

In deze **nieuwsbrief** van Stichting De Ster kun je onder andere lezen over:

- **Voorwoord: Elly Spronk**
- **Het Rad van Fortuin: Marcel Zwart**
- **Tarot en Ismakogie: Elly Hoekstra**
- **Astrologische vooruitblik: Jan Weber**
- **Openbare avond:**
De Tarot als weg tot
Persoonlijke Bewustwording
Elly Spronk en medewerkers
- **Start 2^e reeks De Tarot als weg tot**
Persoonlijke Bewustwording
Praktijktrainingsavonden
- **Spirituele Beurs/Open Dag Stichting de Ster**
op 22-04-2012
- **Agenda de Ster**
- **Contactgegevens**



*Het bestuur van Stichting de Ster
dankt jullie allen voor het
vertrouwen, de steun en de hulp die
we mochten ontvangen.*

*Wij wensen u allen een blijde
adventstijd, een gezegend Kerstfeest
en voor 2012 veel wijsheid vanuit
Liefde.*

Stichting de Ster
Elly Spronk, voorzitter

Beste lezer,

In deze periode worden de dagen korter en de nachten langer. We zitten in de donkerste periode van het jaar.

Als de Zon zijn laagste punt bereikt op 21 december, noemen we dat de winterzonnewende.

De Zon begint vanaf dit laagste punt weer te klimmen. In alle culturen van alle tijden wordt dit gevierd.

Dagen worden nachten en weert dagen. Eb en vloed komen volgens vaste getijden. Seizoenen komen en gaan. Door de draaiing van planeten, zonnen en zonnestelsel, ontstaan er ritmes en cycli.

Mocht dit al opgaan voor de bovenwereld, eveneens is dit van toepassing op ons innerlijk leven. Niets is blijvend, alles stroomt, golft, komt en gaat. Emoties komen op en verdwijnen langzaam weer.

Verdriet en rouw worden doorleefd en verwerkt.

Langzaam verschijnen de eerste tekenen van nieuwe vreugde en blijdschap. Acceptatie van deze wetmatigheid geeft de mens de mogelijkheid om te relativeren.

We zijn geboren uit het Licht en leven in het Licht.

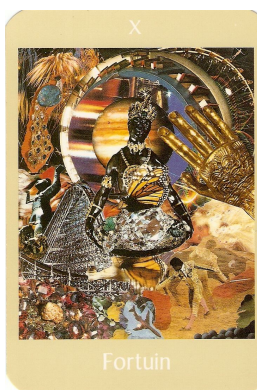
In de Bijbel staat: "En het Licht scheen in de duisternis, maar de duisternis kon dit niet vasthouden".

Graag wil ik jullie in deze laatste nieuwsbrief van dit jaar deelgenoot maken van een artikel dat ik ontving d.m.v. de nieuwsbrief van de Jakob Lorber Stichting.

Deze is als bijlage meegezonden met deze nieuwsbrief.

Kaart X Het Rad van Fortuin

Auteur: Marcel Zwart



Vrouw Fortuna is de godin die de wendingen van het Lot bestiert. Zo ervaren de oude Romeinen het en zo ervaren wij het nog steeds: het lot is grillig en onvoorspelbaar. Hopelijk heb je toch zin om af en toe een kansje te wagen in het Spel des Levens. Het Rad van

Fortuin is een uitnodiging om deel te nemen aan het grote avontuur. Om je hart te volgen en dingen uit te proberen. Soms win je en soms verlies je, maar je kunt

er altijd wat van leren. Grijp je kans, en als je een kans gemist hebt, treur niet te lang, want het leven biedt altijd weer nieuwe kansen.

Het Rad van Fortuin stelt vragen over je lef en sportiviteit in spel en competitie. Durf je je volledig in te zetten? Hoe ga je om met mee- en tegenvallers? Natuurlijk hoef je niet overal aan mee te doen. Je hoeft helemaal nergens aan mee te doen, maar een leven met meer inzet geeft dikwijls ook meer voldoening. Waar wil jij je voor inzetten? Waar ligt jouw hartstocht? Mensen die hun passie volgen kunnen veel voor elkaar krijgen. Zij laten zich weinig gelegen liggen aan de wisselvalligheden van het lot. André van Duin kreeg eens, tijdens uitgebreide repetities voor een nieuwe show, te horen dat er geen geld was omdat een grote sponsor zich terugtrok. "Tsja", dacht hij bij zichzelf, "daar kan ik ook niks aan doen." En hij ging gewoon door met de repetities. Later kwam er alsnog genoeg geld vrij. Het ligt voor de hand dat deze gunstige afloop juist mogelijk werd gemaakt doordat hij zich er niet mee bemoeid had maar gewoon door was gegaan met datgene waar zijn hart lag.

In de tijd die we nu beleven maakt het Rad van Fortuin nogal heftige slingeringen. Door de tijden heen zijn er altijd mensen geweest die in zulke perioden een goed leven wisten op te bouwen, zowel financieel als privé. Het draait allemaal om zelfvertrouwen en balans. Neem je teveel risico, dan zit je in het schip - als je alle risico vermijdt, dan krijgt je leven weinig kleur. Geluk ligt niet alleen in wat je ontvangt, maar ook in de keuzes die je durft te maken.

"Speel het spel, de wereld is rond,
en draait als een schijf met duizenden namen.
Speel het spel, ontdek dan je hart,
een hart is een huis met tientallen ramen," zong
Thérèse Steinmetz al vele jaren geleden.

De Ster wenst je bij het naderen van het volgende jaar een forse dosis optimisme toe, niet om de realiteit te ontkennen, maar om je hart te volgen.

Auteur: Marcel Zwart

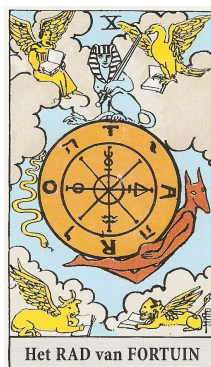
Marcel Zwart is als docent verbonden aan de beroepsopleiding tot Tarotkundige van Stichting de Ster

Ismakogie

In beweging met het Tarotspel:

X: Het Rad van Fortuin

Auteur: Elly Hoekstra



De kaarten van de Tarot hebben een verbinding met het lichaam en daarom met de bewegingsleer Ismakogie.

Tarot

Door middel van de Tarot kun je een beter inzicht krijgen in jezelf en je klachten, waardoor het mogelijk

is oorzaken van ziekte te achterhalen. Je leert om dichter bij jezelf te komen en de signalen van je lichaam eerder te onderkennen. Je leert je eigen rol ten opzichte van je klachten te herkennen. Op die manier kun je sneller tot een efficiënte aanpak komen en zelfs preventief aan je gezondheid werken.

Ismakogie

Ismakogie is een bewegingsleer voor een goede, mooie en gezonde houding. De nadruk ligt op het 'inprogrammeren' van de oefeningen in het dagelijkse leven. Je wordt je bewust van je lichaam. Als je houding verandert, verminderen of verdwijnen heel vaak ook klachten. Als je natuurlijk beweegt, beloont je lichaam je. De oefeningen geven een basisrust, die van binnen voelbaar en van buiten zichtbaar is.

Bezig zijn met Ismakogie is een ontdekkingsreis door je lichaam en geest. Ook hier zien we een overeenkomst met de Tarot.

Elke tarotkaart heeft zijn eigen specifieke wijsheid. Bij elke kaart hoort bij een lichaamsdeel en elke kaart symboliseert een gemoedstoestand.

Het Rad van fortuin

Het Rad van fortuin heeft een verbinding met leren aanvaarden. De kaart heeft te maken met veranderingen.

Lichaamsdeel

Het Rad van fortuin heeft een verbinding met de knieën.

Zwakke plekken

De zwakke plekken zijn behalve de knieën, de lever en de gal.

Aanpak

Je kunt op twee manieren beginnen. Je hebt knieklachten. Of je hebt een klacht en op de vraag naar de oorzaak trek je de kaart het Rad van fortuin. Kijk in beide gevallen naar wat het Rad van fortuin te zeggen heeft.

Stel jezelf de volgende vragen.

- met welke verandering heb ik moeite?
- waar kan ik moeilijk over praten?

Oefeningen

Om het proces van het Rad van fortuin te ondersteunen kun je oefeningen doen.

Basisoefening

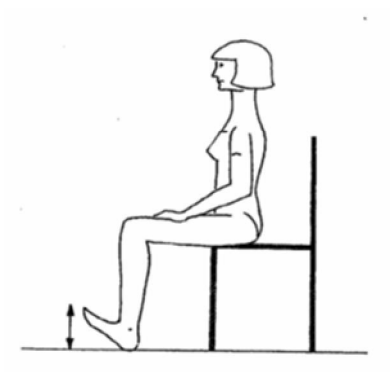
De ideale oefenhouding is vóór op de stoel en in rechte hoeken. Een rechte hoek van 90 graden tussen voet en onderbeen, tussen onderbeen en bovenbeen, tussen bovenbeen en romp en tussen hals en kin. De hielen staan iets dichterbij elkaar dan de voorvoeten.

Oefening 1

Ga goed zitten.

Til je rechter voorvoet zo hoog mogelijk op, hiel op de grond laten staan en zet hem weer neer.

Til je linker voorvoet zo hoog mogelijk op, hiel op de grond laten staan en zet hem weer neer.

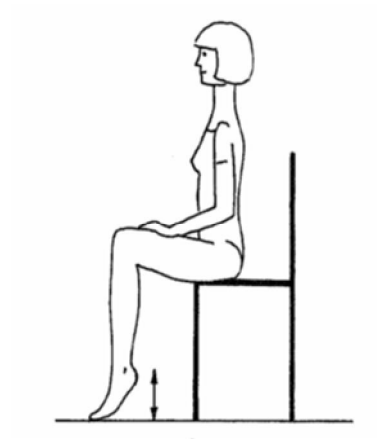


Oefening 2

Ga goed zitten.

Til je rechter hiel zo hoog mogelijk op, voorste steunpunten op de grond laten staan en zet hem weer neer.

Til je linker hiel zo hoog mogelijk op, voorste steunpunten op de grond laten staan, en zet hem weer neer.



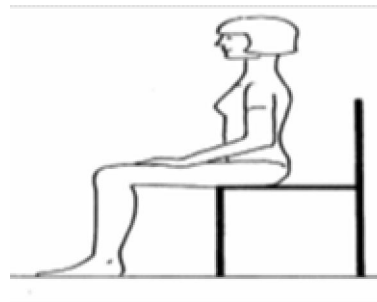
Oefening 3

Ga goed zitten.

Leg je handen op de bovenbenen en span de spieren van je bovenbenen.

Doe je deze oefening afwisselend rechts en links dan voel je dat je hele lichaam in beweging komt.

Je steunpunten veren tegen de grond.



Elly Hoekstra is ismakogiedocent en tarotkundige. Zij is medeauteur van drie boeken over ismakogie: *Vitaal en Mooi met Ismakogie*, *Heel je rug en De actieve bekkenbodem*

De tekeningen komen uit deze boeken

Cursus ismakogie in Terborg:

Datums:: maandagavond, 9, 23 en 30 januari
en 6, 13 en 27 februari.
van 18.00 - 19.00 uur

Locatie: Kulturhus de Rietborgh,
Borgsche Rieten 15 in Terborg

Aanmelden: Stichting De Ster,
telefoon 0315-323643

Astrologische vooruitblik december 2011



De maansverduistering van 10 december sluit de laatste eclipsperiode van dit jaar af.

De astronomische winter (het moment van het

wintersolstitium) begint dit jaar op 22 december om 06:30.

Pluto en Jupiter lopen nog in een driehoek en ook Saturnus en Neptunus doen dat.

Nog steeds is er de gelegenheid oplossingen te vinden voor de grote onevenwichtigheden in onze maatschappelijke systemen. Maar de tijd dringt. Over het algemeen zal december een relatief rustige maand zijn, behalve de laatste week. We kunnen dan verrast worden met allerlei plotselinge gebeurtenissen in het openbare leven, maar ook in ons eigen leven.

Jan Weber

Geïnteresseerde in meer astrologische artikelen van mijn hand, kijk dan op www.omegahighlighter.com

Openbare avond

Op 25-01-2012

De Tarot als weg tot persoonlijke Bewustwording

Elly Spronk en medewerkers

Deze avond zal Elly u kennis laten maken met de Tarot van Rider – Waite. De 22 kaarten van de Grote Arcana laten onze levensloop zien. Ons leven is een Inwijdingsweg.

De kaarten weerspiegelen onze drijfveren, onze mogelijkheden en moeilijkheden, ze beschrijven onze levensweg om te worden wie we (kunnen) zijn.

Ook de kaarten van de Kleine Arcana (de elementen vuur, aarde, lucht en water) worden genoemd. Zij laten ons de omstandigheden zien waar we in ons dagelijkse leven mee te maken kunnen krijgen.

De kaarten van de Hofhouding (Koning, Koningin, Ridder en Page) laten ons zien welke houding we aannemen ten opzichte van de verschillende situaties in ons leven.

Grote processen (Grote Arcana) kunnen we niet veranderen, zoals ook de omstandigheden die daar bij horen een feit zijn. Maar onze houding tegenover wat er in ons dagelijkse leven gebeurt, kunnen we wel veranderen en daarmee kunnen we leren zelf sturing te geven aan ons leven.

Na de pauze worden er door docenten en afgestudeerden van “De Ster” gratis consulten gegeven.

Start tweede reeks

De Tarot als weg tot persoonlijke Bewustwording

De 1^e reeks betreffende deze cursus is volgeboekt. Vanwege de zeer grote belangstelling is besloten om een tweede reeks op te starten, die begint op



08-01-2012.

Hier zijn nog enkele plaatsen beschikbaar.

Overige datums zijn:

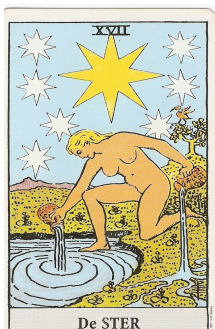
22-01-2012, 11-02-2012, 10-03-2012, 24-03-2012, 30-03-2012, 29-04-2012, 06-05-2012, 02-06-2012, 10-06-2012, 23-06-2012, 30-06-2012

Locatie: De Rietborgh, Borgsche Rieten 15 Terborg

Inschrijving: zie de website.

Wij heten u van harte welkom.

Praktijktrainingsavonden De Ster



Op iedere 3^e woensdagavond van de maand worden er praktijktrainingsavonden gegeven. Deze avonden zijn bedoeld voor iedereen die belangstelling heeft voor de Tarot.

Er wordt onder andere geoefend met verschillende legmethodes,

passend bij de gestelde vraag.

U bent op deze avonden van harte welkom.

De eerstvolgende datums van de trainingsavonden in dit seizoen zijn:

18-01-2012, 15-02-2012, 21-03-2012

Deze praktijk trainingsavonden worden gegeven in De Rietborgh, Borgsche Rieten 15 te Terborg.

De kosten bedragen € 12,50 per avond.

Spirituele Beurs/Open Dag

op 22-04-2012

De Open Dag van 3 juni 2012 komt te vervallen.

In plaats hiervan organiseert de Ster op 22-04-2012 een Spirituele beurs.

Er worden vele boeiende lezingen en workshops verzorgd.

Alle consulten, lezingen en workshops zijn deze dag gratis!!!

Noteer deze dag alvast in uw agenda!

ENTREE: € 12,50

Agenda de Ster, Centrum voor Bewustwording

17-09-2011 Start
"De tarot als weg tot persoonlijke
Bewustwording" **volgeboekt**

08-01-2012 Start
"De tarot als weg tot persoonlijke
Bewustwording" **2^e reeks.**
Inschrijving opengesteld.

18-01-2012 Praktijktrainingsavond

25-01-2012 Openbare avond:
De Tarot als weg tot persoonlijke
Bewustwording
Elly Spronk en medewerkers

Contactgegevens:

De Ster, Centrum voor Bewustwording

P/a Industrieweg 80

7061 AV Terborg

Telefoon: 0315-323643

Internet: www.dester.org www.tarotkundige.nl

Email: info@dester.org

Deze nieuwsbrief ontvangt u omdat uw emailadres bekend is bij Stichting De Ster.

Wilt u uitgeschreven worden stuur dan een email naar: info@dester.org met als titel 'Uitschrijven'.