Heremietkrant

Vegeteren…”Vnnl. eerst *vegeteren* ‘gezond houden, sterk maken’ [1553; iWNT]; nnl. dan *vegeteren* ‘leven (als plant)’ in *al wat groeit of “vegeteert”* [1763; Verhandelingen], *vegeteren* ‘primitieve vorm van leven vertonen’ in *“Demos” leeft, of liever hij “vegeteert”* [1796; Janus verrezen].
Ontleend aan Frans *végéter* ‘zich ontwikkelen’ [1375; Rey], dat is ontleend aan Latijn *vegetāre* ‘kracht geven’, later ook (overgankelijk) ‘levenskracht geven’ [1486; Rey], nog later ook ‘een emotieloos en inert leven leiden’ [1718; Rey] (etymologiebank.nl)”.

Het woord is eerst positief geweest, maar nu kijken we er niet meer zo naar. In dit huis is er na diverse griepen bepaald een vegeteer-sfeer ontstaan! Door veel groente en fruit op het menu (plus wat voedingssupplementen zoasl Echinacea) en iedereen naar buiten te sturen, verandert er al het een en ander! Gelukkig. Vooral de poezen leken helemaal tevreden met een kasplantenbestaan maar je merkte toch aan ze dat ze niet fit zijn. Onze boerderijpoes helemaal, van haar begreep ik ineens dat ze zich kapot verveelde binnenshuis. Dus van daaruit, een verandering in het régime. Een goed begin voor het nieuwe jaar!

Vooral een bromtoon maar je krijgt er wel energie van:

https://youtu.be/q3TgW-ZTAP4

en dan voor bij de koffie

https://youtu.be/DHE7I1MWbrc

jazz uit New Orleans!

☝ één van de twee slaaphoofden, genaamd Aminata

In deze editie:

-Paarse Labradoriet wordt heel persoonlijk

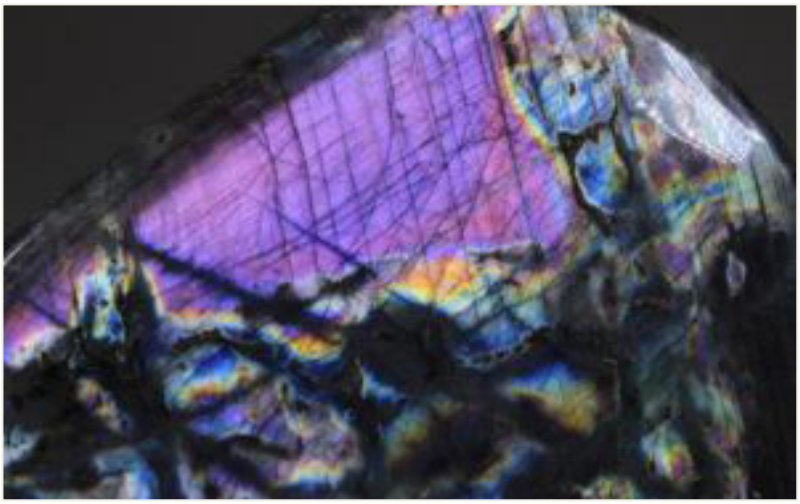
Tai Chi: wat is spontane beweging?

Het Keltisch Bomen-orakel

Wat is Loban hars?

-……en nog veel meer.

☝pimpelmees; ☝☝ pimpel en koolmees in territoriumgevecht.



Voor ideeën en aanvullingen mail naar info@heremiet.nl of elineeugenie@gmail.com. Altijd welkom!

Paarse Labradoriet verbindt je met je eigen goddelijke oorsprong. Ook is paarse Labradoriet verbonden met het derde oog, de kruinchakra en de hogere etherische chakra's die hij helpt openen. Het is een zeer beschermende en mystieke steen die het bewustzijn verhoogt en ongewenste energieën van de aura af buigt en projecties van anderen verwijdert, ook denkvormen die in de aura vastzitten. Voorkomt energielekkage. Dit kristal helpt angsten en onzekerheden uit te bannen en vergroot het vertrouwen in het universum. Paarse Labradoriet is een nuttige steen bij veranderingen, hij geeft kracht en volharding. De steen helpt heel goed bij hyperventilatie en is aardend. Hij is door zijn kleurschakering op verschillende chakra's te gebruiken. Labradoriet zoekt zelf de blokkade in het lichaam op en geeft balans. Hij heeft een reinigende functie op de organen ter hoogte van het zonnevlechtgebied, zoals nieren, gal, pancreas, lever, milt en darmen. Hij zorgt ook voor een betere ademhaling en maakt de longen sterker. Ook goed bij reumatiek en jicht, brengt de hormonen in balans, bij emotionele blokkades, slaapproblemen en geeft rust en inzicht. De steen reduceert ook elektromagnetische straling.

Bron: lichtpuntjekristallen.nl

Zo zag het huis er echt niet uit!

Labradoriet heeft een andere werking afhankelijk van de *kleur van de glans.* De Paarse geeft mij een beschermd gevoel dat me niet afsluit van mijn omgeving maar me wel sterk bij mezelf laat zijn. Ook bij delen van mezelf die heel, heel lang onzichtbaar en onvoelbaar waren! Dit werkt *nadat* ik de plekken van het gevoel teruggevonden had: een half herinnerd pleeghuis waar ik een jaar woonde als kind, waar ik voor het eerst een veilige leefomgeving had na de permanente chaos thuis. Een zwarte plek in mijn gevoel die met de aandacht van nu, opengaat… ☞p.3

…. *Vervolg van p. 2* en dan blijkt er een pakket pijn en verdriet in te zitten waar ik totaal geen weet van had… omdat ik niet eerder in de gelegenheid was om ermee om te gaan. Zo'n sterke ervaring, het lijkt wel een soul retrieval!

Toen ik 6-7 jaar oud was heb ik een jaar of iets langer in het gezin van vrienden van mijn ouders (die ik zelf nauwelijks kende) 'ingekwartierd' gezeten. Ik ben daar ook 'gewoon' naar school geweest. Niemand maakte zich erg druk over hoe dingen aanvoelden voor een kind in die tijd: 1973 weetjewel!... als je maar at (niet zo heel goed weet ik nog, ik deed een uur over een boterham hagelslag – niks voor mij) en min of meer schoon was en de normale handelingen uitvoerde. Ik was zelf te klein om veel te beseffen van wat er met me gebeurde. Mijn ouders maakten altijd ruzie de laatste paar jaar en ik vond het dus wel rustig waar ik nu zat. Tegelijk was ik totaal ontheemd en mijn moeder was foetsie. Maar ik kende haar ook als een onveilig iemand. Dus toen in februari '74 zij ineens aan de schoolpoort stond met een vriend die ik ook niet kende, in een groene bestel-Eend, was het enige dat ik dacht: oh nee, daar heb je haar weer.

Schrijnend he. Ik heb me altijd voor die emotie geschaamd maar nu begrijp ik het veel beter. Ik had heel weinig gevoel bij de tijd ervóór. En nu pas, nu pas mag ik in contact komen met het gevoel van toen, en dat ziet er eerst uit als een plaat zwart glas. Maar als ik er nu met aandacht bij kom, met de kracht en de liefde van nu, dan smelt het glas weg en blijkt er enorm veel verwarring en wanhoop onder te zitten. Ik mocht het toen niet voelen, ik kon er niks mee, je kon het alleen maar wegstoppen. En nu, met wat lichtwerk erbij, mag dit kind, dit meisje, alsnog deel van mijn leven zijn! En krijg ik bevestigingen van haar, dat ze er is, doordat herinneringen opeens tot leven komen – geur, kleur, smaak… dat heeft ze voor me bewaard.

Eline

Gum Benzoin (Loban Dhoop)

☞☞ Loban = Styrax benzoin hars als wierook gebruikt op houtskool is bij sommige winkels aan te komen. Hij is zoeter van geur dan Styrax tonkinensis (uit Vietnam, Thailand…) en veel donkerder van kleur. Beide zijn weer niet te vergelijken met Kerkwierook: Olibanum soorten of Mirre hars. De effecten in de omgeving zijn ook steeds anders. De Styrax soorten die je hiernaast ziet afgebeeld zijn vooral herkenbaar aan de witte stukjes in de donkere basis. De geur is zoet en troostend. We ervaren dat de geur diepe troost kan brengen in een huis waar hard gewerkt is aan het onder ogen zien en verwerken van oude emoties, vooral pijn van een innerlijk kind wordt door deze hars verzacht en bemoedigd. Zelfs als je niet zoveel van de geur ruikt omdat je snipverkouden bent!

☞ helaas *niet* in het Bomenorakel: de Kersenboom, zoals ze bloeien in de Provence, over een poosje…! Dat is iets om te gaan zien, als de boomgaarden in bloei staan.

En dan met de schoolbus om iets na 7 uur, door de ochtendschemering langs de heuvels, en de aarde was okerrood; en overal bloeide het en zongen de vogels. Het was niet alleen maar ellende… de natuur was er altijd voor me.

Om vanzelf vrolijk van te worden: het lied van de Nachtegaal

https://youtu.be/NK2_bcQcoD4.

***

Over zielsverlies en zelfs gestolen zielekracht (soul loss en soul theft: google ze maar):

In het Nederlands bijv. op http://www.shuemamsterdam.nl/soul-healing/

en

http://www.watervoorruimte.nl/home-water-voor-ruimte/healing/soul-loss/soul-theft.

Afb. Joskes-winkel.nl

☜ een van de Keltische Bomenorakels die er in omloop zijn. Mooie afbeeldingen, heel veel sfeer. Ik voel me hier gelijk bij thuis. En zoals alle orakels, het werkt…! En wat mooi is, veel van dit Keltische gedachtengoed is uit onze cultuur verdwenen – voor zover we kunnen zien – en toch komen mensen erbij terug. De meeste kennis die aan dit orakel ten grondslag ligt, komt oorspronkelijk uit Wales, waar in de Middeleeuwen en in de 19e eeuw, gedichten geschreven zijn over het Ogham-alfabet van de Druïden.

http://www.alleshelder.nl/Keltischeboom/keltischeboomkalender.htm heeft véél!

Op deze pagina http://www.buqi.net/nl/articles/spontaan.htm kun je lezen over wat er gebeurt bij spontane beweging in de tai chi. Eerst een voorbeeld uit de praktijk: de ene partner heeft koorts en de andere krijgt hoofdpijn. Door de basishouding (zie de foto☞) te doen kwam de negatieve energie vrij en werd de hoofdpijn verlicht. De binqi = negatieve energie, slaat dus makkelijk over als je met elkaar in een 'veld' zit. Als je de basishouding kent kun je daar veel plezier van hebben!

"Aanhoudende ontspanning van de geest in deze houding maakt emotionele informatie los. De mensen beginnen te huilen, te roepen, te zuchten en later te lachen en te zingen. Boeren en geeuwen, zweten en winden laten, gaan vaak gepaard met emotionele ontlading. Tijdens de Taijiwuxigong weekendcursussen biijvoorbeeld. krijgt één of twee procent van de nieuwe studenten de spontane huil-reactie tijdens de wuxi-stand, vooral dan de vrouwelijke deelnemers.

Na een of meerdere sessies spontane bewegingen kunnen de mensen grote veranderingen in het lichaam waarnemen. De meeste van mijn cursisten vertellen dat hun lichaam veel lichter aanvoelt dan voordien en dat symptomen van pijn, jeuk en zwellingen verminderen en zelfs verdwijnen. Ook emoties veranderen van negatieve in positieve. Fysische en emotionele spanningen die zich in het lichaam opgestapeld hebben, worden geëlimineerd. Bovendien kunnen de spontane bewegingsoefeningen chronische ziektes en ook vele moeilijke ziektes waarvoor de traditionele geneeskunde of de traditionele Chinese geneeskunde (TCG) geen antwoorden hebben, verbeteren."

De houding kun je uit de foto wel aflezen. Je leunt licht naar voren, en de voeten staan parallel aan elkaar. Er komt een soort golfbeweging op gang, een kracht in je onderlichaam die naar boven wil. Wel heel belangrijk om ook regelmatig je handen uit te schudden, waarbij je de linkerhand iets boven de rechter houdt. Stel je voor dat je de negatieve energie op die manier uit je lijf weg schudt. Soms kun je na enige oefening, die energie nog zien in de omgeving; hiervoor is het goed om wat salieblaadjes te branden om de ruimte weer licht en rustig te maken. Veel succes!

Voor de werking van de Echinacea plant kun je kijken op

https://mens-en-gezondheid.infonu.nl/natuurgeneeswijze/108876-de-geneeskracht-van-echinacea-of-rode-zonnehoed.html

We merken vooral dat de plant de eigen kracht van het lichaam steunen kan.

Hetzelfde kun je zeggen van de Thijm plant. Vooral in een pan stomend water en dan 10-20 minuten erboven hangen met een handdoek over je hoofd, dat is lekker. De stoom dringt diep in alle kanalen door (welk ander middel kan zo goed overal bij? Ik weet het niet) zoals de Eustachiusbuizen en de sinussen. De Thijm (takjes, geen olie, dat is te sterk) werkt samentrekkend en bloedsomloop bevorderend. En het ruikt lekker fris, houtig en rustgevend. De stoom is ook nog eens reinigend voor de huid.

☜ Tai Chi leraar Dr. Shen Hongxun
☞ Echinacea bloemen.