

WE MUST BE THE CHANGE WE WSH TO SEE IN THE WORLD

Jouw e-mail adres zit in ons bestand . Aangezien we je graag als lezer behouden, bieden we jou bij deze een gratis elektronisch tijdschrift aan. LET OP: vanaf 1 oktober 2009 verbiedt de wet om zomaar mails te sturen. Als je geen e-mail wilt ontvangen van Asmi-ikben, klik dan op [verwijderen](#) en schrap jezelf van onze verzendlijst (of beantwoordt deze e-mail met in de onderwerpregel 'Verwijderen').

HELDEN



Mijn dochter Liz moet voor haar toelatingsexamen het onderwerp 'held' uitbeelden en we kregen in het gesprek erover wat de definitie nu eigenlijk is van een held. Uit het Van Dale Etymologisch woordenboek haal ik het volgende: held* [dapper iemand] {hel(e)t, he (e)lt [held, gewapende] 1250} oudsaksisch *helith*, middelhoogduits *helit*, *hel(e)t*, oudengels *hæle(ð)*, oudnoors *halr* [man]; buiten het germ. welsh *caled* [hard] en de Gallische stamnaam *Caletes* →houden.

In vele culturen komt 'held' of 'strijder' voor als voornaam. Zo kwam in de Griekse en Romeinse wereld de naam 'Heroon' of 'Hero' regelmatig voor. Alle Nederlandse voornamen waarin de klank 'Hild-', 'Hilt-' of 'Hil-' te horen is, gaan terug op het oud-Germaanse woord 'held' of 'schild' (bv. Hille, Hildebrand enz.).

Liz ging op onderzoek naar haar eigen held(in) en kwam een paar dagen later met William Shakespeare. De vraag of William Shakespeare nou wel of niet de auteur was van de aan hem toegeschreven werken, houdt de gemoederen al zo'n anderhalve eeuw bezig. Sommigen menen dat hij de nog steeds gespeelde werken samen met anderen schreef. Anderen beweren dat Edward de Vere, de zeventiende graaf van Oxford de schrijver was of wellicht Francis Bacon of weer een ander? Verwarring alom dus.

Wat ik uit de woorden van Liz proef is dat zij denkt dat 'old Bill' een vrouw zou kunnen zijn! Was Shakespeare een feeksentemende vrouwenhater, en zou dat dan weer te maken hebben met zijn vermeende homoseksualiteit? Of zien we over het hoofd dat al die feeksen en fatale heersersessen, kuise slachtoffers en willige bedgenotes, het vrouwelijk deel van het publiek zo geen herkenning dan toch minstens enig kijk- en luistergenot moesten verschaffen? In hoeverre is de invulling van de vrouwenrollen mede bepaald door het feit dat deze op het Elizabethaanse toneel door jongens werden vertolkt? En weerspiegelt onze visie op de vrouw bij Shakespeare niet vooral onze eigen tijdgeest? Ik ben benieuwd naar de uitwerking.

DE INNERLIJKE ERVARING TELT



Nu de traditionele kerken leeglopen, gaan mensen steeds meer op zoek naar nieuwere vormen van spiritualiteit. 'Mensen die door en door ongelovig zijn, zijn zo zeldzaam als een olifant met een kunstgebit', zegt Joep de Hart. Joep studeerde Cultuur- en Godsdienstsociologie. Daarna werkte hij tien jaar bij de Radboud Universiteit Nijmegen. Daar promoveerde hij in 1989 op een onderzoek naar de politieke en levensbeschouwelijke ontwikkeling van jongeren.

En weer was er onlangs zo'n treurig kerkelijk nieuwtje. Niet minder dan honderd Limburgse kerken moeten binnen nu en tien jaar de deur sluiten. Een gevolg van teruglopend kerkbezoek en dalende inkomsten, meldde het persbericht van het betreffende bisdom er voor de volledigheid bij. Als de ontkerkelijkheid in dit tempo doorgaat, dan is het op de meeste plaatsen binnen enkele tientallen jaren gedaan met de kerk, maar dat is maar de helft van het verhaal. Achter de koele cijfers schuilt nog een heel andere geschiedenis. Wie echt wil weten hoe het met religie is gesteld in het huidige Nederland moet verder kijken dan de institutionele bolwerken.

In Joeps' nieuwe boek 'Zwevende gelovigen' bespreekt hij de veranderingen in christelijk Nederland, waarbij hij vooral kijkt naar de opkomst van alternatieve manieren van zingeving en nieuwe vormen van spiritualiteit. "Het beeld is pluriformer dan we denken". Hij karakteriseert hoe Nederlanders over de zin van het leven denken. "Buiten het traditionele christelijke erf manifesteren zich tal van vormen van nieuwe spiritualiteit: ervaringen uit vorige levens, spirituele gidsen, kosmische intelligentie, astrale lichamen, intuïtie, aura's. Op andere, plekken is de oude religie weerbarstig, met name in orthodox-protestantse kringen op het platteland."

Het is iets wat menig socioloog en statisticus niet zag aankomen. Geïnspireerd door ontkerkelijkheid en ontzuiling zagen wetenschappers religie lange tijd als verdwijnend fenomeen. Maar voor elk lid dat wordt geschrapt uit de kerkelijke boeken, komt geen ongelovig terug – integendeel, zegt De Hart: "Mensen die zeggen geen enkele behoefte te hebben aan welke spirituele dimensie dan ook, die door en door ongelovig in het leven staan, zijn bijna net zo zeldzaam als een olifant met een kunstgebit. Atheïsten vormen zo'n 14 procent van de bevolking, een kleine minderheid. Een mime meerderheid van de bevolking gaat zijn weg tussen de twee uitersten van orthodox geloof en overtuigd ongelof."

Uit alle onderzoeken blijkt dat vooral het ideeëngoed floreert dat ver of staat van het traditionele geloof. "Inderdaad. Dat zijn de ideeën die opbloeien uit occultisme, spiritisme en zogenoemde nieuwe spiritualiteit. Van oorsprong is dat een tamelijk elitaire beweging, maar vanaf de jaren tachtig vindt dit gedachtegoed ingang in steeds bredere lagen van de bevolking. Ook de gewone huisman en de gewone huisvrouw raken geïnteresseerd in dit onderwerp.

Dat is niet het enige. Je hebt ook nog iets dat je 'vrij zwevende spiritualiteit' kunt noemen. Dat is wat je rondom bermonumenten ziet, bij stille tochten, bij de dood van bekende landgenoten of de huldiging van een voetbalclub.

HET EERSTE GOUDEN WINDEI SUCCES IS BINNEN!



De campagne van foodwatch rondom de Gouden Windeï-verkiezing voor de grootste leugen bij reclame en marketing van voedingsproducten heeft nu al succes! Producent Unilever heeft in de reclame voor Blue Band Goede Start! Witbrood de vergelijking met volkorenbrood teruggetrokken. Ruim 7 jaar lang heeft het voedingsconcern hier consumenten mee voor de gek gehouden. In februari heeft de Reclame Code Commissie hierover al een uitspraak gedaan en meer dan 1000 consumenten stuurden via de foodwatch-website emails aan Unilever. Vlak nadat de Gouden Windeï verkiezing werd gelanceerd kwam Unilever met de beslissing naar buiten om de reclame aan te passen. Het product blijft dan ook in de race voor de titel: Grootste misleider van 2011. foodwatch heeft de aangepaste variant tot op heden nog niet in de supermarkt kunnen vinden.

RISICO'S STRALING MOBILEE TELEFOONS ERKEND DOOR EUROPESE LEIDERS!



Mobiele telefoons en computers met draadloze internetverbindingen vormen een risico voor de volksgezondheid en moeten verboden worden op school, zo heeft een belangrijk Europees orgaan geoordeeld.

Een commissie van de Raad van Europa heeft bewijsmateriaal onderzocht voor de 'potentieel schadelijke' effecten die de technologieën hebben op mensen en concludeert dat per direct actie moet worden ondernomen om kinderen te beschermen. In een rapport stelt de commissie dat het cruciaal is om te voorkomen dat dezelfde fout wordt gemaakt toen de gevaren van asbest, het roken van tabak en gelode benzine pas laat door gezondheidsorganisaties werden erkend.

Draadloze telefoons en babyfoons

Het rapport onderstreept ook de potentiële gezondheidsrisico's van draadloze telefoons en babyfoons die gebruik maken van dezelfde technologie en die in veel Nederlandse huishoudens worden gebruikt.

Elektromagnetische straling die wordt uitgezonden door draadloze apparaten kan kanker veroorzaken en beïnvloedt de groei van de hersenen.

De commissie concludeert dat de Europese lidstaten de volgende stappen moeten ondernemen:

Een limiet instellen voor blootstelling op de lange termijn aan microgolven die worden uitgezonden door mobiele telefoons

Producten moeten worden voorzien van etiketten die aangeven dat het product elektromagnetische straling uitzendt en wat de gevaren hiervan zijn voor de gezondheid

Een verbod op mobiele telefoons en draadloze netwerken in klaslokalen en scholen

Het opzetten van informatiecampaagnes om kinderen en jongvolwassen te informeren over de risico's voor de volksgezondheid

Op korte termijn meer onderzoek naar de ontwikkeling van minder gevaarlijke soorten mobiele en draadloze telefoons.

De conclusies spreken het advies van de Wereldgezondheidsorganisatie en dat van veel ministeries van Volksgezondheid tegen wat luidt dat blootstelling aan elektromagnetische straling weinig of geen risico's oplevert voor de volksgezondheid.

De Raad van Europa telt 47 lidstaten en is gezeteld in Straatsburg. Het kan de regering van landen niets verplichten, maar heeft grote invloed op de beleidsvorming en beslissingen van het orgaan worden vaak door middel van verdragen en conventies uitgevoerd.

Ontwerpbesluit

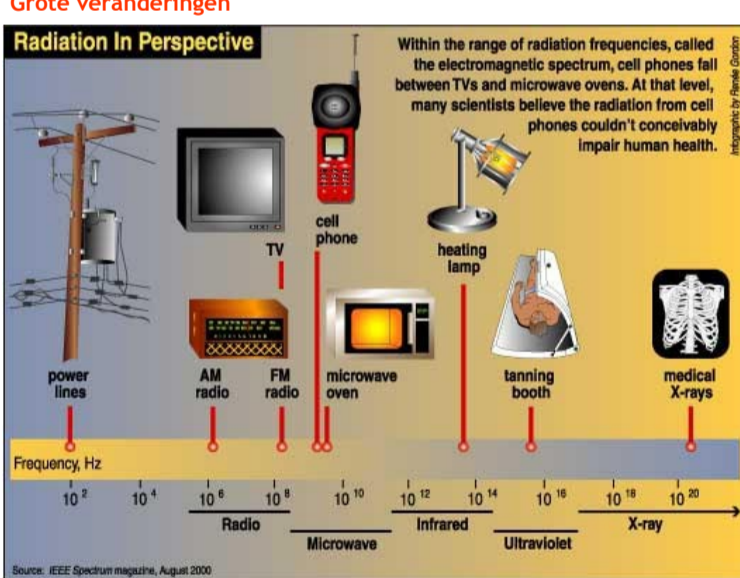
Een ontwerpbesluit die alle regeringen oproept om 'alle vereiste maatregelen te nemen om de blootstelling aan elektromagnetische velden van mobiele telefoons en gelijksoortige apparaten' terug te dringen werd unaniem aangenomen door de commissie. De ontwerpbesluit bevat tevens het verbod op mobiele telefoons en draadloze internetverbindingen op school.

De commissie bestaat uit 84 minister-presidenten en politici van lidstaten. De leden namen het nieuwste onderzoek over de effecten van elektromagnetische straling onder de loep en ontvingen nieuw bewijsmateriaal van experts waarna ze tot een weloverwogen conclusie kwamen.

De ontwerpbesluit gaat nu naar de volledige Parlementaire Vergadering van de Raad van Europa om goedgekeurd te worden.

Gezondheidsdeskundigen en telecommunicatie-experts zijn verdeeld over de gevaren van mobiele telefoons en andere draadloze apparaten. Een rapport uit 2007 stelt dat er geen associatie is gevonden tussen mobiele telefoons en nadelige gevolgen voor de gezondheid, maar er zal nu een vervolgonderzoek worden gedaan naar de effecten van mobiele telefoons op de lange termijn.

Grote veranderingen



Bron: [Telegraph.co.uk](#)

Professor Paul Elliot van het Imperial College in Londen doet momenteel onderzoek naar de effecten op lange termijn van het gebruik van mobiele telefoons op 200.000 mensen. "Er zijn vragen of mobiele telefoons cognitieve effecten kunnen hebben en de slaap beïnvloeden," zo zei hij. "Mobiele telefoons zijn zeer handig, maar we moeten dit afwegen tegen de potentiële gezondheidsrisico's, dus moeten we er onderzoek naar doen. Onderzoek naar de invloed van mobiele telefoons op kinderen is nog niet echt gedaan maar in de tussentijd luidt het advies om er geen buitensporig veel gebruik van te maken."

Powerwatch, een groep die probeert mensen bewust te maken van de risico's van elektromagnetische straling, is blij met de ontwerpbesluit. "We zijn al lang voorbij het punt waarop de Europese regeringen voorzorgsmaatregelen zouden moeten treffen met betrekking tot deze kwesties," aldus een woordvoerder.

Naar verwachting zal een verbod op mobiele telefoons en draadloze internetverbindingen op scholen grote veranderingen met zich meebrengen omdat de meeste scholen vandaag de dag Wi-Fi netwerken hebben en de meeste leraren en leerlingen mobiele telefoons bij zich dragen.

GRANAATAPPELSAP ALS TOVERDRANKJE TEGEN AL UW KWALEN



Granaatappelsap maakt opgang als remedie voor allerlei kwalen, van kanker tot Alzheimer. En het bewijs voor de werking neemt toe.

Als we alle berichten moeten geloven profiteert iedereen van granaatappelsap. Het wordt aangeprezen als hét natuurlijke antwoord op meerdere gezondheidsproblemen – van kanker en hartziekte tot diabetes en Alzheimer. En hoewel dit te mooi lijkt om waar te zijn, bestaat er een indrukwekkende hoeveelheid bewijs dat dit frisdrankje wel eens zou kunnen helpen bij veel ziekten van onze tijd.

Eerder onderzoek liet al zien dat granaatappelsap de celgroei bij borstkanker, darmkanker en longkanker kan remmen. In laboratoriumonderzoek van borstkankercelculturen bleken granaatappelbestanddelen effectief te werken tegen angiogenese (de vorming van nieuwe bloedvaten die maken dat tumoren kunnen groeien en uitzaaien) en tegen tumorgroei (woekering en ingroei in andere weefsels). Ook bleken ze apoptose (geprogrammeerde celdood) te bevorderen³. Verder is in laboratoriumonderzoek bewijs gevonden voor de werking tegen huidkanker.

De belangrijkste vraag is echter of de granaatappel zich ook heeft bewezen in klinisch onderzoek. Tot dusver bestaat er maar één onder kankerpatiënten, maar de uitkomsten zijn veelbelovend. In Amerikaans onderzoek werden 46 mannen met prostaatkanker gevolgd, die dagelijks 240 ml granaatappelsap dronken. Het bleek dat hun gehalte (prostaatspecifiek antigeen) tijdens de onderzoeksperiode daalde, wat kan wijzen op afname van de kankeractiviteit. Maar onderzoek is nog gaande, en vast te stellen of deze eerste bevindingen in gerandomiseerd dubbelblind placebo-gecontroleerd klinisch onderzoek zullen worden bevestigd.

Diabetes

Granaatappelsap heeft van nature een hoog suikergehalte. Desondanks is het veelbelovend bij de behandeling van de gezondheidsproblemen bij diabetes. Uit een klein klinisch onderzoek van tien patiënten met diabetes type 2 met tien niet-diabetische controlepersonen bleek dat een dagelijkse dosis van het sap de ziektemarkers, zoals het bloedsuikergehalte, niet verhoogde. Integendeel: het had een significant antioxidatief effect, wat het risico van hartziekte bij deze patiënten kan verlagen. Diabetici hebben meer kans op een hartziekte, aangezien het constant verhoogde bloedsuikergehalte de aderverkalking bij atherosclerose versterkt. 'In de meeste vruchtensappen zitten suikers in een vrije – en schadelijke – vorm', aldus hoofdonderzoeker Michael Aviram. 'In granaatappelsap daarentegen zitten suikers gechecht aan unieke antioxidanten, waardoor deze suikers juist een beschermende werking tegen atherosclerose krijgen.'

In een vervolgstudie bleek het sap nog een aantal andere gunstige effecten te hebben, die 'atherosclerose bij diabetici zouden kunnen vertragen'.

De granaatappelbelofte

Ondanks al deze positieve bevindingen tot dusver is het nog veel te vroeg om te stellen dat granaatappelsap een bepaalde ziekte kan voorkomen of behandelen. In de Verenigde Staten treedt de Federal Trade Commission (FTC) streng op tegen claims over mogelijke gezondheidsaspecten van dit populaire vruchtensap. In september 2010 heeft de FTC Pom Wonderful aangeklaagd – het merk granaatappelsap dat voornamelijk wordt gebruikt in wetenschappelijke studies – en de fabrikant beschuldigd van valse en onbewezen claims. De commissie stelde dat de geadvertende claims het resultaat uit het wetenschappelijk onderzoek overdreven en het feit negeerden dat sommige studies niet meer dan een placebo-effect hadden gevonden. Het bewuste onderzoek waaraan ze refereren, betreft één waaruit geen statistisch significant effect van het sap naar voren kwam op erectiestoornis bij mannen, en één dat evenmin een significant effect van het sap constateerde op plaque-opbouw in de aderen van patiënten met een matig verhoogd risico op ziekte van de kransslagaders^{12,13}.

Pom Wonderful vecht dit echter ten sterkste aan. 'We beweren geenszins dat ons product werkt als een medicijn', zo zegt de producent. 'Wat we doen, is door middel van onze advertenties informatie doorgeven over het veelbelovende wetenschappelijk onderzoek naar granaatappelsap. Consumenten en behandelaars hebben recht op deze informatie.'

Als u wilt dat we uw naam van onze verzendlijst verwijderen, [klikt u hier](#).

Vragen of opmerkingen? Stuur een e-mail naar info@asmi-ikben.nl