

N I E U W S B R I E F

# AURUM

DECEMBER 2006, NUMMER 2, 23<sup>E</sup> JAARGANG

Nieuwsbrief van het  
Therapeuticum Aurum,  
centrum voor antroposofische  
gezondheidszorg,  
Frits de Zwerverhove 1  
2717 TP Zoetermeer



*Atropa belladonna*

REMBRANDT • DE WINTERBLUES

Schepping of toeval?

*Een komen en gaan van medewerkers • Tuinvrienden  
Mededelingen uit de praktijk • Cursussen*

Tijden telefonisch spreekuur: van 12.15 tot 13.00 uur

# Chikara



Praktijk voor  
alternatieve Benaderingswijze

Reflexzonetherapie  
Chinese meridiaandagnostiek  
Neuro-reflexologie

Reflexzonetherapie streeft naar een natuurlijk evenwicht in het lichaam. De therapeut ondersteunt en bevordert de natuurlijke processen door op de reflexzones druk uit te oefenen. De reflexzones zitten vooral op de voeten, maar ook op de handen en de oren.

## Lida Overmeire

Kalverweide 54  
2727 GE Zoetermeer  
tel. 079-343 74 94  
Behandeling volgens afspraak

De reflexzonetherapie kan worden ingezet bij chronische of acute klachten maar kan ook preventief of als ontspanningsbehandeling worden ingezet.

**BEKIJK OOK EVEN MIJN NIEUWE WEBSITE: [WWW.PRAKTIJKCHIKARA.NL](http://WWW.PRAKTIJKCHIKARA.NL)**



Praktijk voor Speltherapie  
**DE KLEINE VOS**

**SOMS HEEFT EEN KIND EVEN WAT EXTRA STEUN NODIG**

Dan kan speltherapie helpen. Het valt u bijvoorbeeld op dat uw kind zich terugtrekt of drukker is. Uw kind lijkt angstig of het gaat niet goed op school. Zoals volwassenen kunnen praten over wat ze meemaken, zo kunnen kinderen in hun spel laten zien wat hen bezighoudt en dwarszit. Vanuit het spel kan de speltherapeut het kind helpen de problemen te verminderen en er op een andere, positievere manier mee om te gaan of ze op te lossen.

Meer informatie: in onze folder en op [www.speltherapedekleinevos.nl](http://www.speltherapedekleinevos.nl)  
Een oriënterend kennismakingsgesprek is gratis.

Jeannette Dijkxhoorn-Kruizinga  
Meteoorsteen 2  
2719 TG Zoetermeer  
T 079 362 86 96

Marijke de Vos-Lauterlager  
Kortsteekterweg 32a  
2407 AH Alphen aan den Rijn  
T 0172 474 111

# Ten geleide

De donkere dagen voor kerst naderen. De duisternis overheerst, maar in deze donkerte kan een innerlijk licht gaan schijnen. Rembrandt was een grootmeester in het uitbeelden van het licht dat schijnt in de duisternis. Maaike Kroese schreef een kerstbeschouwing in het teken van de schilderkunst van Rembrandt.

De donkere wintermaanden kunnen soms ook tot sombere gevoelens aanleiding geven. Jeanne Dictus, gesprekstherapeute op Aurum, schreef een artikel over depressie. Ook wordt er een boekje, dat Jeanne Dictus schreef over psychosociale hulpverlening besproken.

De leer van Darwin met het principe van de natuurlijke selectie is een hoeksteen van een materialistische wereldbeschouwing. Van de verheven, religieuze ideeën van de schepping bleef bij hem niet veel meer over. Maar het darwinisme staat bloot aan kritiek uit kringen van de wetenschap zelf, namelijk in de stroming van de Intelligent Design. Jelle van der Schuit wijdt een artikel aan deze richting.

In haar vaste plantenrubriek besteedt Jeannette van der Schuit dit keer aandacht aan de Belladonna, een uiterst giftige plant die met zijn opvallende glanzende zwarte bessen ook blijk geeft van duisternis. Toch bezit deze plant grote geneeskracht! Hij groeit ook in de tuin van Aurum. Trouwens vindt u het leuk om af en toe een handje te helpen in onze tuin, sluit u dan aan bij de tuinvrienden van Aurum. Arnout Ruitenbergh bericht hier enthousiast over. U kunt ook donateur worden voor een bank rond onze kastanjeboom in de achtertuin.

Het nieuwe jaar brengt voor Aurum heel wat veranderingen met zich mee in de personele sfeer. Drie assistenten beëindigen hun werkzaamheden. Ook onze diëtiste, Anita Fodor, vertrekt: terug naar haar geboorteland Hongarije. De fysiotherapeute Dora Radix gaat met pensioen. De internist Diederik Houwert moest om gezondheidsredenen zijn praktijk neerleggen. Verderop in deze nieuwsbrief vindt u woorden ter afscheid en leest u meer over hun opvolgers.

Het is weer tijd om aandacht te schenken aan de verzekeringen. Tot 1 januari kunt u uw huidige verzekering opzeggen voor een andere verzekering. Naast de polis van Antroposana, heeft ook Azivo zich sterk gemaakt voor een antroposofie-polis. In een aparte mailing heeft u recent hierover informatie ontvangen.

Verder vragen wij graag uw aandacht voor de Kerstactie van de nieuwsbrief, zodat we u ook in het volgende jaar kunnen blijven voorzien van veelzijdige en kwalitatieve informatie met betrekking tot ons gezondheidscentrum en de antroposofische geneeskunde.

De medewerkers van Therapeuticum Aurum wensen u en de uwen een gezegende kersttijd toe en alle goeds in het komende nieuwe jaar!

Jeannette van der Schuit

Jelle van der Schuit

Hans Spanjaardt

## KERSTACTIE NIEUWSBRIEF

Het gaat goed met de Nieuwsbrief! Dat hebben we voornamelijk te danken aan de grote bereidheid van patiënten om telkens weer met een kleiner of groter bedrag ons blad te ondersteunen: De zomeractie leverde ruim 2500 euro op. Wat een geweldige opbrengst! We willen alle gevers hiervoor hartelijk bedanken!

Samen met de advertentieopbrengsten en door toedoen van wat goedkopere drukkosten geeft dat een basis voor een sluitende begroting van het huidige nummer. Om ook in 2007 op dezelfde voet door te kunnen gaan, blijft uw financiële hulp onontbeerlijk. Voor deze Kerstactie van de Nieuwsbrief is een acceptgiro bijgesloten.

Wij willen u als Therapeuticum Aurum alvast hartelijk bedanken!

G  
E  
D  
I  
C  
H  
T

Er was eens een waterdruppel  
hangend aan de rand van een blad.  
Helder en zuiver, maar wachtend en onwetend,  
omdat hij te druk met zichzelf was.

Boven de zon, beneden de rivier  
de druppel er tussenin.  
“Zal ik springen? Zal ik glijden?  
Zal ik gaan? Zal ik blijven?”  
Herhalend als een mantra - wachtend op wat?

“Op het volmaakte moment  
dan ben ik helder van geest en volledig transparant  
Pas dan laat ik los en ga op in de zee.”  
Maar hij sprong niet en was bijna verdampt.

De wind kwam voorbij en fluisterde door het riet.  
Er was geen houden meer aan en daar ging hij dan  
naar de zee, naar het water, naar de grote oceaan.  
En opeens was het duidelijk in dit grote geheel:  
Elke druppel is de zee  
En hij zag zichzelf  
In het andere weerspiegeld  
En vond de reden van zijn bestaan.

*Inez van Oord*

---

# Inhoud

- 4 Mededelingen uit de praktijk**  
Algemene praktijkinformatie. *Afwezigheid huisartsen.*  
Telefonisch spreekuur huisartsen! *Personele nieuwtjes.*  
Aanbevolen websites
- 7 Nieuws van het Therapieënfonds Aurum**  
*Ineke Dol, Betty Hugens en At Kerstens*
- 8 Komen en gaan**  
Afscheid van en kennismaking met gaande en komende medewerkers
- 13 Winterdepressie, winterblues en voorjaarsmoehheid**  
*door Jeanne Dictus*
- 15 Atropa Belladonna (wolfskers)**  
*Jeannette van der Schuit*
- 18 Schepping van de natuur: toeval of intelligent ontwerp?**  
*door Jelle van der Schuit*
- 23 Rembrandt: meester tussen licht en donker**  
*door Maaike Kroese, kunstzinnig therapeute*
- 26 Kunst in Aurum**  
Sonia van der Klift
- 29 Tuinvrienden van Aurum**  
*door Arnout Ruitenber*
- 30 Bericht van de Euritmietherapie**
- 31 Enige gegevens rond Antroposana**
- 32 De nieuwe zorgverzekering**
- 33 Lezingen, cursussen, evenementen**  
Studiecentrum voor Antroposofie Zoetermeer.  
*Kunstzinnig werken op de vrijdagmiddagmet Maaike Kroese.*  
'Koers vinden in je leven' door Sarah Goudsmit.  
*Cursusavonden antroposofie door Jelle van der Schuit*
- 36 Colofon**



## Mededelingen uit de praktijk

### ALGEMENE PRAKTIJKINFORMATIE

Zie het gekleurde inlegvel dat is meegeniet in het midden; u kunt het eruit trekken.

### AFWEZIGHEID HUISARTSEN

(wijzigingen voorbehouden)

#### **M.P. Ephraïm**

Vakantie: 26 februari t/m 3 maart 2007

#### **mw. A. Kaptein**

Zwangerschapsverlof: 20 nov. 2006 tot 1 april 2007

#### **D. Teunissen**

Vakantie: 8 januari t/m 12 januari 2007

#### **mw. A.J.M. van der Schuit**

Vakantie: 1 januari t/m 5 januari 2007

### TELEFONISCH SPREEKUR HUISARTSEN!

Let op: Het telefonisch spreekuur voor alle artsen is van 12.15-13.00 uur.

**Dringende oproep: Door de nieuwe zorgverzekeringswet is een goede registratie van uw verzekeringsmaatschappij en verzekeringsnummer voor ons van zeer groot belang. Graag schriftelijk uw verandering van verzekering en verzekeringsnummer z.s.m aan ons doorgeven.**

Van 8.00-10.15 en van 10.45- 12.15 uur kunt U de praktijk bellen voor het maken van afspraken, herhalingsrecepten en het opvragen van uitslagen. Na 13.00 uur is i.v.m. administratieve bezigheden en kleine verrichtingen door assistentes de praktijk uitsluitend te bereiken voor spoedgevallen.

### PERSONELE NIEUWTJES

Van 20 november 2006 tot 1 april 2007 is *Aukje Kaptein* met zwangerschapsverlof. Haar praktijk wordt waargenomen door *Liesbeth Vossen*, waarnemend huisarts. We wensen Aukje een fijne tijd toe en Liesbeth een hele goede waarneemtijd in ons therapeutikum.

*Joriet Schneider* werkzaam als huisarts in opleiding in de praktijk van Marco Ephraïm en op donderdag in de praktijk van Jeannette van der Schuit zal op 1 maart 2007 haar eerste jaar van haar huisartsenopleiding afronden. We wensen haar alvast een goed vervolg toe van haar verdere opleiding tot huisarts.

*Diederik Houwert* sinds jaren werkzaam geweest als internist in ons therapeutikum is wegens ziekte gestopt met zijn werk als internist. We wensen hem heel veel sterkte toe en willen hem ook via

deze weg bedanken voor de vele jaren van goede zorg en inzet voor onze patiënten.

Diederik Houwert wordt als internist opgevolgd door *Karel Jan Tussenius*. We zijn erg blij dat daarmee het werk, dat Diederik Houwert al die jaren heeft gedaan kan worden voortgezet. Hij zal een keer per maand op vrijdag bij ons werkzaam zijn als antroposofisch internist.

*Anita Fodor*, diëtiste sinds 1,5 jaar in ons therapeuticum, gaat weer terug naar Hongarije. Wij vinden het jammer dat ze vertrekt en we willen haar heel hartelijk danken voor de enorme inzet die ze als diëtiste in ons therapeuticum had. Wij wensen haar een hele fijne toekomst toe in Hongarije.

Anita wordt opgevolgd door *Annemarije de Jong* en *Marielle Duurkoop*. Zij stellen zich verderop in de nieuwsbrief voor. We willen beiden een heel goede start toewensen.

*Dora Radix*, al jaren werkzaam als fysiotherapeute, heeft de leeftijd van 65 bereikt. In het nieuwe jaar willen we haar een mooi afscheid geven met o.a een receptie voor de patiënten uit de praktijk van Dora. U wordt daarover nog geïnformeerd. We willen Dora hartelijk danken voor de vele jaren die ze als fysiotherapeut in ons therapeuticum heeft gewerkt. Veel patiënten hebben Dora als fysiotherapeute zeer gewaardeerd. Verderop in de nieuwsbrief gaan we hier verder op in. De plaats van Dora wordt ingevuld door *Christel Krosing*, fysiotherapeute. We wensen Christel een heel goede start toe.

Ook nemen we afscheid van *Lenneke Vuijk*, waarnemend fysiotherapeute van Dora Radix tijdens een ziekteperiode van Dora. Lenneke was vooral ook belangrijk voor de kinderfysiotherapie en via deze weg willen we daarom ook Lenneke heel hartelijk danken voor haar werk in ons therapeuticum. Lenneke: succes met weer een nieuwe fase.

Tot slot moeten we helaas ook afscheid nemen van drie van onze trouwe assistentes in ons therapeuticum, *Monique Egbers*, *Joke Jansen* en *Henny Koppelaar*. Het oosten heeft hen gelokt en zal hen meenemen om daar een nieuwe toekomst op te gaan bouwen. Verderop in de nieuwsbrief schrijft ieder van hen een stukje als afscheid.

Mede dankzij hun inzet hebben we vele jaren in goede harmonie de praktijken kunnen voortzetten. Voor veel patiënten waren zij vaak een heel vertrouwd contact in al die jaren. Ook voor ons artsen blijkt telkens weer hoe belangrijk een goede samenwerking is in de praktijk. Joke, Monique en Henny heel erg bedankt voor de trouwe inzet en gezelligheid al die jaren. Een heel fijne tijd toegewenst en een heel goed begin in dat andere stukje Nederland.

Gelukkig hebben we fijne nieuwe mensen kunnen vinden voor onze praktijken. *Mariska van Stijn* werkt m.i.v. 1 november als assistente in de praktijk van Aukje Kaptein op dinsdag en woensdag. Op donderdag zal ze in de praktijk van Jeannette van der Schuit gaan werken. Vanaf 1 januari gaat *Hannie Hederik* in de praktijk van Jeannette van der Schuit werken

op maandag, dinsdag en woensdag. M.i.v 1 november is *Cora Kakebeen* werkzaam in de praktijk van Daan Teunissen op maandag en dinsdag. We hopen op een goede samenwerking en eenieder een goede start toegewenst.

*Barbara Houtman* en *Truus Looyaard* gaan verder als praktijkondersteuner. Daarmee stopt ook Barbara Houtman als assistente in de praktijk van Aukje kaptein. Hierover meer verderop in de nieuwsbrief.

### AANBEVOLEN WEBSITES

[WWW.ANTROPOSANA.NL](http://WWW.ANTROPOSANA.NL): Informatie over de Amersfoortse en informatie over de antroposofische geneeskunde.

[WWW.ANTROVISTA.NL](http://WWW.ANTROVISTA.NL): Informatie over verschillende antroposofische gebieden: adressen van zorginstellingen, lezingen

en cursussen.

[WWW.ANTROPOSOFICA.NL](http://WWW.ANTROPOSOFICA.NL): voor het laatste nieuws betreffende antroposofische geneesmiddelen.

[WWW.AANVULLENDBIJKANKER.NL](http://WWW.AANVULLENDBIJKANKER.NL): Wel-eda wil op deze site kankerpatiënten en familie helpen bij het maken van keuzes omtrent aanvullende behandelwijze en therapieën.

[WWW.KINDERTHERAPEUTICUM.NL](http://WWW.KINDERTHERAPEUTICUM.NL): Het kindertherapeuticum Utrecht geeft op deze site veel informatie over ziekte en gezondheid bij kinderen.

[WWW.ZORGAANZET.NL](http://WWW.ZORGAANZET.NL): Achtergrondinformatie en nieuws op het gebied van de vernieuwing van het zorgstelsel.

[WWW.KVHN.NL](http://WWW.KVHN.NL): Actuele informatie over de problematiek rond de registratie van homeopathische en antroposofische geneesmiddelen.

## *Steun het Therapieënfonds in 2007!*

Het Therapeuticum Aurum beschouwt het Therapieënfonds als een waardevolle aanvulling op de mogelijkheden van vergoeding bij bestaande zorgverzekeringen. Niet iedereen kan zich de luxe permitteren van een zorgverzekering, die ruim voorziet in antroposofische dekking. Dat betekent dat velen wat betreft de therapieën geen beroep kunnen doen op hun eigen verzekering. Door lid te worden van het therapieënfonds maakt u het niet alleen voor u zelf, maar juist ook voor anderen met een kleinere beurs mogelijk om toch een groot deel van de kosten (ca. de helft), vergoed te krijgen. Voor de kosten hoeft u het niet te laten: het lidmaatschap van het Therapieënfonds in 2007 bedraagt slechts 15 euro per persoon.



# Nieuws van het Therapieënfonds Aurum

Wij als beheerders van het Therapieënfonds Aurum hebben besloten om nogmaals de doelstelling van het fonds, onder het kopje: Wat is en wat doet het Therapieënfonds, in de Nieuwsbrief Aurum op te nemen. Onder andere omdat volgens ons het fonds in een behoefte voorziet, zowel richting de patiënten als richting Therapeuticum.

Het Therapieënfonds is er namelijk bij gebaat een groter aantal deelnemers te mogen begroeten om zodoende de leefbaarheid van het fonds (in de toekomst) te kunnen garanderen.

## **WAT IS EN WAT DOET HET THERAPIEËNFONDS**

Het Therapieënfonds Aurum is een patiënteninitiatief om elkaar te helpen therapieën binnen het Therapeuticum Aurum te kunnen volgen en zodoende binnen het Therapeuticum Aurum de antroposofische gezondheidszorg te stimuleren. Vooral in de beginjaren werden weinig van de therapieën door een zorgverzekeraar vergoed. Momenteel is dat wel beter maar er zijn er nog genoeg zorgverzekeraars die niets vergoeden of slechts tot een bepaald maximum. In dit verband is indertijd het Therapieënfonds Aurum opgericht als een solidariteitsfonds, als je het zelf niet nodig hebt dan kan een ander er profijt van hebben doordat er toch nog een vergoeding gegeven wordt voor therapieën die anders volledig door de patiënt betaald zouden moeten worden of in het ergste geval niet konden worden gevolgd, zodat er

in ieder geval geen verbetering in zijn of haar ziektebeeld kon ontstaan.

Zo zijn wij ook aan ons motto gekomen: **“De gezonde patiënten dragen de zieke”**.

Momenteel kan het Therapieënfonds Aurum bijspringen tot 50% van de gemaakte kosten voor therapie. Hieraan hebben wij een maximum moeten stellen en boven dit 50-procents maximum is de vergoeding 25%. In de jaarlijkse folder, die in de maand januari verspreid wordt onder de patiënten binnen Zoetermeer en in de loop van het jaar aan nieuwe patiënten wordt uitgereikt, is aangegeven welke therapieën dat zijn. In deze folder staan verder een aantal spelregels omtrent de werkwijze zodat wij als beheerder u als patiënt zo snel en duidelijk mogelijk kunnen helpen.

Verder ligt het reglement, dat onze werkwijze aangeeft, altijd ter inzage in het Therapeuticum Aurum.

## **STAND VAN ZAKEN 2006**

Dit jaar hebben zich 565 patiënten aangemeld als deelnemer van het Therapieënfonds Aurum. Jammer genoeg moeten wij constateren dat het aantal deelnemers opnieuw is achtergebleven ten opzichte van voorgaande jaren. Wij hopen dat u in 2007 de moeite wilt nemen om u aan te melden en zodoende de zin van het fonds te onderschrijven.

## **WIJZIGINGEN IN 2007**

Waren er vorig jaar nog wijzigingen door het nieuwe zorgstelsel. Dit jaar zullen wij

geen wijzigingen doorvoeren.

De vergoeding blijft 50% over de eerste € 400,00 die per patiënt gedeclareerd wordt, daarboven 25%.

#### Begroting 2007

In de vorige Nieuwsbrief hebben wij een overzicht opgenomen hoeveel er is uitbetaald aan declaraties in 2005, daarom willen wij nu van de begroting voor 2007 een overzicht laten zien.

Wij verwachten voor 2007 een totaal

van 600 deelnemers te kunnen halen en hebben daarop onderstaande begroting gebaseerd.

#### INZENDEN DECLARATIES 2007

De (voorlopige) datums waarop een inzending van declaraties sluit zijn voor het jaar 2007 de volgende: 18/01, 01/03, 12/04, 31/05, 12/07, 30/08, 11/10 en 29/11/2007.

Namens het Therapieënfonds Aurum,  
Ineke Dol, Betty Hugens en At Kerstens

Inkomsten: deelnemers	9000	Uitgaven: Declaraties	7400
rente	200	Bijdrage Nieuwsbrief	200
		Verzenden mailing	700
		Drukkosten	750
		Administratiekosten	150
	-----		-----
Totalen	9200		9200

## Komen en gaan

### ANITA FODOR (DIËTISTE) NEEMT AFSCHEID

In verband met de terugkeer naar mijn geboorteland Hongarije, zal ik per 1 december 2006 mijn diëtistenpraktijk definitief overdragen aan Annemarije de Jong. Annemarije de Jong, die nu o.a. werkzaam is in het Antroposofisch Therapeuticum 'Helianth' in Rotterdam, heeft zich naast haar reguliere opleiding verdiept in de natuurvoeding en de antroposofische voedingsleer. Zij wordt bijgestaan door diëtiste Marielle

Duurkoop.

Via deze weg wil ik alle medewerkers van Aurum en al mijn patiënten van harte danken voor de inspirerende jaren, voor de warmte die ik hier mocht ontvangen en voor al dat moois dat we samen hebben bereikt.

*Anita Fodor*

### NIEUWE DIËTISTEN NEMEN DE DIËTISTENPRAKTIJK VAN ANITA FODOR IN AURUM OVER. ZIJ STELLEN ZICH VOOR:

**M**ijn naam is Annemarije de Jong (30 jaar), werkend als diëtiste sinds

2000. Ik ben in 2001 een eigen onderneming 'praktijk voor Dieettherapie' gestart in Delft. Daar heb ik veel ervaring opgedaan met cliënten met allerlei eetproblemen en eetstoornissen.

Gezien mijn vrijeschool-achtergrond ben ik al jong in aanraking gekomen met de antroposofie. Sinds 2002 ben ik me binnen mijn beroep ook antroposofisch gaan oriënteren. Het mooie aan deze manier van werken vind ik het plaatsen van de 'levende voedingsprocessen' tegenover de tegenwoordig toenemende industrialisatie van voedingsmiddelen. Ik werk tijdens de consulten graag met een open houding naar de cliënt. Daarbij pas ik mijn verzamelde kennis over voeding, gezondheid en ziekte toe waar nodig.

Sinds juni 2006 ben ik naast mijn werkzaamheden in Delft ook in het Therapeuticum Helianth aan het werk. Daar heb ik inmiddels ervaring kunnen opdoen in het werken binnen een antroposofisch therapeuticum. Mijns inziens zal de multidisciplinaire begeleiding van cliënten zoals dat in de antroposofische therapeutica gebruikelijk is, in de toekomst steeds belangrijker worden.

Sinds september 2006 versterkt Mariëlle Duurkoop de werkzaamheden in de praktijk voor Dieettherapie. Daardoor zijn wij samen in staat om het team van het Therapeuticum te versterken, nu Anita Fodor afscheid neemt. Ik zal wekelijks op woensdagochtend spreekuur houden en ook voor Mariëlle ondersteunend aanwezig zijn in therapeuticum Aurum.

**M**ijn naam is Mariëlle Duurkoop (24 jaar), vanaf heden ben ik wekelijks

te vinden in het Therapeuticum Aurum. Samen met Annemarije de Jong neem ik de spreekuren van diëtiste Anita Fodor over. Ik zal vanaf december op woensdag- en donderdagmiddag spreekuur houden.

Mijn interesse in voeding en gezondheid zit er al van jongs af aan in. In mijn omgeving was niemand verrast over mijn keuze om Voeding en Diëtetiek (aan de Haagse Hogeschool) te gaan studeren. In juli dit jaar heb ik mijn diploma in ontvangst mogen nemen.

Met de antroposofie ben ik in aanraking gekomen middels de vrijeschool. Ik heb op de lagere vrijeschool in Oud-Beijerland gezeten en op de bovenbouw in Rotterdam. Een eerlijke en duurzame productie van voedingsmiddelen heb ik altijd belangrijk gevonden. Het feit dat mijn vader een natuurvoedingswinkel heeft opgestart en hier een aantal jaar eigenaar van is geweest, heeft hier zeker invloed op gehad.

Door Annemarije ben ik mij steeds meer aan het verdiepen in de antroposofie, in het bijzonder de antroposofische diëtetiek. Hoe meer ik lees, hoor en ervaar, hoe enthousiaster ik word en hoe meer ik denk: "Deze visie past bij mij". Momenteel doe ik een 2-daagse oriëntatiecursus antroposofie en zorgt Annemarije er wekelijks voor dat mijn 'honger' naar meer kennis over de antroposofische diëtetiek wordt gestild.

## EEN NIEUWE UITDAGING

**A**an allen die ik aan de telefoon heb gehad en/of waarmee ik op een andere manier in contact ben geweest:

In november 2001 deed ik mijn intrede in het Aurum als doktersassistente in de praktijk van Jeannette van der Schuit.

Dit is dan nu 5 jaar geleden.

In die tijd is er veel gebeurd. Ik heb mijn partner aan de balie van het Aurum leren kennen, heb veel leuke en leerzame gesprekken gehad met velen van u, heb een heleboel geleerd op allerlei vlakken van het leven mede ook dankzij het feit dat ik mijn werk op het Aurum kon uitvoeren.

In september 2005 ben ik begonnen aan de opleiding Menskundig Adviseur en rond deze af in juni van 2007.

Reden om een andere stap te nemen in het leven.

Het huis staat te koop en wij gaan een nieuwe start maken aan de andere kant van het land, de precieze plek is ook ons nog niet duidelijk maar op dit moment zoeken wij in de omgeving van Zutphen.

Aan de gang met de opleiding, ergens inspringen en kijken wat ik kan creëren. Ik vind het eng maar heb er ook erg veel zin in!

Ik wil jullie allen heel erg bedanken voor de tijd die ik met jullie mocht doorbrengen, de leuke telefoongesprekken die ik met velen heb gehad, ik neem ze mee in herinnering en in energie.

Ik wens jullie allen veel vitaliteit en kwaliteit van leven.

Met liefde,  
*Henny Koppelaar*

## HET EINDE VAN EEN GEZELLIGE PERIODE

Er is mij gevraagd een klein stukje in de Nieuwsbrief te schrijven, omdat ik het Aurum na precies 4 jaar ga verlaten. En natuurlijk doe ik dat. De reden van mijn vertrek is, dat ik samen met mijn man naar Twente ga verhuizen in de omgeving van Haaksbergen en het Buurserzand wat sommige van u misschien zullen kennen van mooie wandelingen en fietstochten.

De laatste 2½ jaar brachten wij daar al de weekenden door, dus ingeburgerd zijn we inmiddels. De natuur heeft op ons beiden een grote aantrekkingskracht. Het coulissenlandschap, de verscheidenheid aan vogels, eekhoorntjes, reeën, hazen en konijnen, alles zien we daar ook door onze tuin voorbij komen. We verheugen ons daar enorm op.

Door nu te stoppen heb ik even wat meer tijd om de verhuizing rustig voor te bereiden en eind maart te vertrekken. Ik heb goede herinneringen aan velen van jullie. De leuke gesprekjes aan de telefoon, balie of kleine lab. Voor sommigen was het genoeg alleen een luisterend oor te hebben, met anderen even lekker kletsen als de tijd en de telefoon het toe stonden. Natuurlijk was het ook wel eens wat minder als met name de telefoon te lang bezet was of er niet op korte termijn een afspraak gemaakt kon worden. Neemt u van mij aan dat dit overmacht was en hopelijk zal dit in de toekomst verbeteren; het probleem leeft.

11 December zal mijn laatste werkdag zijn en zullen Mariska van Stijn bij Aukje Kaptein en Hannie Hederik bij Jeannette van der Schuit het van mij overnemen. Daarbij wens ik ze vanaf hier veel succes toe. Tot slot een zo gezond mogelijk en positief 2007 toegewenst.

*Monique Egbers*

## EEN NIEUWE LEVENSFASE

**N**a de afgelopen 4,5 jaar gewerkt te hebben bij het Therapeuticum Aurum als doktersassistente bij dr. Teunissen, ga ik per 1 januari a.s de praktijk verlaten. Onze grote wens was om na het bereiken van de VUT leeftijd van mijn partner de randstad te verlaten en ons te vestigen in het mooie Drenthe in de buurt van Exloo. Na veel klussen in ons nieuwe huis (het huis is casco opgeleverd) zal de verhuizing 2 december plaatsvinden. In m'n nieuwe omgeving ga ik me ondermeer bezighouden met het aanleggen van de tuin (+groentetuin), lezen en wellicht met het zoeken naar een betaalde- of vrijwilligersbaan. De tijd zal het leren.

Ik wil alle patiënten die ik vervolgens in de praktijk heb leren kennen van dr. van Leeuwen, dr. Ramautar en Daan Teunissen, via deze weg het allerbeste toewensen.

*Joke Jansen*

## PRAKTIJKONDERSTEUNER HUISARTS

**O**p 1 oktober 2006 ben ik gestart met de opleiding praktijkondersteuner huisarts. Dit is een 2-jarige opleiding op HBO-niveau en in het kader van de opleiding ben ik ook al gedeeltelijk gestart met mijn werkzaamheden als praktijkondersteuner. Op 1 januari a.s hoop ik 16 uur per week in deze functie werkzaam te kunnen zijn. Daardoor zal ik stoppen met mijn werkzaamheden als doktersassistente.

Wat houdt het nu allemaal in zult u zich afvragen. De laatste jaren is de werkdruk in de huisartsenpraktijk aanzienlijk toegenomen. Om hierin verbetering aan te brengen is landelijk gekozen voor het invoeren van een nieuwe functie binnen de gezondheidszorg: de functie praktijkondersteuner. Samen met de huisarts en de doktersassistent draagt de praktijkondersteuner zorg voor de verbetering van de toegankelijkheid en kwaliteit van de huisartsenzorg.

Maar wat doet nu een praktijkondersteuner?

De huisarts geeft aan wat de praktijkondersteuner gaat doen in de praktijk. Het is de bedoeling dat de praktijkondersteuner de huisarts vooral gaat bijstaan in het verlenen van zorg aan chronisch zieken, zoals diabetespatiënten, astma-/COPD-patiënten en patiënten met hartfalen of hypertensie. De praktijkondersteuner zal deze patiënten zien tijdens haar spreekuur en geeft advies, voorlichting en instruc-

tie. Door deze gestructureerde controles kan de patiënt beter begeleid worden. De praktijkondersteuner inventariseert de klachten van de patiënt en adviseert de patiënt op zowel het medische, psychische als sociale vlak. Door deze manier van werken krijgt de patiënt meer tijd om zijn vraag te stellen of klachten aan te geven en kan de patiënt beter worden behandeld. Vervolgens bespreekt de praktijkondersteuner dit met de huisarts. Verder kan de praktijkondersteuner de patiënt helpen contacten te leggen met de specialist of de thuiszorg.

Hopelijk is het u nu iets duidelijker geworden wat ik ga doen op het Aurum. Ik vind het een geweldige uitdaging en hoop een bijdrage te kunnen leveren in uw zorg.

Met vriendelijke groet,  
*Barbara Houtman-Kloosterman*

## AFSCHEID DORA RADIX

**E**ind 2006 zal Dora Radix het therapeuticum gaan verlaten. Zij heeft de pensioengerechtigde leeftijd bereikt en kan van een welverdiende rust gaan genieten. Terugkijkend ontdekten we dat Dora dit jaar 15 jaar in Aurum werkzaam is, dus behalve een afscheid is het ook een jubileum! De laatste jaren nam Lenneke Vuyk een deel van de week voor Dora waar; ook van Lenneke nemen we dus aan het eind van dit jaar afscheid. Lenneke, bedankt voor je inzet en goede zorgen deze jaren!

In deze 15 jaar is Dora een stabiele factor, een steunpilaar binnen Aurum geweest,

voor patiënten zowel als voor de medewerkers. Wij als fysiotherapeuten kennen haar als hardwerkende, zeer toegewijde collega, die zich met hart en ziel aan haar werk wijdde.

De patiëntenzorg was steeds nummer één bij Dora, met veel overgave en energie zette ze zich in. We zullen haar als collega, maar zeker ook als mens, heel erg missen. We zijn blij voor haar dat ze zich nu met meer tijd en energie aan haar andere grote liefde, tuinieren, kan gaan wijden. We wensen je daarbij veel vreugde toe Dora, en bedanken je voor al die jaren fijne samenwerking en collegialiteit.

We willen op passende wijze afscheid van Dora nemen, en u als patiënt of oud-patiënt ook in de gelegenheid stellen haar uitgeleide te doen.

We organiseren daarom een afscheidsof receptie op zaterdag 13 januari van 15.00 – 17.00, in het therapeuticum.

Bij deze gelegenheid kunt u tevens kennismaken met haar opvolgster, Christel Krösing. Christel is zich sinds 1 oktober al aan het 'warmlopen': zij werkt al 2 dagdelen per week in Dora's praktijk zodat ze per 1 januari goed ingewerkt Dora's toko over kan nemen. Christel zal drie dagen per week in Aurum werkzaam zijn en komend jaar de aanvullende opleiding antroposofische fysiotherapie gaan volgen. Wij heten haar van harte welkom en verheugen ons op een goede en inspirerende samenwerking.

Namens de fysiotherapeuten,  
*Josée Hendriksma*



## Winterdepressie, winterblues en voorjaarsmoetheid

door Jeanne Dictus

De verschijnselen van de winterblues en winterdepressie kunnen al in de herfst, vanaf september voorkomen. Veel mensen voelen dat ze in de winter minder energie hebben dan in de zomer, ze voelen zich ook minder opgewekt en komen gemakkelijker aan in gewicht. Als het hierbij blijft en je kunt normaal functioneren, dan is er geen sprake van een depressie, we noemen dit de “winterblues”.

De winterdepressie is een seizoensgebonden depressie. Er zijn behalve de verschijnselen van de winterblues, veel meer klachten om er maar enkele te noemen: moe, somber, lusteloos, en gebrek aan energie. Met een winterdepressie kun je blijven slapen, veel meer dan in de zomer. Het opstaan is moeilijk, en het op gang komen 's morgens en zelfs overdag zou je nog willen slapen! Ook kun je moeilijk ergens toe komen, apathie. Een cliënt van mij omschreef het treffend: “'s winters ga ik in de slaapstand”.

Verder kun je last hebben van afgenomen interesse, prikkelbaarheid (snel boos, snel verdrietig). De concentratie is minder goed. Ook het eetgedrag kan veranderen. Men heeft een hang naar koolhydraten, snoep, chocola, en soms ook alcohol. Wat verder nog opvalt bij een winterdepressie is de behoefte om “in je holletje te kruipen”, minder behoefte aan sociale contacten. Als dit alles in het voorjaar weer overgaat en het is minstens 2 jaar achter elkaar voorgekomen, dan is er sprake van

een winterdepressie. Deze depressie komt bij vrouwen 4 x zoveel voor als bij mannen. De voorjaarsmoetheid is een milde vorm van de winterdepressie.

Over de oorzaken is nog geen duidelijkheid. Als natuurliefhebber denk ik wel eens aan de vogeltrek. Sommige vogels zoals zwaluwen trekken elk voor- en najaar duizenden kilometers ver. Hoe "weten" ze dat het de juiste tijd is? Dit is een ingewikkeld verschijnsel, maar zeker speelt de hoeveelheid licht mee, die via de ogen inwerkt op het functioneren van de hersenen en de hormoonhuishouding. Bij ons mensen zou je kunnen zeggen dat het eigenlijk logisch is dat je het in de winter rustiger aandoet dan in de zomer. Echter door een uitvinding als het elektrische licht en de tendens naar een 24-uurs economie, raakt de biologische klok in de war, en de daaraan verbonden hormoonprocessen.

In het leven rekening houden met de seizoenen is belangrijk, 's winters doe je het kort gezegd rustiger aan dan in de zomer. Wel overdag naar buiten is onontbeerlijk. Maar als dat niet helpt? Veel mensen weten uit ervaring dat ze baat hebben bij een weekje op vakantie naar de zon. Er is ook lichttherapie mogelijk met een speciale lamp. En de antroposofische medicijnen en therapieën die werken bij een niet seizoensgebonden depressie, kunnen hier ook ingezet worden. Daarvoor is contact met de huisarts noodzakelijk.

Tot slot: wat kan de omgeving doen voor iemand die lijdt aan een winterdepressie? Stimuleren is belangrijk, dit is niet hetzelfde als pushen of tegen iemand ingaan. Je laat iemand in zijn waarde, maar je laat hem niet vallen. Blijf contact zoeken, vragen stellen, bemoedigen en uitnodigen.



Prachtige collectie van  
meer dan 150 verschillende  
Wol met zijde sjaals  
Grote collectie sieraden  
van het merk Culture Mix

*Pashmina & Zo*

U bent van harte welkom om op afspraak,  
- ook 's avonds en in het weekend -  
de grote en steeds nieuwe collectie  
vrijblijvend te bezichtigen  
en advies te krijgen.

**Sarah Goudsmit**  
Hekbootkade 27 Zoetermeer  
Tel. 0620974635  
[www.pashminaenzo.nl](http://www.pashminaenzo.nl)





Jeannette van der Schuit

## *Atropa Belladonna (wolfskers)*

**Atropa Belladonna is een geneesplant die behoort tot de familie van de solanaceae ofwel de nachtschadefamilie. Tot deze plantenfamilie behoren vele gifplanten, waaronder naast de Belladonna, b.v de nicotiana tabacum ofwel de tabaksplant en de hyoscyamus ofwel het zwarte bilsenkruid. Tot deze familie hoort ook, uiteraard niet giftig, de tomaat, de paprika en de aardappel.**

De gifvorming is voor deze familie zeer karakteristiek. Bij gifplanten zie je vaak een sterk bloeiproces en in de bloemvorming zie je vaak een diepe instulping van de bloem. Verder ook de soms vaal paarse tot roodbruine kleuren in de bloemen. De naam nachtschade staat voor de meer duistere kant van deze familie, b.v bepaalde planten hebben een bloeitijd in de nacht of het opzoeken van bedekte plekken onder een blad b.v. zoals de bloem van de belladonna laat zien. Het wonderlijke is dat veel geneesplanten gifplanten zijn.

De belladonna groeit meestal in een gebied met veel schaduw en veel licht, dus langs bosranden en in de bergen. De plant kan tot een zeer grote struik uitgroeien van wel een meter hoog. Hij groeit op kalkrijke grond.

De wortel bestaat uit een wortelstok, die soms wel een halve meter lang kan zijn. De stengel is zeer stevig en vertakt zich in een soort trechtervorm. Het bladgedeelte van de belladonna neemt een belangrijke plaats in de gehele gestalte. Het bladgebied laat een heel ritmische afwisseling zien tussen een groot en een klein blad.

Tussen het grote en het kleine blad verschijnt de bloem. Deze is diep ingesneden, violetbruin van kleur en aanvankelijk als knop naar boven gericht, maar bij verdere uitrijping richt de bloem zich met een draaibeweging naar beneden, verstopt zich onder het blad, zich daarmee beschermend tegen het licht. Daarmee laat de plant een heel ander gebaar zien dan b.v. de paardebloem of de boterbloem, waarbij de bloemen open en naar boven gericht zijn.

De plant komt in juni/juli tot bloei. In de bloem, die verder niet geurt, wordt veel nectar geproduceerd. Hij wordt daardoor druk bezocht door hommels. Ook het bloemgebied is een belangrijk onderdeel van de plant. Bij elke nieuwe vertakking ontstaat er wel een nieuwe bloem. De bloemen doordringen het bladgebied in sterke mate.

Een heel opvallende verschijning is de beroemde bes van de belladonna. Deze rijpt in de herfst. In tegenstelling tot de bloem die naar beneden gericht is, is de bes weer opgericht. Het is een grote sappige zwart/rode vrucht. De vrucht heeft een sterke glans over zich. Deze bessen zijn zeer giftig. De zaden, die zeer talrijk zijn, ontkiemen in het licht en zijn niervormig van vorm. In de winter verdwijnt de gehele plant, om in het nieuwe jaar vanuit de wortelstok weer te verschijnen.

De bloem, het blad en de vruchten laten een samenspel zien tussen licht en duisternis. Enerzijds laat de plant een sterke vitaliteit zien in zijn totale gestalte en in zijn sterke groeikracht, anderzijds heeft de plant een sterke giftige kant.

De belladonna is een plant die heel veel vocht in zich opneemt en ook weer verdampt. Bij het plukken van een tak treedt er dan ook snel verwelking op. In al zijn delen is de plant giftig voor de mens. Bepaalde dieren echter zoals het konijn en de vogel kunnen er ongestraft van eten, de koe overigens niet. De gifstoffen bestaan uit de zogenaamde alkaloiden, waaronder de stof 'atropine'. Deze stof is



bekend als oogdruppel en wordt door oogartsen gebruikt voor het verwijderen van de pupillen voor het onderzoek van de ogen. Hier komt ook de naam Belladonna vandaan, Italiaans voor 'schone vrouw'. Het hebben van grote pupillen door de atropine kan een bepaalde bekoring geven aan het uiterlijk.

Belladonna is een belangrijke geneesplant in de homeopathische en antroposofische geneeskunde. Zijn werking is zeer veelzijdig. Bekend is de werking bij migraine, bij een verhoogde bloeddruk, bij koortsende ziektes, bij epilepsie. Verder bij krampende ziektes zoals bij astma, kinkhoest, gal/niersteenkoliëken, maagdarmkrampen en menstruatiepijnen. Uiteraard vaak naast het gebruik van andere middelen. Verder werkt het middel bij te sterke mineraliseringsprocessen zoals dit bij staar het geval is.



Veel geneesplanten zijn giftige planten. Door de bereiding zoals het potentieren zijn de middelen zo verdund dat het lichaam het middel ook aankan. De gifstoffen maken deze geneesmiddelen vaak wel tot een krachtig geneesmiddel. De belladonna heeft een sterke ontkrampende werking b.v. bij de heftige pijnen van gal- of nierstenen.

Geneesmiddelen met een gifwerking kennen we ook in de reguliere geneeskunde zoals bij de narcosemiddelen en b.v. bij de chemokuren bij de kankerbehandeling. Het is bekend dat deze middelen vaak in sterke mate de vitaliteit aantasten. De gepotentieerde geneesmiddelen daarentegen kunnen vaak juist de vitaliteit versterken, omdat het geneesmiddel de eigen krachten aanspoort. Dit geldt zelfs ook voor giftige planten zoals de belladonna. Een goede bereiding, verdunning en de juiste potentie spelen hierbij uiteraard een grote rol. Ook is hierbij van groot belang dat bij de bereiding de plant in zijn totale compositie wordt gebruikt en niet alleen een enkel stofje. Het geheel is meer dan de som van de delen. Hierin staat de homeopathische geneeskunde tegenover de principes van de reguliere geneeskunde, die uitgaat van geïsoleerde stoffen in de bereiding van geneesmiddelen. Men kan zich afvragen of de vele bijwerkingen die de reguliere geneesmiddelen vaak hebben hiermee iets te maken kunnen hebben.

# Schepping van de natuur: toeval of intelligent ontwerp?

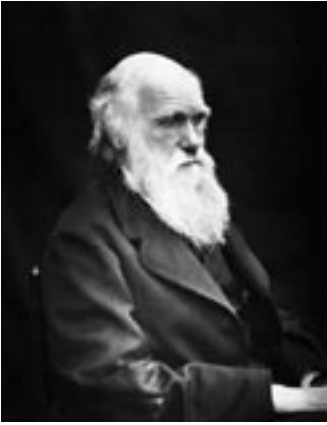
door Jelle van der Schuit

**In 2005 verscheen bij uitgeverij Ten Have het boek “Schitterend ongeluk of sporen van ontwerp?” onder de redactie Cees Dekker, Ronald Meester en René Woudenberg. Over toeval en doelgerichtheid in de evolutie. Het boek behandelt een stroming binnen de wetenschap, die bekend staat als Intelligent Design. Dit thema wordt in onderstaand artikel behandeld.**

## Darwin en de leer van de evolutie

In 1859 publiceerde Charles Darwin (1809 – 1882) een baanbrekende studie onder de titel “The origin of species by natural selection”. Hij verdedigde daar een nieuwe zienswijze op de evolutie, die bekend is geworden als het darwinisme. Hoe ontwikkelen planten en dieren zich? Is bij het ontstaan van de verschillende soorten sprake van een goddelijk plan? Bemoeien hogere machten zich met de ontwikkeling van de natuur? Darwin verdedigde dat voor het begrijpen van de evolutie geen enkel beroep nodig is op goddelijke invloeden. Volgens hem is sprake van een volstrekt natuurlijk verloop zonder ingrijpen van hogerhand. Hij verklaart dat met behulp van het principe van de natuurlijke selectie. In de loop van tijd ontstaan vanzelf variaties - later werd dit toegeschreven aan toevallige mutaties in het erfelijk materiaal. Daarmee kunnen dan andere eigenschappen ontstaan, b.v. een vogel krijgt een iets langere of een iets kortere snavel; een aap krijgt een langere of kortere staart; een hond krijgt meer of minder reukvermogen enzovoorts. Deze veranderingen kunnen een voordeel of een nadeel zijn. Zijn ze een voordeel, dan zal dat de overlevingskans ten goede komen. Zijn ze nadelig dan geldt het omgekeerde. Zo schift de natuur zelf wat gunstig is of minder gunstig is: de sterksten overleven, of in het bekende gezegde: “survival for the fittest”. Darwin meende hiermee een voldoende verklaring te kunnen bieden voor het ontstaan van verschillende soorten.

Daarmee was de natuur als schepping van God, althans in het kader van de natuurwetenschappen, gedegradeerd tot een achterhaalde, misplaatste en overbodige zienswijze! Te begrijpen is dat Darwin met dit beeld van de evolutie veel beroering wekte in religieuze kringen. Twaalf jaar later, in 1871, trok Darwin in zijn boek “Descent of man” zijn zienswijze door naar de mens: ook de mens is een toevallig product van natuurlijke selectie: hij stamt af van de apen vanuit een geleidelijke weg, die berust op een reeks van voordelige aanpassingen. Het beeld van de door



*Charles Darwin (1809-1882) in 1869*

God geschapen natuur werd opzij gezet. De natuur heeft geen vooropgezette richting meer, maar blijkt slechts het resultaat van blinde, ongerichte krachten. Plant, dier en mens waren slechts toevalsproducten: ze hadden er net zo goed niet kunnen zijn. Het darwinisme is één van de belangrijke bouwstenen van de materialistische zienswijze, een zienswijze, waar aan de wereld alleen maar mechanische, uiterlijke factoren ten grondslag liggen, zonder vooropgezet plan, zonder enige intelligente, geestelijke regie. Daarmee werd de mens van een hoge troon gestoten: het darwinisme erkent geen hogere orde in de natuur en loochent een goddelijke herkomst van plant, mens en dier. Een ontluisterend en vernederend beeld.

Opmerkelijk genoeg studeerde Darwin, voordat hij een grote belangstelling kreeg voor de natuurwetenschappen, een tijdlang theologie. Dan krijgt hij de kans van zijn leven: hij kan als onbezoldigde jonge onderzoeker meegaan op een reis per boot – op de befaamde “Beagle” – die koers zet naar Zuid-Amerika. Het gaat om een project van vele jaren met de bedoeling om daar de kusten in kaart te brengen. Onderweg doet hij een ongekende schat op aan natuurervaringen, die hij ijverig noteert in zijn dagboek (zo leert hij de vele vinkensoorten op de Galapagos-eilanden met hun verschillende snavels kennen); het vormt de grondslag voor zijn latere publicaties. Tussen zijn 28e en 30e levensjaar maakt Darwin een innerlijke crisis door. Zijn religieuze visie raakt aan het wankelen en er komen grote twijfels op. Zijn oorspronkelijk geloof dooft uit. Wat resteert is een bewondering voor de natuur, maar die is dan wel blijvend ontdaan van haar religieuze dimensie.

Darwin groeide uit tot een beroemd man, die overladen werd met eerbewijzen. Na zijn overlijden werd hem de hoogste eer vergund door begraven te worden in de Westminster Abbey in Londen, een eer die hij onder meer deelt met zijn befaamde landgenoot Newton. Zijn theorieën veroverden de gevestigde wetenschap en worden ondertussen in het onderwijs als onomstotelijke waarheden gepresenteerd.

### **Kritiek op het Darwinisme: Intelligent Design**

Vóór de komst van Darwin was het al sedert de klassieke oudheid zeer gebruikelijk om te spreken over een ontwerper van de natuur. Kijk naar al dat fraais om je heen: de wereld van stenen, planten, dieren, mens, de wereld van de planeten en de sterren. Overal wordt je getroffen door een grootse ordening, die zijn weerga niet

kent. Ligt het niet voor de hand om, waar op zo'n grote schaal met die geweldige complexiteit ordening is, ook een ordenende macht te erkennen? De mens maakt gereedschap, techniek. Dat getuigt van intelligentie, daar is over nagedacht. Spreekt het dan niet van zelf, dat er ook "nagedacht" is bij de totstandkoming van de wonderschepsels van onze aarde? Wijst dat niet in de richting van een intelligente ontwerper? Je treft het idee van een ontwerp en een Ontwerper (God) aan bij Plato, Aristoteles, de Stoïcijnen, Thomas van Aquino en vele anderen. Volgens Plato danken we de ordening van kosmos aan een intelligente Wereldziel, die hij ook wel de Demiurg noemt, een soort wereldarchitect. Volgens Aristoteles schuilt er in de eikel een vooropgezet plan, een voorgegeven doel, namelijk om uit te groeien tot eik. De Stoïcijnen zagen de natuur als één groot organisme, waarvan de delen doelmatig samenhangen.

Darwin gaf de gelegenheid om grondig af te rekenen met zulke voorstellingen. Hij kwam met een uitgewerkt alternatief, waarbij je geen beroep meer hoeft te doen op een hogere orde. Opmerkelijk genoeg komt er in kringen van de gevestigde wetenschap vanaf de jaren negentig in de vorige eeuw steeds meer kritiek op zijn ideeën. Ondertussen is een beweging groeiende, die bekend staat als de richting van de "Intelligent Design", waarin op basis van wetenschappelijk feitenmateriaal hernieuwd een pleidooi wordt gehouden voor het ontwerp karakter van de natuur. Biologen, paleontologen en nog vele ander wetenschappers houden de leer van Darwin tegen het licht en komen er achter dat zijn denkbeelden niet gestaafd worden door de fenomenen.

Er verschenen invloedrijke publicaties, zoals "Evolutie, a theory in crisis" van Michael Denton en in 1991 "Darwin on trial" van Philip Johnson, die de zwakke plekken toonden van het darwinisme. Men is bereid genoeg om een eindje met Darwin mee te gaan en toe te geven dat er aanpassingsmechanismen aan het werk zijn. Dat vormt een (gedeeltelijke) verklaring voor de variaties binnen één soort. Maar daarmee is nog niet aangetoond, dat met hetzelfde principe ook de ene soort kan overgaan in de andere soort. Merkwaardigerwijs blijkt uit het feitenmateriaal hoe constant de soorten zijn, met maar weinig aanpassingen. Je krijgt het beeld, dat soorten komen en gaan met een snelheid, die niet voorstelbaar is op grond van een toevalsmechanisme. Er is geconstateerd dat er geen voldoende feitenmateriaal is (b.v. op grond van fossiele resten van dieren) om zo'n soortverandering op deze wijze te rechtvaardigen.

In 1996 verscheen "De zwarte doos van Darwin" van de biochemicus Michael Behe. Hij was oorspronkelijk darwinist, maar werd scepticus van het (neo)darwinisme. Hij bestudeerde een bepaalde bacterie, de flagella. Deze heeft een soort zwiepstaart, waarmee hij zich voortbeweegt. Het mechanisme van deze

“motor” blijkt zeer complex te zijn en berust de een gelijktijdige samenwerking van meerdere factoren. Ga je sleutelen aan één van deze onderdelen, dan werkt het systeem niet meer! Dit soort ervaringen zijn schering en inslag in de wereld van de organismen. Behe introduceerde het begrip onherleidbare complexiteit. Je kunt eenvoudigweg niet bedenken hoe ooit vanuit kleine stapjes vanuit een eenvoudiger principe zulke systemen zijn ontstaan. Dat is de reden om van een ontwerp karakter te spreken. Ook de levende cel is een voorbeeld van onherleidbare complexiteit. De darwinisten zijn er nog niet in geslaagd om ook maar een bescheiden eerste beeld te vormen van het ontstaan van de eerste cel, inclusief zijn complexe voortplantingsprincipe.

De gevestigde wetenschap is zeer behoudend en de groep van de Intelligent Design staat dan ook bloot aan felle kritiek. Een gemakkelijke manier om hen de mond te snoeren (en dat geldt ook voor reacties in de wereld van de journalistiek) is door ze - volkomen ten onrechte - te betichten van creationisme, d.w.z. de opvatting dat de schepping precies zo moet worden opgevat als in de bijbel staat beschreven. De wetenschappers uit de hoek van de Intelligent Design benadrukken, dat hun argumenten niet aan de bijbel zijn ontleend, maar ontleend zijn aan hun eigen vakgebied. De heftigheid, waarmee neodarwinisten willen vasthouden aan de strikte leer van de leer Darwin, wijst erop, dat er ook buitenwetenschappelijke gronden werkzaam zijn en dat hierin een materialistische levensbeschouwing tot uitdrukking komt, die van geen wijken weet.

Zo kan men puur op wetenschappelijk gronden toch steeds meer onder de indruk komen van de bijzonderheid van de schepping van de natuur, die zijn bekroning vindt in de mens. De aarde blijkt een unieke standplaats te zijn. Men weet bijvoorbeeld dat het heelal uitdijt. De snelheid, waarmee dit plaatsvindt zou geen fractie groter of kleiner moeten zijn geweest, want anders waren de levensvormen op aarde bij voorbaat onmogelijk geweest. Zo zijn er meer natuurconstanten, die in hun specifieke waarde de mogelijkheid van de natuur

**Koers Vinden**  **Sarah Goudsmit**  
**Coaching & Reïntegratie**



**Coaching:**

Op het gebied van werk, relatie en persoonlijke levensvragen.

**Jongeren begeleiding:**

Zingevingsvragen, eigen weg vinden en gaan.

**Reïntegratie:**

Weer terug naar zinvol, bevredigend en passend werk.

**Cursussen:**

‘Koers vinden in je eigen leven’ in het Therapeuticum Aurum.

Voor informatie kijk op [www.sarahgoudsmit.nl](http://www.sarahgoudsmit.nl) of bel: 06 20 97 46 36

op aarde waarborgen. Dat geldt ook voor de afstand van de aarde tot de zon. Men spreekt hierbij van het antropische beginsel, het beginsel dat de mogelijkheid van de mens (= antropos) kennelijk in het kosmische programma van de natuur is voorbereid en voorzien.

### De mens als eerstgeborene

Darwin wilde aantonen dat de mens van de apen stamt. Er is veel voor te zeggen dat eerder het omgekeerde het geval is! Louis Bolk (1866-1930) was professor in de anatomie

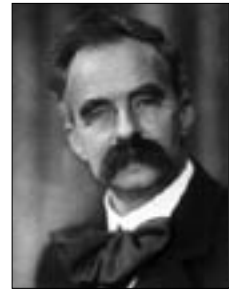
in Amsterdam en ontdekte dat foetussen van apen nog menselijke trekken vertonen, b.v. het lichaam is nog onbehaard, de schedel is wel behaard, het aangezicht doet nog menselijk aan. Dat geldt ook nog voor een jonge chimpansee. Maar het kenmerkende van de apen is, dat zij deze menselijke trekken voor het grootste gedeelte weer kwijtraken en van het menselijke steeds verder afraaken. De volwassen chimpansee oogt veel dierlijker. De mens kan dit foetale begin van menselijkheid wel vasthouden en daarmee een ontwikkeling gaan, die niet is

weggelegd voor de apen. En dat is een geestelijke ontwikkeling. Drie fundamentele stappen verzorgen de aanleg voor deze geestelijke ontplooiing: het rechtopgaan, de spraak en het denken. De mensapen zijn geen van allen tot ook maar één van deze stappen in staat.



In de wereld der zoogdieren is de verdierlijking nog veel sterker. Het kenmerk van de dierenwereld is namelijk specialisatie. Waar de mens kan vasthouden aan de algemene functionaliteit van b.v. de ledematen, zoals de hand, daar zie je het dier in een eenzijdigheid komen van een vleugel, klauw of hoef. Het algemeen functionele vormt de voorwaarde voor het menselijke. Specialisatie leidt daar onherroepelijk vanaf.

In de geschiedenis zijn meerdere vertegenwoordigers te vinden met een spirituele zienswijze op de ontwikkeling van de mens. Zo zag Goethe in, dat aan de dierenwereld een geestelijke oervorm ten grondslag ligt, die hij het oerdier noemde. Hij bedoelde dat als een geestelijk model, een goddelijke blauwdruk. In de aard van dit oerdier herkende hij menselijke trekken. Ook Rudolf Steiner sluit met de antroposofie aan op deze traditie, waarin men ziet dat het ontwerp van de mens als een vooropgezet goddelijk en intelligent plan besloten ligt in de grootse schepping van de natuur.



*Louis Bolk (1866-1930)*



# Rembrandt: meester tussen licht en donker

door Maaïke Kroese, kunstzinnig therapeute

Een paar jaar geleden was ik met een groepje collega's een paar dagen in Londen. Vol enthousiasme stapten we the National Gallery binnen. En na enkele zalen Italiaanse kunst stond ik onverwachts voor dit zelfportret. De rust en mildheid van deze Rembrandt troffen me onmiddellijk. Hoofd, hartstreek en handen zijn in een geheimzinnig en zacht licht gehuld. Warme roodtinten, een stralende goud en diepe aardebruinen maken een door het leven gerijpte, wijze man zichtbaar. Rembrandt heeft dit zelfportret in zijn laatste levensjaar geschilderd.



Als we Rembrandt van Rijn (1606-1669) in zijn tijd plaatsen, zien we dat hij leeft in de periode vlak na het begin van de Renaissance. Nederland voelt zich bevrijd van het Spaanse regime. Het geloof in de autoriteit van kerk en koning neemt af. De burgerij treedt krachtig naar voren en de handel bloeit op. We noemen deze 17e eeuw ook wel “de Gouden Eeuw”. De mensen worden zich meer bewust van zichzelf en de eigen omgeving.

Het leven van Rembrandt heeft lichte en donkere kanten. Hij wordt op 15 juli 1606 in Leiden geboren, als 6e in een gezin van negen kinderen. Op jonge leeftijd richt hij zich al volledig op de schilderkunst. Hoewel hij enkele leermeesters heeft gehad, is Rembrandt voornamelijk een autodidact. Als Rembrandt 25 jaar oud is, verhuist hij naar Amsterdam, waar hij zijn verdere leven blijft wonen. Zijn grote geliefde en echtgenote Saskia van Uylenburgh schenkt hem 2 dochters en 1 zoon, die allen op zeer jonge leeftijd overlijden. Dan komt het 4e kind, Titus. Hij blijft leven. Rembrandt is 36 jaar als Saskia sterft; het verdriet is intens. Hendrickje Stoffels helpt hem met de opvoeding van Titus.

Rembrandt omringt zich graag met mooie voorwerpen, antiek en kunst. Hij geeft daar veel geld aan uit. Hoewel hij als kunstenaar al enige bekendheid heeft en enkele opdrachten krijgt uit binnen- en buitenland, loopt het op een faillissement uit. Alles wordt verkocht en Rembrandt is arm. Ondanks alles wat er in zijn leven gebeurt, blijft hij schilderen, tot aan zijn dood. Er zijn minder feiten bekend van deze levensperiode. In 1663 overlijdt Hendrickje. Een paar jaar later treedt zijn zoon Titus in het huwelijk en sterft na enkele maanden. Rembrandt maakt de geboorte van zijn kleinkind nog mee en overlijdt op 63 jarige leeftijd in Amsterdam.

Rembrandt heeft ons een schat aan kunstwerken nagelaten. Over de hele wereld is werk van hem in musea te vinden. Naast vele etsen en tekeningen zijn er ruim 500 schilderijen van deze grote kunstenaar bekend. Wie een boek openslaat of een tentoonstelling bezoekt, kan zien hoe Rembrandt via de kunst op zoek is naar de verhouding van het licht ten opzichte van het duister. In zijn vroege werken zien we licht en donker in een scherp contrast tegenover elkaar. In de latere beelden kunnen we een ruimte tussen de polen ontdekken, waarin warme aardekleuren, goud en een krachtig rood ons tegemoet stralen. En een geheimzinnig, mild licht doorstraalt het geheel.

Rembrandt heeft zich intensief bezig gehouden met de mens, de unieke individualiteit van de mens. U herkent dit wellicht als u zich de vele portretten en groepsportretten herinnert. Elk mens straalt iets eigens uit, laat een eigen binnenwereld zien. Kijk naar de Nachtwacht, de Staalmeesters, de Anatomische les of de meer bijbelse taferelen. Zijn zelfportretten lopen als een rode draad door het totale oeuvre heen en geven een mooi beeld van de weg die de kunstenaar gegaan is. Vergelijken we een ets van de vroege, nog jonge Rembrandt met dit latere zelfportret, dan ontdekken we een ontwikkeling.

Rembrandt past mijns inziens in onze moderne tijd. Hij is immers een mens die zichzelf en de wereld grondig onderzoekt en daarin lichte en donkere kanten leert kennen. En wat mij vooral raakt in zijn latere werk is zijn zoektocht naar het midden. Hij legt een verbinding tussen uitersten met het goud en de warme aardekleuren. Rust en mildheid stralen als een icoon de toeschouwer tegemoet.

We leven in een tijd waarin dit thema actueel is. De lichte en donkere kanten van onze samenleving staan soms in een schrijnend contrast. We kennen ook in onszelf lichte en donkere kanten. In voorbereiding op het kerstfeest kunnen we proberen uitersten in onszelf en in onze omgeving te overbruggen met de warme, milde lichtkracht van ons hart.

Ik wens ik u van harte een gouden kerstfeest toe.

Bespreking

GEZICHTSPUNTEN NR. 38

Wilfried Nauta:

Het wezen van kunstlicht  
*door Ine van Elewout*

In onze tijd wordt de leefomgeving veelvuldig bedreigd: door lucht- en bodemverontreiniging, geluiden en verschillende vormen van straling.

Ook het overvloedig en willekeurig gebruik van kunstlicht kan nadelig zijn, hetgeen gevoelige mensen werkelijk belevan. Men spreekt al van lichtvervuiling. Verkeerd gekozen kunstlicht kan de oorzaak zijn van veel onrust, angst en depressieve gevoelens. In deze brochure worden alle gangbare kunstlichtbronnen op natuurwetenschappelijk verantwoorde wijze beschreven; door



de beschouwelijke fenomenologische benadering verkrijgt men als vanzelf een beeld van de ware aard van de verschillende soorten kunstlicht. Dit zorgt ervoor dat deze aard gevoelsmatig beleefbaar wordt.

Om gezond te kunnen leven hebben we een gezonde leefomgeving nodig. Dit

boekje helpt hen, die ook op dit gebied een gezonde keuze willen maken ten behoeve van zichzelf en de kwetsbaren onder ons (kleine kinderen, verstandelijk gehandicapten, zieken en mensen met een gevoelige natuur). Tevens wil de auteur de discussie over kunstlicht weer op gang brengen en er steekhoudende argumenten aan toevoegen.

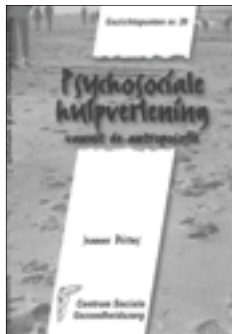
Bespreking

GEZICHTSPUNTEN NR. 39

Jeanne Dictus:

Psychosociale hulpverlening vanuit de antroposofie  
*door Maaïke Kroese*

Er is weer een nieuwe brochure uit in de reeks Gezichtspunten. En dit nieuwe nummer is geschreven door Jeanne Dictus, als gesprekstherapeute verbonden aan ons Therapeuticum Aurum. In het verleden is een brochure van haar verschenen over het omgaan met angst (Gezichtspunten nr. 24). Ditmaal is de psychosociale hulpverlening vanuit de antroposofie haar thema. We krijgen als lezer een goed beeld van het beroep van de psychosociale hulpverlener. Daarnaast legt Jeanne ons heel helder uit welke



weg bewandeld wordt vanaf het moment dat de hulpvrager zich aanmeldt tot en met de afronding van de gesprekken.

Jeanne vertelt ons dat deze hulpverlener ervan uitgaat dat ieder mens behalve een lichaam ook een psyche (ziel) heeft en een unieke, individuele kern (geest). Ons psychisch welbevinden

(ziel) hangt nauw samen met de sociale omgeving waarin we ons bevinden. En daarom zal hier in de gesprekken niet zomaar aan voorbij gegaan worden. En onze unieke eigen kern (geest) kan zichtbaar worden in de biografie, onze levensweg op aarde. In biografische gesprekken kunnen mensen weer zich krijgen op deze rode draad in hun leven.

Aan de hand van talloze concrete voorbeel-

den wordt duidelijk wie bij deze vorm van hulpverlening baat kan hebben en hoe aan de problematiek gewerkt kan worden. De brochure is daarom ook zeer geschikt voor mensen die willen onderzoeken of deze vorm van hulpverlening voor hen passend is.

Kortom: een heel informatief en helder geschreven boekje over de psychosociale hulpverlening vanuit de antroposofie.

Gezichtspunten zijn uitgegeven door het Centrum Sociale Gezondheidszorg  
De besproken brochures zijn bij de balie verkrijgbaar voor 3 euro per stuk.

U kunt deze boekjes ook rechtstreeks bestellen bij

Centrum Sociale Gezondheidszorg  
Rijdergulden 9, 8253 CP Dronten  
0321 339966, [WWW.GEZICHTSPUNTEN.NL](http://WWW.GEZICHTSPUNTEN.NL)

## ***Pedicure Anke Kort***

***heeft nog plaats  
voor nieuwe cliënten.***

***De praktijk heeft een zgn.  
Diabetes-aantekening en  
is aangesloten bij ProVoet.***

***De pedicure komt desgewenst  
bij u thuis.***

***Meer gegevens van mij kunt u  
vinden op mijn website:***

***[www.pedicureankekort.nl](http://www.pedicureankekort.nl)***

## ***Kunst in Aurum***

**SONIA VAN DER KLIFT**  
**Expositie van monoprints,  
acryl en olieverf schilderijen**

Sonia van der Klift is een schilderes! Iemand die leeft in de wereld van vormen en kleuren van licht en duister, steeds aan het werk om uitdrukking te geven aan dat wat haar bezielt, haar vervult en wat de grond is van haar bestaan. Na haar opleiding aan de Koninklijke Academie voor beeldende kunsten te Den Haag van 1967-1970 werkte ze jaren als docent aan middelbare scholen, de vrije hogeschool en aan de opleiding voor beeldende en musische kunsten te Zeist.



Vanaf 1996 heeft ze zich toenemend vrij kunnen maken voor het werken als schilderes. Aanvankelijk werkte ze met transparante technieken zoals aquarel, gouache en tempera. De laatste jaren is daar acryl en olieverf aan toegevoegd. Dit heeft haar werk een nieuwe impuls gegeven. Het wint aan innerlijkheid en aan diepte in de kleur, een zoektocht naar essentie.

Deze tentoonstelling is nog tot bezichtigen t/m medio januari.

## De Nieuwsbrief is uit!

Een uitgebreid overzicht van activiteiten, zoals cursussen, workshops, opleiding voor sociale kunst en vrij kunstzinnige jaren. Informatie over de Zonneboom en cursisten en docenten 'aan het woord'. Nieuwsgierig geworden? Vraag hem aan!

Uw speciale aandacht voor:

- **Schilderen met zijdevloei**

door kunstschilder en glazenier Peter Vormer

Een unieke workshop op Texel, van 28 t/m 30 december 2006.

In de Wielewaal, de Waal in Texel.

Kosten: € 195,- incl.koffie/thee,lunches en diner.

- **Onbewaakte ogenblikken**

portret schilderen met Henk Hage

Een workshop op de Zonneboom in Leiden

op 13/14, en 20/ 21 januari 2007;

Kosten: 125,- euro, incl.koffie/thee en lunch.

- **De clown, met of zonder rode neus**

met José Slueters

Een cursus op de zonneboom 13/1,3/2,17/3,14/4,12/5,9/6 en 10 juni 2007, telkens van 10.00 tot 16.00 uur.

Kosten: € 395,- ,incl. koffie/thee en lunch.

Voor meer uitgebreide informatie over deze activiteiten, zie onze website.

**Vindt u sfeer en kwaliteit belangrijk?  
Kom dan naar:**

**Anna Paulownaplein 11  
2518 BK Den Haag  
tel. 070-360 52 18  
www.matruschka.nl  
info@matruschka.nl**

# **Matruschka**

voor houten speelgoed en natuurtextiel

**Openingstijden:**  
di. t/m vr. 9.30-18.00 uur  
zaterdag 9.30-17.00 uur  
maandags gesloten



**Mooi assortiment houten speelgoed  
voor alle leeftijden.**

**En ook alles voor de seizoenentafel,  
het maken van poppen en wollen  
en wolzijden ondergoed voor baby's,  
kinderen en volwassenen.**

**Klassieke Homeopathie**

**Wies Moes**

**haalt het beste uit jezelf!**

**Wies Moes Klassiek Homeopaat**



Lissenvaart 32  
2724 SJ Zoetermeer

Tel.: 079 - 347.95.72  
Email: info@wiesmoes.nl

**www.wiesmoes.nl**

# Tuinvrienden van Aurum

door Arnout Ruitenbergh

Om de 14-dagen komt een groep Aurum tuinvrienden bij elkaar, die eerst gezamenlijk door de tuin van Aurum wandelen om te genieten van alles wat groeit en bloeit. Daarbij eten we bij het langslopen zo af en toe een lekkere aardbei, framboos of wijnbes en ook de bramen smaken prima. Bijzonder was dat we dit jaar de eerste druiven konden plukken.

Na de koffie begint ieder met een eigen stukje tuinonderhoud. Zo zijn er die de paden (on)kruid vrij maken, anderen snoeien de te hard groeiende struiken en weer anderen maken stukken grond gereed voor het beplanten in het voorjaar. Het is echt lekker gezond werken in een steeds mooier en rijker wordende kruidentuin.

Maar de tuinvrienden vinden dat we toch te weinig met onze prachtige kruiden doen. We weten dat bij de badtherapie gebruik wordt gemaakt van de mierikswortel of de paardestaart (equisetum), die bij ons in de tuin groeien. Er staat echter veel meer dat gebruikt kan worden. Zo is het idee geboren onder deskundige leiding te gaan werken aan het zelf bereiden van eenvoudige huismiddelen op basis van wat in de Aurum-tuin is te vinden. Denk bijvoorbeeld aan kruiden als Goudsbloem, Lavendel of Salie.

Vindt u dit ook een leuk idee en houdt u ervan in de tuin wat te werken, dan denken wij dat u bij de groep vrienden van de tuin van Aurum hoort. Wanneer dat zo is, geeft u zich dan op bij:

Jeannette van der Schuit, 079- 321.18.37 of  
Maaïke Kroeze, telefoon: 079- 331.17.02

## Bank rond Kastanje

Een paar weken geleden hebben de tuinmannen de kastanje zo gesnoeid, dat een ronde tuinbank kan worden geplaatst. Een lastig probleem is dat het tuinbudget van Aurum inmiddels is uitgeput. Toch zouden we voor medewerkers en patiënten, die een poosje rustig in de tuin willen zitten, graag een ronde bank rond de kastanje willen aanleggen.

Wilt u helpen dit mogelijk te maken?

Uw bijdrage kunt u storten op girorekening 5423777 ten name van Tuingroep Th. Aurum met omschrijving van tuinbank onder kastanje.



# Bericht van de Euritmietherapie

In september 2006 is er in Den Haag weer een 2-jarige opleiding gestart waarin euritmisten zich kunnen scholen in de euritmietherapie. Sluitstuk van deze opleiding is een lange stage, waarin de cursisten zelfstandig werken onder supervisie van een ervaren collega.

Voor Therapeuticum Aurum bied ik achter-eenvolgens aan twee cursisten de mogelijkheid aan om ervaring op te doen in onze praktijk. Beide cursisten zijn zeer capabel en hebben al een jarenlange ervaring in kunstzinnig werken en euritmielessen geven in allerlei verband.

Vanaf februari 2007 zullen ze soms ook bij mij aanwezig zijn tijdens de therapieessies, indien de patiënt daarmee instemt. Met mensen, die nieuw instappen zal ik evt. de

mogelijkheid bespreken om bij deze collega de periode te gaan volgen.

Verder wil ik mensen uitnodigen, die al eerder euritmietherapie hebben gevolgd en toe zijn aan een opfrisperiode, om die mogelijkheid deze keer bij een cursist te volgen. Mensen die niet verzekerd zijn voor euritmietherapie, maar wel lid zijn van het Therapieënfonds Aurum kunnen zich aanmelden om via een tijdelijke regeling tegen gereduceerd tarief toch een euritmietherapie periode te volgen in 2007. Hiervoor kunnen zij contact met mij opnemen.

Wij hopen dat op deze wijze het mes aan twee kanten kan snijden en ieder profijt kan hebben van deze constructie.

Met vriendelijke groet, *Irene Pouwelse*

## De Haagse Boekery



Frederikstraat 24  
2514 LK Den Haag  
tel. (070) 346 48 00  
e-mail: haagboek@planet.nl

ANTROPOSOFIE  
MENSWETENSCHAPPEN  
LITERATUUR  
KINDERBOEKEN  
KUNSTKAARTEN



# Enige gegevens rond Antroposana

Antroposana, patiëntenvereniging voor antroposofische gezondheidszorg is een vereniging van mensen die gebruik (willen) maken van de antroposofische gezondheidszorg. Op dit moment telt Antroposana ruim 5.000 leden (lees: huishoudens/gezinnen).

Haar doelstelling luidt als volgt:

- de behartiging van de belangen van de personen die gebruik wensen te maken van antroposofische gezondheidszorg in de meest uitgebreide zin van het woord op basis van het recht op vrije keuze van behandeling;
- het bevorderen van bewustwording bij haar leden voor wat betreft de eigen gezondheid en de gezondheidszorg in het algemeen. Het bevorderen van kennis over een gezonde levenswijze en het praktiseren ervan en over het leven met ziekten en handicaps, een en ander vanuit de gezichtspunten van de antroposofie en de antroposofische gezondheidszorg;
- het verzorgen en bevorderen van lotgenotencontact mede gebaseerd op de gezichtspunten van de antroposofische gezondheidszorg.

Om het een en ander te realiseren is het van belang dat Antroposana een zo groot mogelijke achterban heeft. De genoemde 5000 leden is een fractie van het totaal aantal mensen in Nederland dat gebruik maakt van de antroposofische zorg. De antroposofie mag best wat meer aan de weg timmeren, en van zich laten horen. Door lid te worden van Antroposana kunt u uw steentje bijdragen hieraan. Regio West scoort qua aantal leden niet slecht: momenteel zijn er ongeveer 900 leden in deze regio, die Den Haag en Zoetermeer en de buitengebieden omvat. Dat is toch bijna één op vijf!

Het aantal verzekerden bij De Amersfoortse via Antroposana omvat 4220 mensen. Dit zijn individuen; omgerekend naar huishoudens/gezinnen een kleine 2000 ofwel iets minder dan de helft van het aantal leden. Hoeveel

mensen daarvan uit onze regio komen is voornamelijk onbekend.

## Nieuws van Antroposana en de zorgverzekering bij de Amersfoortse

Aanvankelijk was door Antroposana aangekondigd om op 7 oktober j.l. met deelnemers aan het Antroposana-collectief en met belangstellenden te spreken over spirituele gezichtspunten en de huidige realiteit van verzekeren. Bij die realiteit hoort natuurlijk de collectieve zorgverzekering van Antroposana. Antroposana wil met haar leden van gedachten wisselen over de ontwikkelingen van het zorgpakket bij De Amersfoortse.

In de afgelopen maanden is er intensief overleg geweest met De Amersfoortse en dat heeft geresulteerd in een eigen maatwerkpakket. Zeg maar: een eigen antroposofische polis. Hiervoor zijn de polisvoorwaarden van de Aanvullende Verzekeringen aangepast.

Zoals alle verzekeraars heeft De Amersfoortse eind november de precieze voorwaarden van haar zorgpakketten en de premie bekendgemaakt. Antroposana besloot daarom de datum van de bijeenkomst te verschuiven van 7 oktober naar 9 december. Over de uitkomst van de zorgpakketten en de premies kunnen wij u helaas nog niet berichten. Ook een verslag van genoemde bijeenkomst van Antroposana houdt u nog tegoed.

Heeft u interesse in Antroposana als landelijke patiëntenvereniging, kijkt u dan op de site [www.antroposana.nl](http://www.antroposana.nl).

Vanaf half november kunnen belangstellenden voor de collectieve antroposofische verzekering van De Amersfoortse zich via de site [www.antroposana.nl](http://www.antroposana.nl) opgeven voor een informatiepakket. Antroposana-leden krijgen dit vanzelf toegestuurd. Voor vragen kunt u zich richten tot Jacques van Nieuwburg van patiëntenvereniging de Maretak ([j.vannieuwburg@planet.nl](mailto:j.vannieuwburg@planet.nl)).

Jacques van Nieuwburg

# De nieuwe zorgverzekering

Volgens de nieuwe zorgverzekeringswet kunt u jaarlijks wisselen van zorgverzekering. Hieronder wordt uitgelegd hoe de spelregels zijn.

## Vóór 1 januari 2007

Indien u uw huidige polis wilt opzeggen moet u dit voor 1 januari schriftelijk doen. Of meldt u vóór 1 januari 2007 bij uw nieuwe zorgverzekeraar en geeft die de opdracht om uw oude verzekering op te zeggen.

## Vóór 1 februari 2007

Meldt u voor 1 februari aan bij de nieuwe verzekeraar.

## Individueel of collectief

Veel mensen zijn in de gelegenheid om te kiezen voor een collectieve verzekering. Bijvoorbeeld via de werkgever, een bond of een vereniging zoals Antroposana. Zorgverzekeraars geven deze groepen vaak een korting op de polissen. De korting is maximaal 10 procent van de nominale premie.

## Natura of restitutie

Bij een naturapolis hebben verzekeraars vooraf contracten met zorgaanbieders afgesloten. U hoeft geen rekeningen voor te schieten voor de kosten die u maakt vanuit de basisverzekering. Gaat u naar een zorgaanbieder waarmee uw verzekeraar geen contract heeft, dan krijgt u wellicht niet alles vergoed.

Bij een restitutiepolic kunt u naar elke zorgaanbieder gaan zonder zelf een deel van de vergoeding te hoeven betalen. Ongeacht of uw verzekeraar een contract met deze zorgaanbieder heeft. Wel betaalt u een iets hogere maandpremie.

**Als ik bij mijn huidige verzekeraar wil blijven, wat moet ik dan doen?**

Vóór 1 december ontvangt u van uw huidige zorgverzekeraar een nieuw aanbod voor 2007. Indien u daar verzekerd wilt blijven hoeft u helemaal niets te doen. U accepteert dan automatisch de polis. Wie niets doet, blijft dus gewoon verzekerd.

## En als ik wil wisselen?

Als u wilt wisselen van zorgverzekeraar moet u vóór 1 januari 2007 uw huidige zorgverzekering opzeggen. U heeft dan tot 1 februari 2007 de tijd om u aan te melden bij de verzekeraar van uw keuze. U kunt uw oude zorgverzekering ook opzeggen via uw nieuwe zorgverzekeraar. Die regelt de afmelding dan voor u. Ook dat moet in ieder geval vóór 1 januari 2007 gebeuren.

## Welke polis kan ik kiezen?

Elke verzekeraar biedt u een aantal keuzemogelijkheden. Naast de basispolis kunt u een aanvullende verzekering afsluiten. Daarnaast kunt u kiezen voor een eigen risico. Verder heeft u de keuze tussen een natura- of restitutiepolic, of u kiest voor een mix van beiden. Tot slot zijn veel mensen in de gelegenheid om te kiezen voor een collectieve verzekering.

## Krijg ik dit jaar zorgtoeslag?

De Belastingdienst bepaalt of u in aanmerking komt voor zorgtoeslag (een compensatie voor zorgkosten). Hier gaan de zorgverzekeraars niet over. Indien u in 2006 al zorgtoeslag ontvangt dan wordt uw aanvraag automatisch verlengd naar 2007. Kijk voor meer informatie op [www.toeslagen.nl](http://www.toeslagen.nl)

## Waar vind ik meer informatie?

Op de website van de gezamenlijke zorgverzekeraars: [www.zorgverzekeraars.nl](http://www.zorgverzekeraars.nl).

# Lezingen, cursussen, evenementen

## STUDIECENTRUM VOOR ANTROPOSOFIE ZOETERMEER

### DE GENEZENDE KRACHT VAN HET VERGEVEN

*Lezing door Hans Stolp*

In deze tijd komt veel oud karma tot ontlading. Dat maakt het noodzakelijk dat wij leren elkaar te vergeven en tot verzoening met elkaar te komen. Vergeven heeft altijd twee aspecten: je moet de ander vergeven, en je moet jezelf leren vergeven. Om te kunnen vergeven moet je bereid zijn de weg van transformatie te gaan: alleen wanneer je alle pijn en woede doorleeft en loslaat die de ander je aangedaan heeft, kun je vergeven. Om te kunnen vergeven moeten wij bovendien leren de ander aan te zien vanuit ons hóger ik, en níet vanuit ons lager ik. Hoe meer ik leer leven vanuit mijn hoger ik, hoe makkelijker ik vergeven kan.

Datum: Dinsdag 6 febr 2007

Tijd: 20.00 uur, zaal open 19.30 uur

Plaats: Kerkelijk Centrum De Oase,

Kerkenbos 8, 2715 RP, Zoetermeer

Kosten: € 12,-

Aanmelding: gewenst

### PAASSCHILDERING

*met Anneke van Wensveen, kunstzinnige therapeute*

In de lente beleven we het jonge groen en de bloesem aan de bomen, voorjaarsbloemen en jonge dieren die geboren worden, kortom: nieuwe leven. Ook

gedenken we in de lente het lijden, sterven en de opstanding van Christus. Pasen is van alle Christelijke feestdagen misschien wel de belangrijkste. Daarom willen we dit jaar op onze schilderavond de gebeurtenis op Goede Vrijdag centraal stellen. Dit gaan we doen aan de hand van een mooi verhaal van Selma Lagerlöf: Vogel Roodborst. In dit verhaal zie je, hoe een van de kleinste dieren van de schepping aandacht heeft voor het gebeuren op Golgotha en met veel moed een heldendaad verricht. Ervaring met schilderen is niet vereist.

Datum: Di 20 mrt 2007

Tijd: 20:15 uur

Plaats: Vrije School, Schansbos 6 (eind Savelsbos), 2716 GV, Zoetermeer

Kosten: € 9,- inclusief materialen

Aanmelding: noodzakelijk

### ISLAM EN CHRISTENDOM

*Lezing door John van Schaik, directeur van het Origenes-Instituut (ter bevordering van de dialoog tussen het traditionele en esoterische christendom)*

Volgens de traditie van de Islam heeft Mohammed een visioen, waarin hij van Mekka naar Jeruzalem reist, alwaar hij opgenomen wordt in de hemel. Hij reist door alle zeven hemelen en ontmoet de profeten. In de tweede hemel ontmoet Mohammed Jezus. In de orthodoxe islam is dit aspect van de islam ondergesneeuwd. Maar niet in de islamitische mystiek, daar staat de ontmoeting met de levende Jezus in de mystieke eenwor-

ding centraal. Eigenlijk is de islam dus christocentrisch. Je hoort daar weinig over. Is de etherische Christus van Rudolf Steiner dezelfde als de 'levende Jezus' uit de Islam?

Datum: dinsdag 27 maart 2007

Tijd: 20:15 uur

Plaats: Vrije School, Schansbos 6 (eind Savelsbos), 2716 GV, Zoetermeer

Kosten: € 7,50

Aanmelding: gewenst

## DE HEER DER ELEMENTEN

*Paaslezing door Bastiaan Baan, priester in de Christengemeenschap*

De vier klassieke elementen Aarde, Water, Lucht en Vuur vormen de grondslag van onze zichtbare wereld. Met deze elementen is vanouds een verborgen vijfde element, de 'quinta essentia', verbonden, ons woord 'kwintessens' is daarvan afgeleid. In deze lezing zullen we naar antwoorden zoeken op de vraag, hoe in de zichtbare, tastbare wereld de werkelijkheid van Christus tot uitdrukking kan komen. Waarom wordt Christus de Heer der elementen genoemd? Wat gebeurt er sinds de Opstanding in de wereld van de elementen? Waar vinden we de 'kwintessens' terug in de natuur? In 2006 verscheen bij uitgeverij Christoffor het door Bastiaan Baan geschreven boek "De Heer der Elementen."

Datum: dinsdag 10 april 2007

Tijd: 20:15 uur

Plaats: Vrije School, Schansbos 6 (eind Savelsbos), 2716 GV, Zoetermeer

Kosten: € 7,50

Aanmelding: gewenst

Inlichtingen en aanmelden bij het

Studiecentrum voor Antroposofie:

Tel 079-3515528, Marijke Sluiter

(email: m.vanderpluym@wanadoo.nl)

Tel 079-3516683, Anneke van Wensveen

Tel 010-5113209, Ricky Ruitenbergh

## Kunstzinnig werken op de vrijdagnmiddag met Maaike Kroese

### CURSUS 1: SCHILDEREN VANUIT THEMA'S UIT DE KALEWALA (FINS EPOS)

*Start: 12 januari 2007*

Werkwijze:

We gaan 7 weken werken aan dit prachtige Finse epos, zowel schilderend als met pastelkrijt. Het is een oeroud verhaal vol rijke beelden over de ontwikkeling van de aarde en de mens die zijn weg vindt in het zoeken naar zijn ware bestemming.

### CURSUS 2: TEKENEN VANUIT MOTIEVEN UIT DE LENTE

(de ontwikkeling van knop naar bloem of het blad in boom of plant)

*Start: 9 maart 2007*

Werkwijze:

Tekenend met (kleur)potlood zullen we in zeven keer de natuur in het voorjaar volgen bij het uitbotten van haar knoppen en al tekenend stilstaan bij deze wonderschoonheid.

### CURSUS 3: TEKENEN EN BOETSEREN VAN KELTISCHE EN LONGOBARDISCHE MOTIEVEN IN VLECHTWERK EN SPIRALEN

*Start: 11 mei 2007*

### Werkwijze:

In zeven keer zullen we deze oude culturen en de diepere betekenis van hun spiraalmotieven en vlechtwerken tekenend en boetsierend benaderen en daarmee de betekenis voor onze eigen tijd op het spoor komen.

Tijd: 15.30 – 17.00 uur

Kosten: 56 euro per cursus,  
inclusief materiaal

Plaats: Therapeuticum Aurum

Aanmelden bij Maaike Kroese,  
079-3217258

### 'Koers vinden in je leven' door Sarah Goudsmit

Al voor de 10e keer!

Thema: *de eigen Waarde vergroten*

Deze jubileumcursus krijgt een speciale kleur. De kleur van de Waarde van je zelf en je bestaan, een thema waar ik mij sinds de zomer zeer intensief mee bezig houd. Juist nu er zoveel krachten zijn die ontwrichtend werken, de grote informatiestromen die op ons afkomen, de dreiging van terrorisme en de aarde die uit balans raakt, vraagt dit om een stevig anker in ons zelf. Deze cursus wil bijdragen aan de kwaliteit van leven vanuit het besef van de eigen Waarde en vandaar uit koers in je leven te geven.

Iets waardevollers is er mijn inziens niet. In de cursus wil ik o.a. aan de volgende aspecten werken.

- Wat is op dit moment mijn Waarde als mens?

- Waardoor laat ik mijn eigen Waarde dalen?
- Waar liggen mijn verlangens wat mijn eigen Waarde betreft?
- Wat kan mijn eigen Waarde, mijn potentieel doen groeien?.

De werkwijze zal zo zijn, dat er wisselwerking, inhoud en ruimte is om de eigen Waarde van een ieder te doen groeien.

Plaats: Therapeuticum Aurum

Datum: 7 dinsdagavonden van 9 jan t/m  
27 febr 2007, behalve 20 febr.

Tijd: 20:00 – 22:00

Kosten: € 150

Aantal deelnemers:

minimaal 8 en maximaal 12

Inlichtingen en aanmelding bij Sarah Goudsmit.

Email [sarah.goudsmit@inter.nl.net](mailto:sarah.goudsmit@inter.nl.net)

tel: 06-20974636 en kijk verder op  
[www.sarahgoudsmit.nl](http://www.sarahgoudsmit.nl)

### Cursussen antroposofie door Jelle van der Schuit

#### BASISCURSUS ANTROPOSOFIE

Rudolf Steiner (1861-1925) heeft met de antroposofie een geestelijke stroming geïnitieerd, die aansluit op vele bestaande (o.a. oosterse) tradities, maar ook een eigentijdse, wetenschappelijk verantwoorde richting wil bieden binnen het gebied van de westerse spiritualiteit. Op basis van zijn helderziende vermogens legde hij de grondslag voor een geesteswetenschap, waarmee hij de samenleving in vele opzichten heeft willen bevruch-

ten. Deze cursus wil een leidraad bieden voor het omvattende perspectief van de antroposofie. Er wordt geen voorkennis verondersteld. In zes woensdagavonden wordt ingegaan op de volgende onderwerpen:

1. Rudolf Steiner en het antroposofisch mensbeeld
2. Leven na de dood
3. Planeten, metalen en hun betekenis voor de mens
4. Hiërarchieën: de hemelse wezens
5. Ontwikkeling van de aarde
6. Hoe krijg je toegang tot de geestelijke wereld?

Data: 6 wo-avond 24 jan; 14, 28 febr; 14, 21 en 28 mrt

Tijd: 20:00 – 22:00 uur

Plaats: Therapeuticum Aurum

Kosten: € 50 voor 6 avonden, Zoetermeer  
Pas geldig, reductie mogelijk

Aanmelding of inlichtingen:

079-3211837 / schuit82@zonnet.nl

## Wat is belangrijker?

*Een goed antwoord,  
of een goede vraag?*

*Alles op z'n tijd!*

*En dat: antwoorden, vragen en  
tijd (voor u), dat vindt u bij ons.*

*Voor iedereen toegankelijk.*

### **BIBLIOTHEEK VAN DE**

**ANTROPOSOFISCHE VERENIGING  
IN NEDERLAND**

RIJOWSTRAAT 1 · 2585 GP 'S-GRAVENHAGE  
070-354 01 18 · WWW.ANTRPOSOFIE.NL

## COLOFON

**NIEUWSBRIEF AURUM  
DECEMBER 2006,  
23E JAARGANG, NR. 2**

### UITGAVE VAN

Therapeuticum Aurum te Zoetermeer.  
Doel van de Nieuwsbrief is het geven van praktijkinformatie en van gezondheidsvoorlichting en –opvoeding (gvo) vanuit een antroposofische achtergrond.

Nieuwsbrief Aurum verschijnt twee maal per jaar en wordt toegezonden aan ingeschreven patiënten en aan relaties van het Therapeuticum Aurum.

### AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:

#### VOOR DE INHOUD:

Jeanne Dictus, Maaïke Kroese, Jacques van Nieuwburg, Irene Pouwelse, Arnout Ruitenbergh, Jelle v.d. Schuit, Jeannette v.d. Schuit-Janssen, Hans Spanjaardt

#### VOOR DE UITVOERING/ADRESSERING:

Resi Degreef, At Kerstens, Hennie van Oosten, Marijke Prinsen en anderen.

#### ADVERTENTIES

Hans Spanjaardt, (079) 341 63 12

#### OPMAAK

Herman Boswijk

#### DRUKWERKBEMIDDELING

Vision@d, Zoetermeer

#### OPLAGE

3300 ex.

#### REDACTIE

Jeannette v.d. Schuit-Janssen, Jelle van der Schuit, Hans Spanjaardt

© Therapeuticum Aurum

Overname van artikelen alleen met toestemming van de redactie en de auteur.