

People Are Born To Shine!

Mensen Worden Geboren Om Stralen

Een nieuwsbrief die haar oorsprong vindt in het Christelijke geloof en die samengesteld wordt om te inspireren en iedereen, ongeacht nationaliteit, ras of religie, te steunen.



LEVENSSLESSEN

Nick's Verhaal

Hallo Vriend,

Mijn naam is Nick Vujcic en ik ben erg blij dat ik dertig jaar geleden geboren ben zonder armen en benen. Ik zeg niet dat mijn leven makkelijk is maar door de liefde van mijn ouders, mijn geliefden en mijn geloof in God heb ik mijn moeilijkheden overwonnen en nu is mijn leven zinvol en vol blijdschap. Ik woon met mijn vrouw Kanae in Californie en wij beiden genieten ervan te zien hoe het leven van mensen verandert of op de een of andere manier geraakt wordt. Ik hoop dat mijn verhaal een positieve invloed zal hebben op jouw leven.

Ik ben geboren en opgegroeid in Melbourne, Australie en het was een grote schok voor mijn ouders dat ik op de wereld kwam zonder ledematen. Er is geen medische verklaring voor. Mijn ouders hebben hun uiterste best gedaan mij op het reguliere onderwijssysteem te houden en mij alle mogelijkheden te bieden mijn leven ten volle te leven. Ik was ook gezegend met een broer en een zus die tevens mijn beste vrienden waren.

Na enkele pogingen besepte ik dat ik mijn geliefden niet achter wilde laten met het verdriet en het schuldgevoel dat mijn zelfmoord zou oproepen. Dat kon ik hen niet aandoen.

Later verhuisden we naar Brisbane, Australie, waar ik 14 jaar heb gewoond voor ik naar Californie verhuisde. Op 8-jarige leeftijd kon ik me geen mooie toekomst voor mezelf voorstellen en ik werd depressief. Op 10-jarige leeftijd besloot ik een eind aan mijn leven te maken door mezelf te verdrinken in het bad. Na enkele pogingen besepte ik dat ik mijn geliefden niet achter wilde laten met het verdriet en het schuldgevoel dat mijn zelfmoord zou oproepen. Dat kon ik hen niet aandoen.

Ik was niet mijn hele jeugd depressief, maar ik had mijn ups en downs. Op 13-jarige leeftijd bezeerde ik mijn voet, die ik voor veel dingen gebruik zoals typen, schrijven en zwemmen. Die blessure maakte me ervan bewust dat ik dankbaarder moest zijn voor wat ik kan en minder gefocust moet zijn op mijn handicap.

Op vijftienjarige leeftijd bevestigde ik mijn geloof in God en vanaf dat moment is mijn leven een wonderlijke reis.

Toen ik zeventien was moedigde de conciërge van de middelbare school waar ik op zat mij aan op school te gaan praten over mijn geloof en hoe ik mijn tegenslagen heb overwonnen. In de volgende twee jaar heb ik een tiental keer tot kleine groepen mensen gesproken. En toen stond ik ineens voor.....



In this issue

Ga Ananas Eten

Ananas levert een rijke hoeveelheid micronutriënten die je lichaam nodig heeft

Ischias

De pijn van ischias varieert van licht tot zeer zwaar.

Paus Franciscus Onthult De Top Tien Geheimen Van Geluk

Breng meer blijdschap in je leven.....

Dringend Beroep Van Kinderen Op Volwassenen

Rijd voorzichtig- ons leven ligt in jullie handen.

www.najicherfanfoundation.org

NICKS VERHAAL wordt vervolgd op blz 6

VOEDING

Veel Redenen Om Ananas Te Gaan Eten

Naast de vitaminen en mineralen die in de meeste vruchten zitten biedt ananas een rijke bron van wat minder bekende micronutriënten die ons lichaam nodig heeft. Bovendien is ananas een erg gezonde en calorie-arme vrucht die honger stilt. Wanneer je niet hoeft te letten op de hoeveelheid fructose die je dagelijks inneemt is ananas een gezonde aanvulling op je dieet.

Een kopje ananasblokjes is een verfrissend en gezond tussendoortje met 80 calorieën, geen vet en 1 gram proteïne. Maar een kop ananas bevat 15 gram suiker, een vrij hoog gehalte dat pieken in de bloedsuikerspiegel bij diabetes kan veroorzaken.

Ananas is gebruikt als behandeling tegen ontstekingen en slechte spijsvertering. Ananas voegt niet alleen een sappige zoetheid toe aan je schotels maar het bevat ook bromelaine – een spijsverterings enzym dat helpt bij de afbraak van voedsel om een opgeblazen gevoel te verminderen. Tegenwoordig wordt Bromelaine gebruikt als supplement om ontsteking na een operatie te voorkomen en om zwelling bij sinus ontstekingen te behandelen. Bromelaine kan bij ook osteoarthritis de pijn verlichten.

De meeste mensen denken dat ananas vet in het lichaam verbrandt. Recente onderzoeken wijzen echter uit dat, al voorkomt ananas de afzet van nieuw vet, het weinig effect heeft op het verminderen van al aanwezig lichaamsvet.

De laatste onderzoeken geven aan dat ananas anti carcinogene stoffen bevat. Ananas zou een rol spelen in het gezondhouden van de lichaamscellen.. Een kopje verse ananasblokjes bevat 70 milligram vitamine C en 95

milligram vitamine A en voorziet je zo van al de vitamine C die je per dag nodig hebt en ongeveer 20% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid vitamine A.

Een kop rauwe ananas levert je 1,55 milligram mangaan, een mineraal dat helpt bij de opbouw van sterke botten en bindweefsel.

Deze tropische vrucht kan bloedklonten voorkomen. Het nuttigen van ananas verstevigt je tandvlees en helpt je tanden gezond en sterk te houden.

Het toevoegen van ananas aan je dieet vermindert tot 35% het risico op macula degeneratie- de hoofdoorzaak van gezichtsverlies bij volwassenen- omdat deze vrucht beta-caroteen bevat, een stof die bekend staat als heilzaam voor het gezichtsvermogen.

Bron: www.fitnea.com



area Wilt U Helpen Het Werk Van NCF Te Verbreiden?

De Naji Cherfan Stichting werd opgericht na het overlijden van Naji Cherfan. Ons hoofddoel is God te prijzen door middel van vrijwilligerswerk. De stichting streeft ernaar de levenskwaliteit van de allerarmsten van alle leeftijden te verbeteren., zowel van gezonde mensen als van mensen met gezondheidsproblemen of mensen met enige vorm van hersenbeschadiging veroorzaakt door een ongeluk, hersenbloeding enz. terwijl zij de christelijke normen en waarden probeert te verkondigen.

Wanneer u het werk dat de NCF –stichting verricht mooi vindt en deel wil nemen in de werkzaamheden nodigen wij u uit lid te worden van ons bestuur. Het doel is om met de mensen in uw land onze bezieling te delen. Bel voor meer informatie +961 (0)4 522221 of email naar

info@najicherfanfoundation.org

UITSPRAAK!

“Wanneer je niet gelooft in wonderen ben je misschien vergeten dat je er zelf een bent”

—Karen Salmansohn

Ischias



Ischias is de naam voor elke soort pijn die veroorzaakt wordt door irritatie of samendrukking van de heupzenuw.

De heupzenuw is de langste zenuw in het lichaam. Hij loopt van de lage rug naar beneden in beide benen en eindigt in de voet.

Wanneer iets op de zenuw drukt of irriteert kan het een pijn veroorzaken die uitstraalt vanuit de onderrug naar been en kuit. De pijn die Ischias veroorzaakt kan variëren van mild tot hevig.

Oorzaken van ischias

Een verschoven tussenwervelschijf is de meest voorkomende oorzaak van ischias maar in sommige gevallen is er geen aanwijsbare reden.

Minder veel voorkomende oorzaken zijn vernauwing van het wervelkanaal, blessure, infectie of een aangroei in de wervelkolom.

Wanneer moet je naar de dokter gaan

De meeste mensen merken dat ischias pijn na een paar dagen of weken vanzelf verdwijnt. Je moet echter naar een dokter gaan wanneer:

- Je enig ander symptoom hebt naast de pijn in onderrug of benen, zoals gewichtsverlies of verlies van controle over blaas en darmen.
- Je toenemende pijn en ongemakken ondervindt
- Je pijn te hevig is om zelf op te lossen

In deze gevallen moet de dokter onderzoeken in hoeverre er een ernstiger probleem oorzaak is van de pijn.

De behandeling van ischias

De meeste gevallen van kort-durende ischias (acute ischias) zullen voorbijgaan zonder enige behandeling. Een combinatie van dingen die je thuis

Bidhoek De heilige Pio van Pietrelcina

Bidhoek

Moge Jezus je comfort brengen bij al je ongemakken.

Moge Hij je steunen in gevaar, altijd over je waken met zijn genade en je de weg wijzen die zal leiden tot eeuwige zaligheid.

En moge Hij je steeds dichterbij Zich nemen en je waardiger maken tot het paradijs.

Amen

kunt doen, zoals pijnstillers nemen die zonder voorschrift verkrijgbaar zijn, oefeningen doen en warmte-of koude compressen leggen, kunnen over het algemeen de pijn verlichten.

Bij langdurige ischias (chronische ischias) kan je geadviseerd worden oefeningen te doen onder begeleiding van een fysiotherapeut. In bijzondere gevallen kan een operatie nodig zijn om de symptomen onder controle te krijgen.

Voorkomen van ischias

Er zijn wat stappen die je kunt ondernemen om het risico op het verschuiven van een tussenwervelschijf te minimaliseren. Hieronder vallen:

- Betere houding en til-gewoontes tijdens het werk
- Stretchen voor en na het doen van oefeningen
- Simpele en geregelde oefeningen die flexibiliteit verbeteren.

Paus Franciscus Onthult De Top 10 Geheimen Van Geluk

Doe het rustiger aan, wees gul en vecht voor vrede zijn enkele van paus Franciscus' geheime recepten voor geluk. Tijdens een interview, dat gedeeltelijk gepubliceerd werd in het Argentijnse weekblad Viva op 27 juli, noemde de paus zijn top 10 tips hoe meer vreugde in je leven te verkrijgen.

1. "Leef en laat leven". Iedereen zou zich moeten laten leiden door dit principe, zei hij. In Rome gebruikt men een soortgelijke uitdrukking: "Ga vooruit, ga verder en laat anderen hetzelfde doen"

2. "Open jezelf voor anderen". De mens moet open staan voor anderen en ruimhartig zijn, want "wanneer je je terugtrekt in jezelf loop je het risico egocentrisch te worden. En stilstaand water bederft"

3. "Ga rustig verder" in het leven. De paus, die literatuur doceerde aan de middelbare school, gebruikte een voorbeeld uit een Argentijnse roman van Ricardo Güirlandes, waarin de hoofdpersoon terugblijkt op zijn leven.

"Hij zegt dat hij in zijn jeugd was als een stroom vol met keien die hij met zich meevoerde; als volwassene was hij als een snelstromende rivier: en op zijn oude dag kabbelde hij nog steeds voort, langzaam, als een beekje" zei de paus. Hij zei dat hij de laatste vergelijking met het beekje erg mooi vond- nog steeds "te kunnen voortgaan in het leven met goedhartigheid en nederigheid, met evenwichtigheid".

4. "Een gezonde manier van ontspanning, van doorbrengen van je vrijetijd". De vreugde die kunst brengt, literatuur en het spelen met kinderen is verloren gegaan, zegt hij.

De consumptiemaatschappij heeft ons verwarring gebracht en stress waardoor de mensen een gezonde manier van ontspannen zijn kwijtgeraakt. Hun tijd wordt opgeslokt zodat ze die niet meer met anderen kunnen delen.

Ook al maken veel ouders lange uren toch moeten ze tijd vrijmaken om met hun kinderen te spelen. "Werktijden maken dit moeilijk, maar je MOET het doen" zegt hij.

Ook moeten gezinnen, wanneer ze aan tafel gaan om te eten, de tv uitzetten, ook al is de televisie erg nuttig om up to date te blijven met het nieuws, maar wanneer je de tv aanlaat tijdens het eten kun je niet met elkaar communiceren, zei de paus.

5. Zondagen zouden vakantiedagen moeten zijn. Werknemers moeten de zondag vrij zijn omdat de zondag er is voor het gezin.

6. Vind nieuwe manieren om waardige banen te creëren voor jonge mensen. "We moeten ten aanzien van de jonge mensen creatief zijn. Wanneer zij geen mogelijkheden krijgen zullen ze aan de drugs gaan en eerder geneigd zijn zelfmoord te plegen.

"Hen alleen voedsel geven is niet genoeg" zegt hij. "een gevoel van eigenwaarde krijg je wanneer je voedsel naar huis kunt brengen dat je zelf hebt verdiend.

7. Heb respect en zorg voor de natuur. Schade aan het milieu is een van de grootste uitdagingen die wij hebben" zegt hij. Ik denk dat de vraag die wij onszelf niet stellen is: Pleegt de mensheid niet zelfmoord met dit willekeurige en tyrannieke gebruik (misbruik) van de natuur?"

8. Houd op met negativiteit. De noodzaak kwaad te spreken over anderen getuigt van een laag zelfbeeld. Dat betekent dus dat "ik me zo minderwaardig voel dat ik, in plaats van mezelf op te krikken anderen neer wil halen". Het laten varen van negatieve zaken is gezond.

9. Probeer niet te bekeren; respecteer het geloof van anderen. "We kunnen anderen inspireren door getuigenissen, zodat we door communiceren tot elkaar komen. Maar het ergste van alles is religieuze propaganda; die verlamt: "Ik praat met je om je over te halen". Nee. Iedereen heeft een dialoog nodig die begint met haar of zijn eigen persoonlijkheid. De kerk groeit door aantrekkingskracht, niet door propaganda" zei de paus.

10. Werk voor vrede. "We leven in een tijd van vele oorlogen" zei hij en de roep voor vrede moet schallen. Vrede geeft soms het idee dat zij rustig is, maar zij is nooit rustig, vrede is altijd pro-actief en dynamisch.

Bron: www.catholicnews.com

Dringend Beroep Van Kinderen Op Volwassenen



Hoe u ons kunt helpen:

- Bedenk dat uzelf soms ook een voetganger bent
- Geef ons tijd en ruimte om over te steken. Uw snelheid kan het voor ons verschil maken tussen leven en dood.
- Onthoud dat wij klein zijn en moeilijk te zien. Wees voorbereid op het onverwachte.

ALSTUBLIEFT:

- Neem de verkeersregels in acht.
- Houd uw snelheid in de gaten.
- Laat de trottoirs vrij.
- Houd zebrapaden vrij.

- Parkeer niet op schoolparkeerplaatsen.
- Houd nabije opritten vrij.
- Stop niet midden op de weg.
- Parkeer niet net voor een bocht.
- Open geen portier wanneer andere autos eraan komen.
- Wees geduldig- ga niet toeteren of word niet boos.
- Parkeer verantwoord.

Rijd voorzichtig- onze levens liggen in uw handen.

Bron: croxleygreen-pc.gov.uk/cg/meetings!/junior_council

NICK'S VERHAAL VERVOLG VAN BLZ 1

...driehonderd 2e-klassers van de middelbare school en ik was bloednerveus. Mij knieën knikten. Binnen 3 minuten huilde de helft van de meisjes en de meeste jongens hadden moeite hun emoties niet de overhand te laten nemen. Met name een meisje snikte erg. We keken allemaal naar haar en ze stak haar hand op. Ze zei: "sorry dat ik je onderbreek, maar kan ik naar je toe komen om je een knuffel te geven?"

Ze kwam naar me toe, omhelsde me voor de ogen van alle aanwezigen en fluisterde in mijn oor: "Dank je. Dank je. Dank je. Nog nooit heeft iemand me gezegd dat hij van me houdt en dat ik mooi ben zoals ik ben".

Haar dankbaarheid stimuleerde mij 44 landen te bezoeken en 2000 keer te spreken. Ik realiseerde me dat wij allen liefde en hoop nodig hebben en dat ik de bevoorrechte positie had om dit te delen met mensen over de hele wereld.

Terwijl ik aan de universiteit afstudeerde in zowel boekhouden als administratie werkte ik ook aan de verbetering van mijn spreekvaardigheid. Ik werkte samen met een coach die me hielp me te ontwikkelen als een presentator. Hij lette vooral op mijn body-language omdat in het begin mijn handen alle kanten opgingen!

Nadat ik het bedrijf Attitude is Altitude had opgericht begon ik te spreken over themas die motiveren.

Ik gaf mijn leven over aan Jezus en begon mijn levensweg met God te delen. Jezus heeft me de overwinning op alle problemen gegeven en heeft me in al mijn pijn getroost. Ik geloof dat je, wanneer je je geloof in God vindt, de groots mogelijke vrede, blijdschap en voldoening zult ervaren. Mijn geloof in God leidt mij ertoe te stimuleren, te delen en te reizen. We hebben een NGO opgericht onder de naam van Life Without Limbs (leven zonder ledematen) dat als platform dient om mij de gelegenheid te geven de wereld rond te reizen a mijn geloof in God te delen en de mensen duidelijk te maken hoe belangrijk het is Hem in je leven te hebben.

Hoewel ik in mijn jeugd geprobeerd heb zelfmoord te plegen wil ik nu zolang mogelijk van deze mooie wereld genieten. Ik heb ervoor gekozen mijn vertrouwen te vestigen op God. Ik weet dat er meer is in dit leven dan het oog kan zien. Ik heb een liefde ervaren die groter is dan wij kunnen bevatten. Ik kijk uit naar de Hemel, een werkelijke plek waar ik heen zal gaan, waar geen pijn meer zal zijn, geen dood, ziekte, geweld, misbruik of enige ander kwaad. Ik kan niet wachten tot ik armen en benen zal krijgen en verenigd zal worden met mijn geliefden wanneer we samen zullen komen in het echte "voor eeuwig gelukkige".

Ik kan nooit perfect zijn, hoe hard ik ook probeer. Om in de Hemel te komen moet ik vergeving krijgen voor alles wat ik verkeerd heb gedaan. Dat is waarom

Jezus, de zoon van God, voor de wereld is gestorven. Hij is de enige die uit de dood kon verrijzen en een zuiver leven kon lijden. Hij is gestorven voor mijn zonden en heeft mijn plaats ingenomen voor de straf op zonde, de dood zelf.

Sommigen geloven dat het onrealistisch is te geloven in Jezus. Ik zeg dat het heel logisch is diegene te volgen die beweerde God te zijn en het bewees door heilig te zijn en te verrijzen uit het graf.

Ik heb de kracht van mijn geloof gezien. Ik heb een persoonlijke relatie met Jezus. Wanneer je dat geloof niet deelt dan ben ik alleen dankbaar dat ik mijn geloof vandaag met jou kan delen.

Droom groot, vriend en geef nooit op. Wij maken allemaal fouten, maar niemand van ons is een fout. Leef dag voor dag. Sta open voor de positieve benaderingen, zienswijzen en waarheden die ik met je deel en ook jij zult overwinnen.

Ik houd van jullie ALLEMAAL,
Nick

Bron: www.attitudeisaltitude.com



10 Dingen Die Je Kunt Doen Om De Oceaan Te Redden

1. Wees je bewust van je 'Carbon Footprint' en verminder energieverbruik

Verminder het effect van klimaatverandering op de oceaan door wanneer mogelijk je auto thuis te laten staan en je bewust te worden van je energiegebruik thuis en op het werk. Enkele dingen waar je vandaag al mee zou kunnen beginnen: schakel over op spaarlampen, neem de trap, en in plaats van je thermostaat hoger of lager te zetten kun je je beter warmer kleden of een fan gebruiken.

2. Maak gezonde en duurzame keuzes bij het kiezen van zeevruchten

Wereldwijd neemt de hoeveelheid vis in zee af door te grote vraag, door het verdwijnen van habitat en door niet duurzame wijze van visvangst. Help, wanneer je boodschappen gaat doen of uit eten gaat, de vraag naar overbeviste soorten te verlagen door vis te kiezen die zowel gezond is als duurzaam.

3. Gebruik minder plastic producten

Plastic dat in de zee terecht komt draagt bij aan vernietiging van habitat en beknelt en dood tienduizenden zeedieren per jaar. Om jouw bijdrage hieraan te verminderen kun je i.p.v. plastic waterflessen hervulbare flessen meenemen, eten opslaan in herbruikbare bakjes, je eigen tassen meenemen voor je boodschappen en recyclen waar mogelijk.

4. Help het strand te schoon te houden

Of je nu houdt van duiken, surfen of lekker luieren op het strand: ruim altijd alles achter je op. Verken de zee en geniet ervan zonder de wilde dieren te storen of koraal en stenen te verplaatsen of mee te nemen. Ga nog een stapje verder en moedig ook anderen aan het zeemilieu te respecteren of deel te nemen aan plaatselijke strandschoonmaak dagen.

5. Koop geen dingen die het leven in zee schade toebrengen.

Bepaalde producten dragen bij tot beschadiging van tere koraalriffen en zeepopulatie. Vermijd de aanschaf van koraalsierraden, haaraccessoires gemaakt van schildpad (gemaakt van de Karetschildpad) en haaienproducten.

6. Wees een zee-vriendelijke dierenbaas.

Lees bij het maken van een keus voor voedsel voor je huisdier de labels en denk aan duurzaamheid. Gooi geen

kattengrit, dat ziekteverwekkers voor marine leven kan bevatten, door de wc. Stop geen in het wild gevangen zoutwater vis in je aquarium en laat geen aquarium vissen vrij in de zee of enig ander water, aangezien dieren die daar niet thuis horen het lokale ecosysteem kunnen bedreigen.

7. Steun organisaties die bijdragen aan de bescherming van de zee.

Veel organisaties en instellingen zetten zich in om het leven in de zee en de leefgebieden zelf te beschermen. Probeer een landelijke organisatie te vinden en overweeg hen financieel te ondersteunen of je aan te melden als vrijwilliger. Wanneer je dicht bij de kust woont sluit je dan aan bij een lokale groep en doe mee aan projecten dichtbij huis.

8. Probeer invloed uit te oefenen in je gemeenschap.

Bestudeer voor je gaat stemmen het beleid van lokale partijen op het gebied van het zeemilieu en neem contact op met lokale vertegenwoordigers om hen te laten weten dat je projecten ondersteunt die het zee-milieu willen onderhouden en beschermen. Overweeg ook restaurants en supermarkten te ondersteunen die alleen duurzame visproducten aanbieden en doe je mond open wanneer je op een menukaart of in een viszaak bedreigde vissoorten aantreft.

9. Bereis de zeeën op een verantwoorde manier

Gedraag je verantwoord wanneer je roeit, kanoet of enige andere vrijetijdsbesteding op het water beoefent. Gooi nooit iets overboord en wees je bewust van het leven onder water. Wanneer je voor je volgende vakantie je zinnen hebt gezet op het maken van een cruise zoek dan de meest eco-vriendelijke optie.

10. Leer meer over oceanen en het zeeleven.

Alle leven op aarde staat in verband met de zee en haar bewoners. Hoe meer je hierover te weten komt hoe meer je zult willen helpen dit ecosysteem gezond te maken en houden en deel dan vervolgens je opgedane kennis om zo anderen voor te lichten en te inspireren.

Bron: <http://ocean.nationalgeographic.com>

Hoe ik me Naji herinner...

God in Ons Leven

Wanneer we over God leren worden we een van Zijn instrumenten. Als jij en ik op eigen kracht verlossing zouden kunnen vinden had Jezus niet voor ons hoeven sterven.

Wanneer we ervoor kiezen Hem lief te hebben zal Gods genade ons sterken en redden. Geloof betekent dat je weet dat God echt is maar ongezien. Ik probeer dat te doen wat God mij ingeeft in mijn hart, niet wat mensen in mijn hoofd prenten. Geloof vertelt me ook dat Jezus mijn enige echte vriend is op wie ik altijd kan bouwen.

Je geloof leven door een stil voorbeeld te zijn verrijkt jouw leven en dat van anderen. We gebruiken onze hersenen om te denken, ons lichaam om arbeid te verrichten en ons hart om lief te hebben. Elke dag productief zijn is prachtig. Het doet er niet toe op welk gebied dat is. Het is niet belangrijk wat een ander doet; het gaat om jouw eigen resultaten. Wanneer we kleine negatieve gedachten binnenlaten zullen ze uitgroeien tot een zware last op onze schouders. Je kunt niet in een hand het goede houden en in de andere het slechte. Soms moeten we dingen accepteren die we eigenlijk niet willen accepteren. Niet alles in het

leven kan worden verklaard. Daden creëren onze persoonlijke waarheid. Bemin, werk en speel. Houd je vast aan je eigen waarheid ook al lijken anderen deze niet te zien.

Wanneer we verantwoordelijkheid nemen voor onze acties is het niet langer nodig uitvluchten te verzinnen voor de dingen die gebeuren. We kunnen onze gedachten filteren voor we spreken.

—Naji Cherfan



Sluit je aan voor
dagelijks nieuws en
inspirerende boodschappen.
Vind ons leuk op facebook.



[www.facebook.com/
najicherfanfoundation](http://www.facebook.com/najicherfanfoundation)

Mensen Worden Geboren Om Te Stralen

People Are Born To Shine is een twee-maandelijks e-nieuwsbrief van de Naji Cherfan Foundation, die zich richt op spiritualiteit en gezondheid. Het doel van People Are Born To Shine is onder onze lezers bewustwording te creëren betreffende gezondheids issues en ziekte preventie en hen te inspireren een zinvoller en rijker leven te leiden, geleid door de waarden van het christendom.

Deze nieuwsbrief is opgedragen aan mensen van elke leeftijd: aan hen die gezond zijn, aan hen die gezondheidsproblemen hebben en aan hen die een hersenbeschadiging hebben, veroorzaakt door een ongeluk, een hersenbloeding, enz.....

De inhoud van de nieuwsbrief wordt zorgvuldig geselecteerd uit betrouwbare bronnen op het internet om u goed nieuws te brengen over fysiek en spiritueel welzijn. The Naji Cherfan Foundation neemt echter geen enkele verantwoordelijkheid over eventueel onjuiste informatie.

De NCF wil graag erkenning uitspreken voor het toegewijde werk van haar vrijwilligers en wel Isabelle Boghossian, Marianne Debs, Me.Kamal Rahal, Me.Harold Alvarez, Zeina Constantine, Joyce Abou Jaoude, Rita Kassis, Marleine Nassrany, Diala Ghostine Nassrany, Dima Rbeiz, Father Joseph Abdel Sater, Father Joseph Soueid, Reine Kassis, Nabil Khoury, Roland Khoury, Father Elia Chalhoub, Valéria de Proença, Athena en Christina Georgotas, Violette Nakhle, Sawsan Bechara, Leopoldine Theophanopoulos, Roly Lakeman, Christina Monfeli en al die vrijwilligers die NCF ondersteunen door het woord van Jezus te verspreiden via hun instellingen, kerken, ziekenhuizen enz.....

Schrijft u zich voor een abonnement alstublieft in op onze website: www.najicherfanfoundation.org.

Deze editie is verkrijgbaar het Engels, Grieks, Arabisch, Italiaans, Spaans en Portugees

Redactievoorzitter van de Nederlandse editie: Roly Lakeman

Uitgever: CCM Group; Redactie adviseur: George C.Cherfan; Hoofdredacteur: Christina A.Bitars; Layout (indeling): Art Department van CCM Group.

USA medewerkers: Sana Cherfan, Kelley Nemitz en Patricia B. Cherfan.

© 2014 door de Naji Cherfan Foundation. Alle rechten aangaande uitgave en distributie zijn voorbehouden.