziekte.

Omdat hij toegang had tot de data van al zijn patiënten ontdekte hij dat kanker zich nooit systematisch van één orgaan naar de omliggende weefsels verspreidt. Verder kwam hij tot de ontdekking dat er bij iedereen sprake van een psyche- emotioneel conflict was geweest voordat de ziekte ontstond en dat dit conflict nooit echt was opgelost. Toen hij alle röntgenfoto's van de hersenen met elkaar vergeleek bleek dat ze allemaal ergens in de hersenen een donkere schaduw hadden. Afhankelijk van het type kanker en het specifieke soort onopgeloste conflict, waren deze allen op een specifieke plek in de hersenen te

lokaliseren. Deze donkere plekken werden voorheen vaak voor metastasen aangezien en als zodanig behandeld.

Zodra zo'n schaduw in de hersenen ontstaat gaat dat gepaard met de volgende symptomen:

Verminderde circulatie, koude handen en voeten, slaapstoornissen, gewichtsverlies, ononderbroken emotionele en mentale moeilijkheden die ontstaan door de crisis die zich kunnen uiten in woede, angst en verdriet.

Tegelijkertijd kan er een tumor ontstaan in het orgaan dat in verbinding staat met het specifieke deel in de hersenen waar de schaduw is waargenomen. Indien het conflict niet wordt opgelost wordt het lichaam steeds zieker.

Wordt het wel opgelost dan verdwijnt de donkere plek in de hersenen en wordt het zieke weefsel in het lichaam vervangen door gezond weefsel. De symptomen die hierbij een rol spelen zijn:

De patiënt krijgt weer warme handen en voeten, is extreem moe, slaapt lang en diep, kan regelmatige heftige hoofdpijnen hebben door de zwelling van de hersenen, heeft een gezonde eetlust waardoor hij ook weer in gewicht aankomt. 53, 54,55

Een andere persoon die ontdekte wat emoties teweeg kunnen brengen in het lichaam is Brandon Bays. Bij haar werd in 1992 in haar buik een tumor gediagnosticeerd die de grote had van een basketbal. Ze weigerde een operatie en besloot in plaats een reis naar haar genezing te ondernemen die inhield diep in haar ziel te duiken en nauwgezet haar hele leven onder de loep te nemen. Na zeven weken had ze al haar emotionele conflicten opgelost en was de tumor geheel verdwenen. Sindsdien heeft ze duizenden mensen met haar techniek kunnen helpen om ze te bevrijden van levenslange klachten en emotionele blokkades. Laag voor laag wordt er door woede, verdriet, angst en pijn heen gegraven totdat men uiteindelijk bij het licht, "de Bron", komt waarin alle emotionele conflicten worden getransformeerd.

Om haar werk zo goed mogelijk te verspreiden schreef ze "de Helende Reis" waarin haar hele techniek uitvoerig wordt beschreven. Ook heeft ze ondertussen vele "Reis"-therapeuten persoonlijk opgeleid die wereldwijd deze fantastische techniek onder de mensen brengt. 56,57,58

De belangrijkste conclusies die hieruit kunnen worden getrokken zijn:

- dat iemand niet zomaar kanker krijgt maar dat het een gevolg is van bepaalde specifieke situaties
- Kanker verspreidt zich niet door middel van metastasen maar via de stress die het op zijn weg tegenkomt zoals bijvoorbeeld de arts die de patiënt min of meer ter dood veroordeelt door hem/haar de diagnose van kanker mee te delen.
- Er in de medische wereld nauwelijks of zelfs geen rekening wordt gehouden met de patiënt. Ze moeten vaak weken wachten op de uitslag, wat ongelofelijk veel stress met zich meebrengt. Nadat de behandeling is afgerond moeten ze jaarlijks terugkomen voor een controle die ook telkens weer de nodige stress met zich meedraagt met alle risico's van dien.
- Er zijn nog nooit kankercellen of "besmettelijke deeltjes" in het bloed aangetroffen van een kankerpatiënt. Een specifieke kankersoort ontwikkeld zich maar op één plek in het weefsel en wordt nooit op meerdere plekken in het lichaam aangetroffen.
- Onbehandelde kanker leidt niet tot de dood. In de meeste gevallen wordt ze niet eens opgemerkt omdat het verdwijnt zodra het conflict is opgelost. Vele verschillende soorten kanker die tijdens bevolkingsonderzoeken worden ontdekt zijn niet actief en vormen geen bedreiging voor de gezondheid. Men wordt pas echt ziek zodra alle reguliere kankermethoden op ze los worden gelaten omdat deze het afweersysteem geheel vernielen waardoor de helende capaciteit niet langer een actieve rol kan spelen.

- In het wild levende dieren krijgen nooit kanker omdat ze niet de stress kennen die onze huisdieren ervaren.
- Wanneer alleen chemokuren en bestralingen worden gebruikt zonder de oorzaak van de kanker aan te pakken dan wordt het afweersysteem vernietigd met als gevolg dat vaak reeds binnen enkele jaren de kanker opnieuw toeslaat. Nu is het verdedigingssysteem lamgelegd en plotseling zit de kanker door het hele lichaam en is er niets meer aan te doen.
- Een vroege ontdekking van kanker leidt nauwelijks tot een verhoogde kans op herstel, omdat de stress die het met zich meeneemt in combinatie met de bestaande reguliere behandelmethodes onmiddellijk een acute crisissituatie bij de patiënt teweeg brengt.
- Kanker is niet de ziekte maar de oplossing van het lichaam om de grote hoeveelheden overtollige suiker te verbranden die zich in het lichaam hebben opgehoopt als gevolg van negatieve stress en voeding. Ontgift het lichaam en zorg dat de emotionele conflicten worden opgelost. Indien de tumor na deze fase niet geheel verdwijnt kan ze alsnog operatief worden verwijderd zonder dat het nog langer een gevaar voor de gezondheid oplevert.

Het opnieuw activeren van de helende capaciteit van het lichaam zelf

In een vorig hoofdstuk is reeds besproken dat een ziekte kan ontstaan door een onbalans in het energiesysteem. Hierdoor is de helende capaciteit van het lichaam niet langer actief. Naast het B.E.S.T.systeem, die de energiebalans weer kan corrigeren, zijn er enkele zeer interessante ontdekkingen die hier speciaal op gericht zijn.

Als eerste wil ik ingaan op het zeer interessante werk van Gaston Naessens die zeer onterecht praktisch wordt doodgezwegen waardoor zijn unieke werk bij veel te weinig mensen bekend is. Naessens bouwde in 1949 een microscope, “de Somatoscope”, die hem in staat stelde organismen waar te nemen ter grote van 150 angstrom (*1 angstrom is een 100 miljoenste van een centimeter*). Hij kwam terecht in een hele nieuwe wereld die tot dan toe geheel onzichtbaar was gebleven met de gangbare elektronen microscoop die slechts tot 50 angstrom waarneemt. Hij begon bloed te onderzoeken en zag dat het bloed van zieke mensen enorm verschilt met dat van gezonde mensen. Hij ontdekte drie organismen, “Somatiden”, die nooit eerder waren waargenomen door microbiologen. Toen hij in staat was deze organismen te isoleren leerde hij dat deze “Somatiden” een stof produceren die verantwoordelijk zijn voor celdeling. In een gezond lichaam worden de somatiden in toom gehouden, maar in een ziek lichaam veranderen de somatiden van vorm onder invloed van pleomorfisme (*het optreden van onomkeerbare veranderingen onder invloed van uitwendige omstandigheden*) De somatide in een gezonde omgeving heeft een constante cyclus van drie basisvormen. Als gevolg van langere perioden van negatieve emotionele energieën, biologische verstoringen als vaccinaties, antibiotica, stralingen, gifstoffen e.d. verdwijnt die constante cyclus en gaat de somatide steeds meer nieuwe vormen aannemen tot soms wel zestien en is nu niet langer in staat meer het lichaam te beschermen waardoor ziektes als kanker, M.E. en M.S. kunnen ontstaan.

Op grond van deze uitvinding heeft Naessens een gifvrije behandelmethodode voor kanker ontwikkeld die geheel afwijkt van de traditionele.

Operaties, Chemobehandelingen en bestralingen hebben als uitgangspunt het orgaan te vernietigen waarin de kanker wordt aangetroffen. Naessens methode is er geheel opgericht om de kanker te bestrijden via het natuurlijke afweersysteem van het lichaam. Hierbij wordt de natuurlijke afweer herstelt door middel van een vloeistof, 714X, die gedurende 21 dagen in de

lymfeknoop bij de lies wordt geïnjecteerd ofwel via een speciale machine moet worden gehaleerd.

De 714X neutraliseert een stof in de kankercellen die de werking van het afweersysteem blokkeren. Verder bevat het organische zouten die als taak hebben de gifstoffen via het lymfesysteem te verzamelen en af te voeren. Dit stabiliseert de normale lichaamsfuncties.

714X is niet te combineren met chemokuur en/of bestraling, vitamine B12 en vitamine E . Gedurende de kuur wordt het nuttigen van rund- en varkensvlees, geraffineerde koolhydraten, gebakken of gefrituurd eten en melkproducten sterk afgeraden. Kip, platte vissoorten, verse fruit en groentesappen daarentegen gecombineerd met minstens twee liter koolzuurvrij water zuivert het lichaam en bevat alle vitaminen en mineralen die het lichaam in deze periode sterk nodig heeft om de abnormale cellen te kunnen afbreken.^{59,60,61}

Tot nu toe weigert de wetenschap dit nieuwe concept te accepteren omdat dit het bestaande concept van microbiologie geheel overhoop haalt.

Naessens heeft jarenlang moeten vechten voor erkenning en werd keer op keer voor de rechter gesleept net als Geerd Hamer.⁶² Beiden behandelen de doelgroep die door de reguliere geneeskunde als terminaal beschreven zijn. Zodra een terminale patiënt stierf tijdens bovengenoemde behandelingen werden ze door het reguliere circuit aangeklaagd wegens dood door schuld. In Canada is Naessens methode ondertussen volledig geaccepteerd nadat tijdens een rechtszaak werd aangetoond hoeveel mensen volledig herstelden na 21 dagen achterelkaar 714X te hebben gebruikt. In 1995 richtten Naessens en zijn vrouw een wetenschappelijk instituut op, International Academy of Somatidian Orthobiology” waar anderen zijn unieke behandelingsmethode kunnen leren. Ondertussen werken reeds vele artsen daar met dit unieke principe.

Een andere minstens zo interessante uitvinding door de Japanse hoogleraar Teruo Higa is een uniek mengsel van bacteriën en gisten, genaamd EM-X.⁶³

Net als Naessens nieuwe concept zet EM-X de conventionele wetenschap voor een dilemma daar het drankje gebaseerd is op anaërobe en aërobe micro-organismen die volgens de bestaande microbiologen onmogelijk naast elkaar kunnen bestaan. Dit mengsel neutraliseert schadelijke stoffen en het activeert het afweermecanisme in het lichaam. Omdat het om levende organismen gaat werkt het bij ieder mens anders waardoor het zeer moeilijk is de conventionele wetenschap te overtuigen van zijn werking. EM-X bestaat uit een veelvoud van anti-oxidanten die het oxidatieniveau in het lichaam normaliseren waardoor vrije radicalen niet langer schade kunnen aanrichten. Het kan bij de meeste kankersoorten een hele ommekeer betekenen en is in tegenstelling tot 714X naast reguliere behandelingen als operatie, chemo- en hormoontherapie te gebruiken, waarbij de meeste patiënten zichtbaar sneller opknappen en de kans op terugval kleiner is.

Naast kanker kan het bij vele andere ziektebeelden ingezet worden zoals hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk, astma, Alzheimer, suikerziekte, chronische reuma, nierziekten, etc. maar werkt ook preventief. ⁶⁴

Een gezonde huisapotheek

- **EFT (Negatieve Emotie bevrijdende techniek)**

Word ik sterk? Ontwikkel ik zoals ik het zelf zou willen? Hoe kan ik mij veilig voortbewegen in een wereld die steeds weer opnieuw alles door de war gooit? Ben ik in staat mijn eigen realiteit te creëren? Het antwoord op deze vragen weerspiegelen de kwaliteit van onze ervaringen en de hoeveelheid pijn en angst die we vaak te verwerken

krijgen tijdens onze zoektocht om ons verward en vaak zelfs verbrijzeld zelf beeld te kunnen helen.

EFT is uitgekozen als het beste middel van deze tijd, om op een eenvoudige, snelle manier de Emotionele vrijheid te creëren die nodig is om negatieve emoties als Twijfel, Angst en Woede te kunnen verwerken, die op hun beurt een verzwakt afweersysteem veroorzaken waardoor ziektes kunnen ontstaan.

EFT :

- Is vaak effectief waar niets anders effect heeft
- Is gebruikelijk snel werkend
- Heeft geen medicamenten nodig
- Is gemakkelijk door iedereen te leren
- Kan door uzelf bij uzelf worden toegepast

EFT is een universeel hulpmiddel dat heel effectief is bij het loslaten van negatieve emoties. Het is een combinatie van Westerse en Oosterse Wetenschap, ontdekt door Dr. Roger Callahan, een klinisch psycholoog met ruime ervaring . Hij heeft er zijn levenswerk van gemaakt, manieren te vinden om mensen te genezen van ongegronde angsten, fobieën en vrees. Hij noemde zijn techniek Thought Field Therapy (TFT)

Een van zijn eerste studenten, Gary Craig, een Ingenieur van Stanford (geen medicus), heeft na gedegen onderzoek het systeem vereenvoudigd en noemt het EFT "*Emotional Freedom Technique.*"

Deze efficiënte techniek is door iedereen te leren .

Het vereist geen specifieke voorkennis van ons energiesysteem, en is ook voor mensen zonder therapeutische ondergrond zeer gemakkelijk te leren.

Er bestaan menselijke emoties geen negatieve emoties .

Datgene wij ervaren als de negatieve zijde van emoties wordt zichtbaar op het moment dat we een bestaande emotie proberen te ontwijken, ontkennen of onderdrukken.

De ontdekking achter deze methode is dat alle negatieve aspecten van emoties veroorzaakt worden door een verstoring van de energie balans in het lichaam. Met EFT halen we de verstoring van ons energiesysteem weg en daardoor hebben de negatieve emoties geen voedingsbodem meer en verdwijnen.

EFT is een soort psychische versie van acupunctuur waarbij geen naalden worden gebruikt, maar de vingertoppen om het subtiele energiesysteem van het lichaam te balanceren. Dit wordt gedaan door te tikken op geselecteerde punten op energie meridianen.

Dit geeft meestal indrukwekkende resultaten.

Bij EFT is geen lang en breed uitgemeten "vertel me uw levensverhaal" nodig. Er is geen pijnlijke herbeleving van traumatische gebeurtenissen.

Het heeft geen negatieve bijwerkingen, omdat er bij EFT geen gebruik gemaakt wordt van: chirurgische procedures, naalden, pillen, chemicaliën drukken of trekken aan het lichaam. In plaats daarvan worden onschadelijke procedures gebruikt die bestaan uit het tikken met de vingertoppen, neuriën, tellen, en draaien met de ogen. Mensen overwinnen hun emotionele bagage, over het algemeen blijvend, en gaan verder met een effectiever leven.

Veel emotionele problemen leiden tot fysieke problemen. Los je de emotionele kant op , dan resulteert dit vaak in een oplossing of verlichting van de fysieke kant.

EFT is gebaseerd op de ontdekking dat balans verstoring in het energiesysteem van het lichaam een diep effect heeft op iemands persoonlijke psychologie. Het corrigeren van deze balansverstoring, wat wordt gedaan door te tikken met vingertoppen op bepaalde lichaamsplaatsen (*gezicht, romp en handen*), leidt meestal tot snelle verbetering. Vaak al resultaten binnen 30 minuten.

EFT kan hulp bieden bij emotionele problemen, fysieke problemen, verslavingen en sportprestatieverbetering . Enkel voorbeelden zijn:

Emotionele problemen

- fobieën
- angst voor: spinnen, muizen,
- vliegen, kleine ruimtes, hoogtes, openbaar spreken, tandarts, zwemmen, heimwee, enz.
- trauma's, verdriet, depressies, frustraties, nachtmerries, enz.

Fysieke problemen

- stijfheid van spieren en gewrichten, Fibromialgie, hoofdpijn, rugpijn, migraine, astma, nekpijn, enz.

Waar of niet waar: Iemand met veel zelfvertrouwen heeft een gezond gevoel van eigenwaarde.

Indien je deze vraag met waar hebt beantwoord zoals de meeste mensen dan denk je dat het één voorkomt uit het andere. Maar de waarheid is dat zelfvertrouwen is aan te leren terwijl eigenwaarde iets is wat veel dieper zit nl. **hoeveel houd je eigenlijk van jezelf?**

Het is onmogelijk gelukkig en succesvol door het leven te gaan met een laag gevoel van eigenwaarde!

Klinkt dit als onbezonnen opmerking? Denk er maar eens over na. Mensen met een laag gevoel voor eigenwaarde zijn vaak hard voor zichzelf en de eerste om hun eigen optreden af te keuren of te veroordelen. Hoe kun je gelukkig zijn als je niet houdt van de persoon die je bent. .

De meeste mensen zijn zich er niet eens van bewust dat ze een laag of zelfs geen gevoel voor eigenwaarde hebben. Ze voelen zich echter diep van binnen ongelukkig maar hebben niet in de gaten wat de reden hiervan is. Ze weten dit vaak te verbloemen d.m.v. alcohol, drugs of door het aannemen van een bepaalde houding wat in alle gevallen ons gevoel voor eigenwaarde alleen nog maar verder onderuit haalt.

Herken jij jezelf in onderstaande stellingen die duiden op een laag gevoel van eigenwaarde.

- je vergelijkt je continu met anderen
- Je voelt je regelmatig slachtoffer van een situatie of dat er misbruik van je wordt gemaakt
- Je bekritiseert anderen of omstandigheden
- Je bent jezelf voortdurend aan het verontschuldigen
- Je durft geen nee te zeggen
- Je haalt jezelf naar beneden in gesprekken naar anderen
- Angst voor verandering
- Je betreft je beslissingen uit het verleden

Een laag gevoel voor eigenwaarde uit zich in vele vormen:

Gewichtsproblemen, het misbruiken van iemand binnen een relatie ofwel je laten misbruiken, lange periodes van onverklaarbare depressies, om er een paar te noemen. Deze kunnen na verloop van tijd de oorzaak zijn van allerlei ziektes ⁶⁵

Hieruit blijkt ook weer duidelijk dat fysieke en emotionele klachten niet van elkaar te scheiden zijn.

- *Wonderoliewikkels*

Deze zijn te gebruiken bij een pijnlijke buik of om gifstoffen uit de lever te trekken.

Neem drie gewassen lapjes katoenen of wollen flannel van ongeveer dertig bij dertig centimeter. Leg één van de lapjes op een gladde, niet poreuze ondergrond en bestrijk het geheel met een dunne laag wonderolie. Doe het zelfde met de andere twee lappen en leg ze alledrie op elkaar over de buik of leverstreek (*links van de maag*) en bedek het geheel met plastic. (*voorkom dat het in contact komt met andere stoffen omdat je dan vlekken creëert.*)

Neem een warm water kruik om het geheel warm te houden. Het opent de haarvaten waardoor de wonderolie naar binnen kan trekken en zijn helende werk verrichten. Je kunt er mee gaan slapen of het gebruiken zolang het aangenaam aanvoelt.

Omdat je dit pakket keer op keer opnieuw kan gebruiken is het verstandig het in vet-vrij papier en plastic te wikkelen als je klaar bent, waarna je het in de ijskast legt tot het volgende gebruik.

- waterstofperoxide

Waterstofperoxide (3%- verkrijgbaar bij iedere apotheek) is een heel ouderwets en krachtig middel tegen griep en verkoudheden die in 80% van de gevallen deze symptomen binnen 1 dag kan verhelpen.

Het is reeds een oud gegeven dat griep en verkoudheden via het oor het lichaam binnendringen en niet via mond en neus wat door de meeste mensen wordt gedacht. Zodra het virus via vingers of de lucht in het middenoor is beland begint het zijn broedproces en krijgt het toegang tot het gehele lichaam waardoor we geïnfecteerd raken en ziek worden.

Het is belangrijk de behandeling te beginnen zodra men de eerste symptomen voelt opkomen. Neem een pipet en druppel in beide oren enkele druppels waterstofperoxide. Binnen 2 à 3 minuten begint de waterstofperoxide met het doden van de bacteriën en virussen die de klachten veroorzaken. Je voelt dit doordat er binnen in het oor van alles begint te bruisen en in enkele gevallen wat te prikken. Soms is slechts één oor geïnfecteerd en voel je het maar aan één kant. Het bruisen houdt meestal tussen de 5 en 10 minuten aan. Herhaal dit proces om de twee uur totdat de oren niet meer bruisen wanneer de waterstofperoxide erin gedruppeld wordt.

Zorg dat het niet in de ogen komt omdat dit pijnlijk kan zijn. Gebeurt dit om één of andere reden wel spoel het dan onmiddellijk uit met water.

- appel-ciderazijn

Voor de meeste onderstaande recepten heb je ook honing nodig omdat de combinatie honing en appelciderazijn sterke helende krachten kent die voor vele klachten verlichting kunnen geven. Het is belangrijk dat het 100% zuivere natuurhoning is. Een heleboel honing tegenwoordig is afkomstig van bijen uit boomgaarden die besproeid worden met pesticiden. Hierdoor raken de bijen dusdanig verzwakt dat ze bijgevoerd moeten worden wat vaak gebeurt met suikerwater. Van echte honing is nu geen sprake meer.

Artritis:

Neem een eetlepel honing en een eetlepel appelciderazijn en vermeng dit in een kop kokend water. Drink zowel 's morgens als 's avonds een kop om de artritis pijn te verlichten. Ook kun je honing en appelciderazijn goed mengen en dit rechtstreeks op de pijnlijke plekken aanbrengen.

Blaasontsteking:

Neem 's morgens , 's middags en 's avonds en theelepel appelciderazijn vermengd met een theelepel honing . Deze combinatie is in staat de verantwoordelijke bacteriën voor de blaasontsteking te elimineren. Bij hardnekkige gevallen dient er een theelepel cranberry sap aan toegevoegd te worden.

Kanker:

Een dagelijkse dosis appelciderazijn vermengd met honing blijkt, uit onderzoek, een goede ondersteuning te zijn tijdens een chemokuur.

Cholesterol:

De gevaarlijke effecten van de verkeerde vetten kan geneutraliseerd worden door het dagelijks drinken van twee mokken heet water vermengd met twee eetlepels honing en drie eetlepels appelciderazijn. Dit verlaagd de cholesterol en houdt het laag.

Griep en verkoudheden:

Neem een eetlepel appelciderazijn vermengd met een theelepel honing om de symptomen te neutraliseren, vaak gebeurt dit al binnen enkele uren. Dit mengsel is met name functioneel bij keelpijn.

Vermoeidheid:

Vermeng een halve theelepel appelciderazijn en een eetlepel honing in een mok heet water. Drink zo vaak als je wilt.

Hartproblemen:

Je kunt jezelf beschermen tegen hartklachten en het dichtslibben van je aderen, door dagelijks een kop appelciderazijn gezoet met een theelepel honing te drinken.

Gehoorverlies:

Recent onderzoek heeft aangetoond dat een dagelijkse dosis appelciderazijn/ honing (1:1) schade in het middenoor helpt herstellen en het gehoor aanzienlijk kan verbeteren.

Hoge bloeddruk:

Hoge bloeddruk en de daarmee samenhangende klachten verbeteren of verdwijnen zelfs reeds na een maand dagelijks twee delen appelciderazijn op één deel honing in te nemen.

Constipatie:

Een kwart kopje appelciderazijn vermengd met twee theelepels honing blijkt een goed middel tegen constipatieklachten. Ben je verstopt, neem twee theelepels van deze mix. Dit versnelt de stofwisseling.

Ontgiftig:

Giet een kop appelciderazijn in een warm bad en laat je gedurende 30 minuten weken waardoor er vele gifstoffen uit het lichaam worden getrokken. Indien je geen bad hebt dan doet een teiltje met warm water waarin je je voeten weekt ook wonderen. De appelciderazijn trekt de gifstoffen via de voetzolen naar buiten.

Afslanken:

Je kunt de nodige overtollige ponden kwijtraken door dagelijks een “dieetcocktail” te drinken die bestaat uit vijf delen appelciderazijn op één deel honing. Het is de bedoeling deze cocktail te drinken voor het eten. Dit versnelt de stofwisseling en neemt het hongergevoel weg.

Huidproblemen:

Vermeng drie theelepels appelciderazijn met één theelepel honing. Stip ieder avond voor het slapen gaan puistjes en andere huidaandoeningen in met dit mengsel. Na een warm bad kun je je hele lichaam insmeren met honing. Laat het gedurende een minuut of vijf in je huid trekken

alvorens je af te douchen. De honing trekt het vocht uit de lucht aan die zo gemakkelijk via de open poriën in de huid trekken. Dit creëert een hele zachte huid.

Pijnlijke spieren:

Wrijf de pijnlijke spieren in met een mix van warme appelciderazijn vermengd met honing (1 : 1) Herhaal dit 's morgens en 's avonds totdat de klachten zijn verdwenen.

Brandwonden:

Honing doet wonderen wanneer het aangebracht wordt op wonden en verbrandingen.

- hoe je snel herstelt na een operatie

Wanneer je geopereerd moet worden bestaat er een fantastisch homeopathisch recept waardoor het herstellingsproces versnelt wordt.

Wat heb je nodig:

5 buisjes Gelsimium 12C

5 buisjes Nux Vomica 12C

5 buisjes Arnica 12C

Hierdoor krijg je 15 buisjes in totaal. (3 X 5)

Een week voor de operatie neem je het eerste buisje in. Het maakt niet uit welke, maar laten we zeggen dat dit de Gelsimium is. De tweede dag neem je een buisje Nux Vomica en de derde dag de Arnica. De vierde dag begin je weer met de Gelsimium enz. enz.

Op de dag van de operatie wacht je met de inname totdat je toestemming krijgt om weer water te mogen drinken na de operatie. De daarop volgende dagen herhaal je het proces totdat alle buisjes zijn ingenomen. Het heeft mij fantastisch geholpen.

- niet giftige schoonmakers

Om het contact met giftige chemicaliën van schoonmaakmiddelen te minimaliseren zijn hier een aantal tips uit grootmoeders tijd. Los van het feit dat deze methoden een stuk veiliger zijn, zijn ze over het algemeen ook een stuk goedkoper.

Ontsmettingsmiddel:

Meng een half kopje borax (een natuurlijk mineraal dat schimmels en bacteriën doodt) met ongeveer 5 liter heet water. Voeg hier enkele tijd takjes aan toe of enkele druppels tijmolie. Laat dit gedurende een minuut of 10 trekken, filter en bewaar het in enkele hervulbare spuitbussen.

Oven reiniger:

Maak een pasta van baksoda en heet water. Smeer hier de oven mee in , laat het intrekken waarna je alles schoonveegt.

Verstopte gootsteen:

Los een half kopje baksoda en een kop schoonmaakazijn op in heet water. Giet dit in de verstopte gootsteen . Blijf net zolang heet water doorspoelen totdat de verstopping is opgeheven.

Toiletreiniger:

Strooi wat baksoda in het toilet. Sproei hier wat azijn over heen en boen het toilet schoon met een borstel. Dit reinigt niet alleen maar laat ook een prettige geur achter.

Schimmelreiniger:

Meng een half kopje azijn met een half kopje borax in warm water en reinig hier het schimmel mee. Maak voor ieder gebruik een vers mengsel.

Bad en tegelreiniger:

Neem een halve citroen die gedoopt is in borax en wrijf de behandelende oppervlakte er mee in. Spoel het na met water en droog het met een zachte doek.

Keramiëk tegelreiniger:

Meng een kwart kopje azijn met ongeveer 5 liter water. Dit mengsel reinigt het meeste vuil en laat geen strepen achter.

Schoenpoets:

Wrijf de leren schoen met de binnenkant van een bananenschil in waarna je hem uitwrijft met een zachte doek.

Meubelpoets op 3 manieren:

- A. Neem een zachte doek die je dipt in de mayonaise en wrijf hiermee je meubels in
- B. Wrijf je meubels in met een in koude thee gedrenkte doek
- C. Meng 2 delen olijfolie met één deel citroensap. Wrijf hiermee de meubels in en droog het na met een zachte doek.

Zilverpoets:

Maak zilver schoon met witte tandpasta en warm water. Gebruik hiervoor een oude tandenborstel. Om de doffe glans van zilver te laten verdwijnen is het aan te raden om het zilver in een zoutoplossing in een aluminium pan te laten weken.

Houten meubelreiniger:

Om watervlekken op houten meubelen te verwijderen moet je witte tandpasta op de vlekken smeren. Laat het opdrogen en wrijf het na met een droge doek.

Ramen reiniger op twee manieren:

- A. Meng twee theelepels azijn met een liter warm water. Gebruik een linnen handdoek of soortgelijke zachte doek voor het schoonmaken.
- B. Meng een half kopje maïzena met twee en een halve liter warm water. Spons het raam in met deze oplossing en wrijf het na met een absorberende doek. Reinig geen ramen waar de zon op staat of als deze warm zijn. Dit veroorzaakt strepen.

Gebruikte Literatuur

1. www.watercure.com
2. <http://www.essiacsource.com>
<http://essiac-info.org>
<http://essiac-resperin.com>
<http://www.cancer-info.com/essiac.htm>
3. **Wat artsen je niet vertellen** (Inenting: vaccineren als automatisme)
Lynne Mc Taggart ISBN 90 5637 148 7
4. Onkruidnr149,blz91
5. www.nvkp.nl
6. John F.Thie, **Toets van gezondheid** Een nieuwe aanpak van onze natuurlijke energiestromen, ©1989
7. **Touch for Health** Cursusboek
Rita Schoonman en Aria den Hartog 2^e herziene druk ,1995
8. Zicht op Leefblind
Coby Schasfoort-Spanbroek en Jeroen van Hasselt ,1996
9. **Zicht op Woordblind**
Coby Schasfoort-Spanbroek, ©1994
10. **Colloidal Silver door Mark Metcalf**
Making the Safest and most Powerful Medicine on Earth for the Price of Water
Banishing Disease with three 9- Volt Batteries blz. 36
11. **VortexHealing®**
<http://www.vortexhealing.com/>
12. Jill Hester
www.at.org/jill
13. **The water of life** van J.W. Armstrong ISBN 0 85032 052 6
14. Dr.Robert Beck <http://www.sharinghealth.com>
15. **Principes van gezonde basisvoeding-Integrale opleiding Orthomoleculaire geneeskunde** blz 2.4 (studieplan 2001/2002)
16. www.home.planet.nl~beunk007/melk.html#pasteurisatie
Frank A. Oski, M.D.: Don't Drink Your Milk,boek met uitgebreideliteratuuropgaven, bijgewerkt tot en met 1996
Ingri Cassel February 2000 Idaho Observer: Does Milk Really Look Good On You?
Charles R. Attwood, M.D., F.A.A.P.: The Great Americal Milk Myth, April 1999
Michael Dye: COW'S MILK IS FOR CALVES, juni 1999
Biochemie. Dr.F.Smet enL.P.Lambers. Uitg. Bohn, Scheltema +Holkema
Dr.G.De Wit: keel-neus-oorheelkunde 1962 Erven J.Bijleveld in Utrecht
P.Bergner: the healing power of minerals. Prisma Publishing
Hypochlorhydria in healthy old people. Gut 1992 Oct: 33(10): 1331-7 Baby's en kinderen:
Paediatrics 1992; 89 (6): 1105-1109: baby's die koemelk kregen op de leeftijd van 6-12 maanden, hadden in 30% bloedverlies en ijzer verlies via darmstelsel
Paediatrics 1991; 87 (4): 439-444 en in Lancet 1978 2 (8087): 437-439: 20% van de baby's lijden aan darmkrampen en flatulentie door de eiwitten in de melk
Pediatrics 1995; 126(2): 163-170 Odze R et al. Allergic colitis in infants vooral door melk
Nature 1978; 272 (5654): 632: het drinken van melk door kinderen verlaagt hun immuun-systeem en veroorzaakt recidiverende infecties

Journal of Paediatric Gastroenterology and Nutrition 1993; 16 (1): 2 : melk voldoet niet aan de standaard van de voeding voor kinderen en doet hen alleen schade

Drs.J.R.Tisscher: de invloed van voeding op reuma. Folia Orthica 1997/nr 2

Darmstoornissen:

Postgraduate Medicine 1994; 95(1)113-120 ongeveer 50 miljoen Amerikanen ervaren darmstoornissen in de vorm van opgeblazenheid, maagpijn, krampen, gasvorming of diarree door melkproducten

Allergische colitis bij kinderen. Odze R et al. Pediatrics 1995;126(2): 163-170.

Diabetes:

Diabetologia 1994; 37 (4): 381-387: hoge melkconsumptie op jeugdige leeftijd veroorzaakt een verhoogde kans op juveniele diabetes

Virtanen SM and al. Cow-|s milk consumption, HLA-DQB1 genotype, and type 1 diabetes. Childhood diabetes in Finland study group. Diabetes 2000:912-7

Fava, et al.:Relationship between dairy product consumption and the incidence of IDDM in childhood in Italy, Diabetes Care 17(12):1488-90, dec.1994

Diabetes Care 1994;17 (1):13: de kans op juveniele diabetes is 1 1/2 maal zo groot als kinderen op jeugdige leeftijd melk drinken

Diabetes 1996;45 (2):178-182: eiwitten in koemelk spelen een fundamentele rol in de ontwikkeling van IDDM (=insulin dependent diabetes mellitus)

New England Journal of Medicin 1992 and 1996

Norris and Pietropaolo: J.of Endocrinological Invest. Juli 1994 and Juli 1999 22(7) 68-80. Milk, proteяns and diabetes.

Hart- en vaat-aandoeningen:

Journal of Dairy Science 1991; 74 (11):4002-4012: melk verhoogd het bloedcholesterol en bevat teveel verzadigde vetten

Circulation 1993; 88 (6):2771-2779: melk en melk- producten consumptie veroorzaakten een verhoging van de sterfte aan hartziekten volgens een onderzoek in 40 landen

Osteoporosis:

Dr Hans Diehl,Dynamic Living p.108: Culturen met hoogste melkconsumptie hebben het meeste osteoporosis, een aandoening die zelden voorkomt bij culturen waar geen melk gedronken wordt

Harvard nurses Study: Cumming and Klineberg, Am. Journal of Epidemiology American Journal of Clinical Nutrition 1995; 61(4): 909: eiwitrijk voedsel (waaronder melk) verhogen de zuurgraad in het bloed, wat geneutraliseerd kan worden door kalk uit de botten

Dr. Forest H. Nielsen, U.S Department of Agriculture, in Nutrition Today jan/febr 1988; 4-7: groenten, fruit, noten en peulvruchten bevatten veel borium, wat calciumverlies uit de botten tegengaat. Melk bevat weinig borium en veel fosfor en eiwitten en daarom geen voeding tegen osteoporosis

American Journal of Public Health 1997;87(6):992-997: meer heupfracturen bij vrouwen door het drinken van melk

Pim Dekker mei 1999: osteoporosis is een typisch westeuropees probleem. (ook sept '99)

Excessive calcium causes osteoporose.2000 copyright artists cooperative groove Union U.A.

Esquire nov. 1998: melk de witte moordenaar.

Ontstekingen en allergie:

NTvG 1998 April 11;142(15):828-9

Lancet1997 Oct 11;350(9084):1060-4

Annals of allergie 1994;73:215-219: recidiverende otitis media door melk, pinda's en tarwe

Annals of allergy 1994; 72:462-468: ADHD en de relatie met voeding waaronder vooral melk

Dr.Jonathan Wright M.D.:vitamine B12 tegen astma en de negatieve werking van melk op de opname van vitamine B12 (Ortho april 1991)

Wetzel N.C. Growth failure in school children associated with vit.B12+deficiency. Science 110, p.651, 1949

Simon S.W. Vitamin B12 therapy in astma and chronic dermatosis. J.Allerg. 22,p.183,1951

Bray G.W. the hypochlorhydria of astma in childhood. Quart.J. Med, p.181, Jan.1931

Kokkonen et al. Impaired gastric function in children with cow's milk intolerance. Eur.J.Ped. 132, p.1, 1979

Multiple sklerosis:

Swank RL, Dugan BB: Lancet 336:37-39,1990

Baker R: Lancet i26, 1963

Acta Neurol. 16(4): 189-197,1994

Lancet ii:1061-1066, 1974.

Kanker:

Jeff Holly: The Lancet, vol. 351, number 9113, 9 Mei 1998:1393-96+1373-5.

Salmonella, shigella en lactobacillus:

J. Dairy Res. 1991 Nov;58(4):485-96

Appl Environ Microbiol. 1997 Jul;63(7):2747-53

Br.J.Nutr:2002 Sep;88 Suppl 1:S101-8

Med. Microbiol. Immunol. (2001) Dec, 190(3):97

Gastroenterology 2001 Sep;121(3):580-91

J Nutr.2000 Feb;130(2S Suppl):396S-402S

Pediatrics 59:98 1977

Lancet 2001;357(9262):1076-9. Kalliomäki M et al

Lancet 1983;2:865. Migraine

Clin. Res 74A,1975. Deling B et al: hypersensitivity to foods in steroid dependent nephrosis

J.R.Soc.Med.1985 May,78(5);410-3. Juvenile rheumatoid arthritis and milk allergy

Br.J Rheumatol.1997 Aug;36(8):905-8. Juvenile chronic arthritis

Immunol Invest 1989 JUL;18(6):753-64

Arthritis Rheum 1986feb;29(2):220-6. Arthritis exacerbated by milk

Pediatr. Clin. No. Amer 22:277,1975. Crook. W.G. food allergy

J. Learn. Disabil 20(5):260+61,1987. Nutrition and foodallergy

J. Learn. Disabil 8:354,1975. Walker S. Drugging the American child

Textbook of Nutritional Medicine by Melvin R. Werbach

Cancer Research; vol.55 (juni 1995),p.2463-9

Cancer. Res.(1981) 41(9,part2)3685-3689

American Journal of Clinical Nutrition 2001;74.549-554

Lynne Mc Taggart. Wat artsen je niet vertellen. Lemniscaat Rotterdam. Pagina 278 met uitgebreide literatuuropgave

MD jaargang 2.nr.7/8, 2001. Uitgeverij Ode postbus 2402. 3000CK Rotterdam

Milk: A Cruel and Unhealthy Product www.peta-online.org/mc/facts/fsveg8.html

Dr. Peter J. D'Adamo with Catherine Whitney: Eat Right for Your Type ISBN 0-399-14255.

Autism, vol3(1)85-95;007426. 1362-3613(199903)3:1

- Virgil Hulse, MD. Mad Cow and Milk Gate. ISBN 0-9654377-0-1
17. **Fluor- Beyond Medicine nummer 1 jaargang 7,2003 pag.46**
 18. **M.D. wat artsen je niet vertellen** Vitaminesupplementen **nr.3 jaargang 5 2003**
 19. www.biomeridian.com voor informatie **B.E.S.T. systeem**
 20. **MSA Intermediate Training blz 40**
David Brady, DC,CCN, DACBN
 21. **Wat artsen je niet vertellen** (Inenting: vaccineren als automatisme)
Lynne Mc Taggart blz.140 ISBN 90 5637 148 7
 22. info@ouralexander.org
 23. **Autistic children caused by MMR vaccine**
By Julie Foster © 2000 WorldNetDaily.com
 24. www.jankraak-taichitao.nl/pages/page88.html
Lancet, 1989; 9: 1392-3
Paediatrics, 1992; 89: 667-9
Journal of the American College of Nutrition, 1994; 13: 209-10
 25. **Misverstanden over melk** door Jan Kraak
www.jankraak-taichitao.nl
 26. M.D. wat artsen je niet vertellen **Additieven in geneesmiddelen**
nr.3 jaargang 4 2002
 27. **De bittere waarheid over kunstmatige zoetstoffen** uit De Natuur uw Arts, 24^e jaarg.
Nr 143 blz 36
 28. **“Voorschrift voor gezondheid”**, door James en Phyllis Balch waarin Aspartaam
onder de categorie chemisch vergif staat.
 29. **“Hersenschade door aspartaamgebruik”** door Dr. R.J. Wurtman
 30. zie 16
 31. **MSA Intermediate Training** blz. 50
Richard Grossman, Lac, O.M.D., Ph.D., www.acudoc.com
 32. www.health-truth.com
 33. Rapport **Tekorten in de Nederlandse voeding** R. Nieuwenhuis RA 1995
directeur Stichting Orthomoleculaire Educatie
 34. Lynne Mc Taggart blz. **Wat artsen je niet vertellen** blz.214 ISBN 90 5637 148 7
 35. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 3, nr.10 blz.6 Antibiotica tegen acute
bronchitis werken niet. BMJ,2001; 322: 939-40
 36. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 4, nr 5 blz.7 Antibiotica en maagarm
complicaties bij zuigelingen. J Pediatr, 2001; 345:941-7
 37. Lynne Mc Taggart blz. **Wat artsen je niet vertellen** blz.255 Chemotherapie
ISBN 90 5637 148 7
 38. Lynne Mc Taggart blz. **Wat artsen je niet vertellen** blz.229 Steroiden
ISBN 90 5637 148 7
 39. zie 17
 40. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 5, nr.4 **Stress , langzaamwerkend gif**
 41. www.medscape.com
 42. **Lancet**, 2001; 357:1766
 43. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 4, nr.3 blz 7 Orale schimmelmiddelen in
verband gebracht met hartfalen
 44. Lynne Mc Taggart blz. **Wat artsen je niet vertellen** blz.138 De voeding van
natuurvolkeren ISBN 90 5637 148 7
 45. Lynne Mc Taggart blz. **Wat artsen je niet vertellen** blz.118. De Cholesterolgekte: de
geneeskunde op een vals spoor ISBN 90 5637 148 7
 46. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 6 nr.2 blz 9,10 en 11

47. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 5 nr.9 **Essentiele vetten**
48. **M.D. wat artsen je niet vertellen** jaarg. 5 nr.3 **Vitaminesupplementen**
49. Dr Hans Diehl, Dynamic Living p.108: Culturen met hoogste melkconsumptie hebben het meeste osteoporosis, een aandoening die zelden voorkomt bij culturen waar geen melk gedronken wordt
 Harvard nurses Study: Cumming and Klineberg, Am. Journal of Epidemiology
 American Journal of Clinical Nutrition 1995; 61(4): 909: eiwitrijk voedsel (waaronder melk) verhogen de zuurgraad in het bloed, wat geneutraliseerd kan worden door kalk uit de botten
 Dr. Forest H. Nielsen, U.S Department of Agriculture, in Nutrition Today jan/febr 1988; 4-7: groenten, fruit, noten en peulvruchten bevatten veel borium, wat calciumverlies uit de botten tegengaat. Melk bevat weinig borium en veel fosfor en eiwitten en daarom geen voeding tegen osteoporosis
 American Journal of Public Health 1997;87(6):992-997: meer heupfracturen bij vrouwen door het drinken van melk
 Pim Dekker mei 1999: osteoporosis is een typisch westeuropees probleem.
 (ook sept '99)
 Excessive calcium causes osteoporose.2000 copyright artists cooperative groove Union U.A.
50. Zie 27,28 en 29
51. Ode 60 **Chemotherapie helpt tegen kanker... En de aarde is plat** door Tijn Touber
52. **Lick the sugarhabit sugar counter: Discover the hidden sugar in your food** door Nancy, Ph.D Appleton
53. www.pilhar.com
54. www.alphaomega.se/english/unresolved.html
55. **Vermächtnis einer Neuen Medizin** door Geerd Hamer ISBN 3-926755-00-8
56. **De Helende Reis** door Brandon Bays (The Journey)
57. www.nvjt.nl journey therapeuten in Nederland
58. www.journeyseminars.com
59. www.sumeria.net
60. www.euroamericanhealth.com/gaston.html
61. cancerinform.freewebsites.com/naessens.html
62. **The persecution and trial of Gaston Naessens** door Christopher Bird © 1991 ISBN 0-915811-30-8
63. Ode nr. 64 **De wonderen van een cocktail van micro-organismen EM-X** door Marco Visscher
64. www.em-x.nl
65. www.emofree.com