

## Inhoud:

## blz:

|  |     |
|--|-----|
| 1. Inleiding: transformatiejaar 2012                               | 1   |
| Noten hoofdstuk 1  | 8   |
| 2. Het hart en haar functies                                       | 9   |
| 3. Door het hart naar binnen kijken                                |     |
| 3,1. Hoe ontwikkel je de Graal in je                               | 14  |
| 3,2. Massale bijensterfte als barometer                            | 18  |
| 3,3. Beleving van de organen                                       | 19  |
| 3,4. Meditatieve spreuken naar de organen                          | 20  |
| Noten hoofdstuk 3  | 28  |
| 4. Door het hart naar buiten kijken –Lotusbloemen                  | 29  |
| Noten hoofdstuk 4  | 45  |
| 5. Verdieping  | 46  |
| 5.1. Scholing  | 46  |
| 5.2. Oefeningen van boetseren vanuit de zintuigen                  | 46  |
| 5,3,1. Werken met en vanuit de zeven orgaanprocessen               | 49  |
| 5,3,2. Meditatieve teksten voor de organen                         | 55  |
| 5,4. De grotere lotusbloemen                                       |     |
| 5,4,1. Boetseeroefeningen vanuit de lotusbloembladen               | 58  |
| 5,4,2. De lotusbloemendans   | 67  |
| 5,5. De horoscoop als hulp bij scholing                            | 80  |
| 5,6. Sterrenbeelden als ideaalkrachten                             | 83  |
| Noten hoofdstuk 5  | 83  |
| 6. Samenleving   | 84  |
| 6,1. Wat transformeert er  | 84  |
| 6,2. Over de organische zevenledigheid                             | 88  |
| 6,2,1. Zevenledigheid als basis voor de drieledigheid              | 88  |
| 6,2,2. Methoden tot waarnemen                                      | 91  |
| 6,2,3. Binnen mens en huis   | 94  |
| 6,2,4. Binnen de natuur  | 96  |
| 6,2,5. Binnen organisaties   | 99  |
| 6,2,6. Binnen de samenleving                                       | 99  |
| Noten hoofdstuk 6  | 104 |
| Nawoord  | 105 |
| Appendix 1 De palmbbladvoorspellingen <i>door Patrick Steensma</i> | 106 |
| Noten appendix 1   | 113 |
| Appendix 2 De horoscoop van 2012 als klankmeditatie                | 115 |
| Lijst met Rune-boeken  | 120 |