

Nieuwsbrief begin 2014

Nederlof Centrum

Nieuws en andere aankondigingen van
Nederlof Centrum / Reiki-Instituut.

Artikel Paramedische ontwikkelingen

Cursus aanbod (ook detox als cursus en voor therapeuten)

Opleidingen aanbod

Artikel: Aarden heeft echt nut

Boek van Overvloed in het Duits en als eBook

Herdruk Boek van Overvloed in Nederland (en als eBook)

Vitaminen: goed of juist niet, of wel... deel 1

Nieuw programmaboekje (ook als download)



Nieuws

Boeken

Überfluss, geld kraft liebe (hard-cover editie)

Het boek Overvloed is door een uitgeverij vertaald en is eind 2013 uitgekomen in Duitsland. Als je interesse hebt in de Duitse versie of in de promotie ervan:

Titel: Überfluss, geld kraft liebe - ISBN 978-3-00-042852-4 - 176 seiten

Uitgeverij: Book from Heaven Ilona Bernardy

Überfluss, geld kraft liebe (ebook editie)

Het boek is ook uitgebracht in het Duits als ebook.

Voor: iBook - Amazon - Kobo - Copia - Gardners - Sentral - Baker & Taylor - Scripd

eBook: ISBN 978-3-00-042853-1

Overvloed, geld kracht liefde heruitgave (7e druk)

Het boek Overvloed in de Nederlandse taal is ook weer opnieuw gedrukt.

Dit is nu al de 7e druk. Uitgeverij Hemelz - ISBN 978-90-78560-04-3

Overvloed, geld kracht liefde ook als eBook (7e druk)

Het boek Overvloed in de Nederlandse taal is ook uitgekomen als eBook

Voor: iBook - Amazon - Kobo - Copia - Gardners - Sentral - Baker & Taylor - Scripd

eBook: Uitgeverij Hemelz - ISBN 978-9078560005

Accreditaties / Paramedisch

De opleidingen van Nederlof Centrum zijn per 01-01-2014 alle weer volledig geaccrediteerd als HBO en HBO/bachelor niveau. Onze beroepsopleidingen kan je in combinatie met de voedingsmodule, medische basiskennis en soms enige aanvullende praktijkvaardigheden en casus, afsluiten op Paramedisch Natuurgeneeskundig niveau.

De informatie daarover staat op: www.hbo-therapeut.nl

Medische Basiskennis / verzekeraars

Artikel over de ontwikkelingen met medische basiskennis en zorgverzekeraars:

Hoe werkt het vanaf de zomer 2013 met vergoedingen van zorgverzekeraars, wat als je een opleiding medische basiskennis hebt gevolgd die niet voldoet aan de nieuwe norm van Plato, Hoe zit het met bijscholing en is dat voorlopig wel nodig. Allemaal vragen die beantwoord worden in het artikel.

Omdat dit Nederlof research artikel alleen van toepassing is voor therapeuten (in wording) hebben we dit artikel extern gepubliceerd. Als je het wilt lezen: <http://wp.me/p1Kk9s-5x>

Detox als gewone cursus en als als bijscholing

De cursus Detox (ontgifting) is er voor zowel cursisten als therapeuten.

Meer informatie bij 'cursussen'.

Hierna:

- overzicht cursussen (incl. de nieuwe detox cursus)
- overzicht opleidingen

Aarden heeft echt nut

Bij veel cursussen, van Reiki tot meditatie of aurahealing en Shin-Do wordt gesproken over het nut 'aarden'. Dit is in het verleden wel eens afgedaan als iets 'mentaals' of 'het zal wel goed voelen' en dan helpt het.

Er zijn nu twee wetenschappelijke onderzoeken:

Aarding als bloedverdunner

Elektrostatisch evenwicht met de aarde zorgt ervoor dat het bloed minder plakkerig wordt. Een onderzoeker van de universiteit van Californië deed een opmerkelijk experiment bij tien vrijwilligers. Hij liet hun handen en voeten verbinden met de grond zodat er een elektrostatisch evenwicht was tussen lichaam en aarde ('aarding'). Na twee uur namen de onderzoekers bloedstalen en vergeleken die met de bloedstalen genomen vlak voor het experiment. Uit analyse bleek dat de bloedplaatjes minder aan elkaar kleefden na de sessie.

Een voordeel van aarding:

Dik bloed schuurt harder langs de wand van de bloedvaten zodat ze sneller beschadigd geraken. Oorzaak van dik bloed ligt bij een te hoge stollingssnelheid van bloedfactoren of bij de bloedplaatjes die de neiging hebben om aan elkaar te kleven. Plakkerig 'dik' bloed is een belangrijke risicofactor voor hart- en vaatziekten. Mannen met te dik bloed hebben een drie keer hogere kans op een hartaanval.

Bron:

Chevalier G, Sinatra ST et al. Earthing (grounding) the human body reduces blood viscosity—a Major factor in cardiovascular disease. J Altern Complement Med. 2013 February; 19(2): 102–110.

Een ander onderzoek:

In Polen namen vrijwilligers deel aan een fietstest: een groep lieten ze aarden, en andere groep niet. Na 30 minuten trappen zagen de onderzoekers een lager ureumgehalte in het bloed bij de geaarde fietsers. Na 40 minuten was er bij hen ook minder creatinine in het bloed.

Ureum en creatinine zijn afbraakproducten van de spieren die na elke fysieke inspanning in het bloed verschijnen. De onderzoekers zien twee verklaringen voor deze effecten: aarding verbetert de werking van de nieren of aarding beschermt de spieren tegen afbraak. Elektrische ladingen spelen een grote rol in de uitscheiding van stoffen naar de urine of in de afbraak van proteïnen in de lever of de spieren. Dat aarding hierin een rol speelt is duidelijk, hoe dat kan moeten onderzoekers nog uitzoeken.

Bronnen:

Sokal P, Jastrzębski Z et al. Differences in Blood Urea and Creatinine Concentrations in Earthed and Unearthed Subjects during Cycling Exercise and Recovery. Evid Based Complement Alternat Med. 2013;2013:382643

Neem je vitamines - of juist niet - of niet teveel

Al enkele decennia geleden is aangetoond dat het suppleren van veel vitamines een positieve invloed heeft op de gezondheid van de mens. Er is ook aangetoond dat veel stoffen (vitamines en mineralen) echt onmisbaar zijn voor het lichaam.

De volgende denkwijze is ontstaan: als een beetje van iets goed is, meer nog beter is.

Er zijn nu meerdere onderzoeken afgerond (en zelfs afgebroken) die het tegendeel aantonen. (dit artikel schrijven we niet omdat wij anti-supplement zijn, integendeel zelfs)

Met name vitamine A en E zijn op zijn minst controversieel te noemen.

Onderzoeken:

29,000 Finse rokende mannen kregen dagelijks een dosis vitamine E, of Beta caroteen of beide, of een placebo.

Het onderzoek toonde aan dat de mannen die tussen de 5 tot 8 jaar beta-caroteen hadden genomen aanzienlijk eerder stierven aan longkanker of een hartziekte.

Bron: The New England Journal of Medicine in 1994

Een aantal jaren later een ander onderzoek:

18.000 mensen met een vergroot risico op longziekten door blootstelling aan asbest of roken of een combinatie daarvan kregen een combinatie van vitamine A en beta-caroteen, of een placebo. De studie is abrupt stopgezet toen bleek dat het sterftecijfer onder de proefpersonen 46% steeg in plaats van daalde.

Bron: The New England Journal of Medicine in 1996

Verdere onderzoeken die we hier aanhalen:

In 2005 is er een overzichtscalculatie gepubliceerd van 19 onderzoeken waarbij vitamine E de levensverwachting juist korter maakte in plaats van verlengde of op zijn minst neutraal bleef. Ook is in 2005 een studie gepubliceerd waarbij vitamine E het risico op hartfalen groter maakte. En als laatste in 2011 een onderzoek onder mannen waarbij bleek dat de kans op prostaatkanker aanzienlijk toenam bij toediening van een vitamine E supplement.

Bron: Journal of the American Medical Association 2011

Er zijn nog veel meer onderzoeken en de rode lijn is dat een multivitamine met lage doseringen een 8% hogere levensverwachting geeft, terwijl een hoge dosering deze juist verlaagt.

Conclusie:

Neem een multivitamine met:

- maximaal 150 ie vitamine E (onder de 100 ie/iu houden wij prive aan)
bij voorkeur een mix van de 4 tocopherolen (d-alfa, d-beta-, d-delta- and d-gamma)
de vitamine E dient in ieder geval niet DL-alpha tocopherol te zijn, D-alpha alleen is wel o.k.)
- maximaal 0,6 mg of 2500 IU vitamine A en (ex) rokers liefst totaal geen A suppletie
- boven de 50 jaar zeker niet meer dan deze twee waardes
- boven de 50 jaar overigens liefst ook geen ijzer in je multi (tenzij je vegetariër bent)
- een multivitamine vinden waar deze hoeveelheden A en E in zitten kan best lastig zijn.

Voor je nu denk 'help, is het wel gezond'; we zullen in februari / maart een aantal artikelen plaatsen over vitamines / supplementen (bijna allemaal uiterst positief) op onze nieuwssite.

Cursussen

Reiki

Nederlof Centrum geeft Reiki door met de liefde van de eerste kennismaking... Reiki zoals het aanvoelde toen we het leerde kennen, de kracht, de aanraking, in de traditie van de lijn van de grootmeesters, alle Reikimasters van Nederlof Centrum kennen Phyllis Furumoto persoonlijk, en de liefdevolle flow van reiki die ons blijft raken.

Reiki 1

De eerste graad reiki, de eerste kennismaking met deze kracht en je leert jezelf en anderen behandelen.

Reiki 2

Als je verder wilt, meer reiki-kracht, op afstand sturen en aan je blokkades werken... dan is reiki 2 een mooi pad van het diepere weten en een krachtige initiatie.

Reiki 2 vervolg

Voor degenen die het vervolg nog niet hebben bijgewoond: meld je aan, het is nuttig en het is kosteloos (voor onze eigen studenten) Er wordt meer aandacht gegeven aan het sturen naar de blokkades. Je wordt getest op een ervaring uit je verleden (hoef je niet te delen...) en je merkt wat reiki 2 daarmee doet! Het eerstvolgende vervolg is op 20 juni, aanvang 14.00 uur

Shin-Do

Nuttig, inzicht gevend, krachtig en verwonderend; In Ki staan, weten wanneer en waarom je energie verliest, energetisch sterker zijn. Shin-Do leert je ook wie je bent, wat je thema's zijn en hoe je duidelijker en krachtiger kunt communiceren. Shin-Do, het geheim van innerlijk kracht en onuitgesproken communicatie. Shin-Do is een weekend cursus en soms een eendaagse.

Meditatie, de cursus

Daarnaast natuurlijk de meditatie 2-daagse. 2 dagen lang technieken leren, toepassen, ondergaan, verdiepen en ook het leren doorgeven in eigen kring of in de praktijk. Onder begeleiding van twee heel ervaren leraren, Stephanie Kowalczyk en Bernard Samson.

Detox, reiniging van lichaam (en geest)

Bestrijdingsmiddelen, zuren, kristallen bij onze gewrichten, vlees, vis, PCB's en zware metalen, water, lucht, snacks en dranken. Deze belasten de mens en ook ziek als we niet opletten. 'Detox' leert hoe je jezelf of een ander verantwoord (door een gespecialiseerd arts) een reinigingskuur laat volgen. Goed voor huid, organen, voor alles. (ook nog eens goed voor de lijn) De cursus duurt 1 dag en is er ook voor profs (1,5 dag) Geaccrediteerd BATC / VBAG / LVNG.

Bachbloesems

Bachbloesems zijn al vele jaren een begrip. Elke geur, elke vleug van etherische elementen die in de natuur naar je toe komen hebben direct hun werking. Sommigen beuren op, anderen hebben een prettige temperende werking, geven je een vleugje melancholie of laten je juist meer naar binnen gaan. Workshop van een dag door de expert-docente Rosemarie Ypma.

Aromatherapie

Een therapievorm die zelfstandig maar ook naast Reiki, healing en vele andere werkvormen zijn plaats gevonden heeft. Elke plant, elke bloem heeft zijn werking en heeft weerslag op het individu. Workshop Aromatherapie. 'Genezen met geuren'. Workshop van een dag door de expert-docente Rosemarie Ypma.

Opleidingen

Aurahealing opleiding

De bekende Professional Aurahealer opleiding van Nederlof Centrum.

In het auraveld werken, verstoringen traceren en in kaart brengen, schoonmaken, kleuren herstellen, chakra's repareren, sjamanistische technieken, adviseren, energieën verwijderen, 2 jaar lang met energie werken, zelf ervaren en echt een healer worden op professioneel niveau. De opleiding is heel mooi van opbouw; steeds een driedaagse les en vervolgens een oefenblok ertussen om de technieken te laten bezinken en thuis te oefenen.

30 september 2014 start de opleiding professional Aurahealer weer.

Meditatie lerarenopleiding

De 2 jarige meditatieopleiding gaat weer beginnen. Een professionele leraren opleiding voor mediteren in vele werkvormen, lichaamswerk, aandachtgericht werken, client- en groepsgericht leren werken en leren lesgeven.

De gebruikte technieken komen o.a. uit Mindfulness, Hartcoherentie meditatie, Vipassana en algeheel lichaamswerk.

25 oktober 2014 is de eerste lesdag.

Reiki Practitioner opleiding

Als Reiki 1 en Reiki 2 hebt behaald, je merkt dat Reiki je veel doet en voelt dat je het meer wilt integreren in je leven en eventueel zelfs uitdragen, Is de opleiding Reiki Practitioner een mooi en sterk vervolg.

Een jaar lang (3 blokken) krachtige reiki-technieken, je kennis vergroten en jezelf als all-round reiki-healer ontwikkelen. De oude Japanse technieken, de principes, leren testen op blokkades (en deze verhelpen natuurlijk...) en nog veel meer.

Directe instroom: Daarbij gaat Nederlof centrum er vanuit dat je reiki 2 graad voldoet aan de normen van Reiki Ryoho, en kan je meteen beginnen met de RP opleiding.

Completer traject: Als je reiki 2 op een wat afwijkende manier hebt gevolgd, niet getreurd, dan is dit het ideale traject. Dan woon je eerst een Reiki 2 klas bij met de initiatie zodat je beoefening in lijn is met de (echte) Usui Shiki Ryoho en dan ga je meteen verder met de RP opleiding. De kosten zijn de completering van Reiki 2 (in overleg) en de RP samen.

Startdatum elke 4 maanden.

De eerstvolgende startdatum is 16 juni 2014.

Voedingsmodule HBO

Het spijsverteringsstelsel, disbalans en balans, het bloedgroep dieet, de Veda's, de herkenning van voeding gerelateerde klachten en het geven van klacht-gerelateerde oplossingen, zowel qua voeding als supplementen. Naast de uitgebreide syllabus bevat de opleiding ook handige schema's om het praktijkgericht toe te passen.

Geschikt voor: privé-gebruik, therapeuten en als deel van het paramedisch traject.

Onderwezen door een in voeding gespecialiseerde arts (Anna Kruyswijk)

De Voedingsmodule start weer op 16 september 2014

Tot ziens!

Het Nederlof Centrum leraren team wenst je een leerrijk en spiritueel voedend jaar toe!

www.nederlofcentrum.nl - www.aurahealing.nl - <http://nederlofcentrum.wordpress.com>