

# People Are Born To Shine!

## Mensen Geboren Om Te Schitteren!

Een nieuwsbrief geworteld in het christelijk geloof, gemaakt om iedereen te inspireren en te ondersteunen, ongeacht nationaliteit, ras en religie.



EMOTIONELE GEZONDHEID

SAMENVATTING HERDRUKT MET TOESTEMMING

## Hoe hoor je negativiteit aan - zonder het allemaal in je op te nemen

Er is een verschil tussen ondersteunen en bezitten. Haal diep adem en laat de lasten los die niet de jouwe zijn.

Ze haalde haar digibord tevoorschijn. Mijn ervaring is dat er een doorbraak komt wanneer een therapeut een digibord tevoorschijn haalt. Even daarvoor had ik mijn hart bij haar gelucht. Ik had niet verwacht dat er iets zou veranderen; Ik wist gewoon dat ik even de last kwijt moest.

'Ik hou van mijn kinderen,' zei ik. "Maar ik kan nauwelijks al mijn gevoelens aan, laat staan die van hen!"

Vooraf onze oudste deelde de laatste tijd alleen zijn negatieve gedachten met mij. Hij was toen negen, dus de meeste waren triviaal, maar bij mij hoopten ze op.... Mam, mijn oren doen pijn als ik zwem... Mam, ik mag mijn leraar niet... Mam, de yoghurt in mijn lunchbox was met lunchtijd warm....

Hij is nu bijna dertien, en we zijn nog steeds op dezelfde manier bezig – alleen zijn zijn klachten en wensen en behoeften wat... heftiger dan toen. (Om nog maar te zwijgen over alle negativiteit die ik van mijn andere kinderen krijg!)

Bedenk eens met hoeveel negativiteit je dagelijks te maken krijgt. En niet alleen van je kinderen, maar van bijvoorbeeld een pessimistische collega, een kritische ouderfiguur in je leven, of via een akelige Facebook-post.



### *In Deze Uitgave*

#### **Eetstoornissen nemen toe**

Het lijkt erop dat de ernst van de eetstoornis kan toenemen als gevolg van de Covid-19-pandemie.

#### **Hoe materialisme te ontmoedigen**

Uw kind heeft meer behoefte aan een veilig familiegevoel dan aan een ruim bezit.

#### **Technologie ter grootte van stuifmeel beschermt bijen tegen dodelijke insecticiden**

Beemunity is een nieuwe technologie om de bijen te redden.

#### **Deskundigen onderstrepen het belang van snelheidsregeling in voertuigen om verkeersongevallen te voorkomen**

De toekomst is om een schoolcurriculum te implementeren om veiliger gedrag op de weg in de hoofden van kinderen te versterken.

[www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org)

**NEGATIVITEIT ga verder op pagina 7**

# Het Aantal Eetstoornissen Neemt Toe

*De COVID-19-pandemie stelt mensen met eetstoornissen, die tot de dodelijkste psychische aandoeningen behoren, voor bijzondere uitdagingen, met als gevolg duizenden doden per jaar.*

In april 2019 publiceerde het American Journal of Clinical Nutrition (AJCN) "Het voorkomen van eetstoornissen over de periode 2000-2018: een stelselmatig onderzoek, waarin melding werd gemaakt van een toename van eetstoornissen wereldwijd.

Volgens Marie Galmiche groeide het aantal eetstoornissen percentagegewijs van 3,5% in de periode 2000-2006 tot 7,8% in de periode 2013-2018. De studie geeft aan dat hoewel van oudsher wordt aangenomen dat eetstoornissen voornamelijk vrouwen treffen", mannen een groeiend percentage vertegenwoordigen van personen die lijden aan anorexia nervosa en boulimia nervosa, twee van de meest voorkomende eetstoornissen. Bovendien wezen de auteurs erop dat uit deze studie bleek dat, hoewel vroeger gedacht werd dat eetstoornissen zich beperkten tot ontwikkelde westerse landen, eetstoornissen ook in grote mate voorkomen in Azië en zich ontwikkelende landen in het Midden-Oosten.

Sinds de publicatie van dit AJCN-artikel lijkt het erop, **dat het voorkomen en de ernst van eetstoornissen mogelijk nog meer stijgt als gevolg van de angst en stress die door de COVID-19-pandemie zijn ontstaan.**

SAMENVATTING HERDRUKT MET TOESTEMMING



iUit een onderzoek dat in juli 2020 in het International Journal of Eating Disorders werd gepubliceerd, bleek bijvoorbeeld dat over het algemeen personen met anorexia toen Corona toesloeg "een toename van de symptomen ervoeren".

Ook personen met boulimia nervosa en eetbuistoornissen gaven aan meer last te hebben van drang tot eten. "Eetstoornissen gedijen in isolatie", aldus Claire Mysko, de Chief Executive Officer van de National Eating Disorders Association (NEDA). En al kunnen familie en vrienden wel enige troost en steun bieden aan mensen die hun eetstoornis proberen te beheersen, het is voor velen in deze stressvolle tijden misschien niet genoeg. Als reactie hierop heeft NEDA een reeks online hulpbronnen en forums opgezet om mensen met eetstoornissen te helpen met virtuele ondersteuning te helpen en ondersteunen. Een daarvan is een hulplijn die individuen kunnen bellen voor vragen, ondersteuning en behandelingsopties voor zichzelf of voor iemand waar ze zich zorgen over maken.

Door eetstoornissen onder de aandacht te brengen, hoopt de ASN dat men onderzoek blijft doen, klinische zorg wordt verleend en middelen aangeboden blijven worden aan mensen die lijden aan een eetstoornis. Met onze steun kunnen we hen helpen bij het ontwikkelen en behouden van een gezond eetpatroon tijdens de COVID-19-pandemie en daarna.

Bron: nutrition.org

# Hoe Kun Je Materialisme Ontmoedigen?



**Wanneer kinderen naar de lagere school gaan, is het slechts een kwestie van tijd voordat andere kinderen, tv enz. hen bewust maken van de materiële wereld. Er zijn enkele dingen die ouders met jonge kinderen kunnen doen om een al te materialistische benadering van het leven te ontmoedigen.**

## GEEF EEN GOED VOORBEELD

Op deze leeftijd kijken kinderen nog meer op naar hun ouders dan naar hun leeftijdsgenoten, dus jij bent het beste rolmodel om je kind te helpen omgaan met onze gecompliceerde materiële wereld. Wanneer je wil voorkomen dat je kind een onverzadigbare verlangen naar bezittingen ontwikkelt, laat het dan zien dat je je behoudend en verstandig gedraagt. Geniet samen van etalages zonder iets te kopen om zo te laten zien dat het leuk is om naar winkeldisplays te kijken en ideeën op te doen voor cadeaus en andere aankopen, maar dat je niet elke keer dat je naar een winkel gaat iets hoeft te kopen.

## ZET DE TV UIT

Een groot percentage van uitgaven wordt veroorzaakt door kinderen, hetzij als kopers zelf of als drijvende kracht achter de koopbeslissingen van hun ouders. Beperk de blootstelling van je kind aan tv-commercials, en hij/zij zal minder snel een lange wensenlijst krijgen.

## ZEG NIET ALTIJD JA

Kinderen die alles krijgen waar ze om vragen, leren niet om met teleurstellingen om te gaan en ze leren niet te werken voor - of zelfs maar te wachten op - dingen die ze graag willen hebben. Doe jezelf en je kind een plezier door nee te zeggen op oneindige verzoeken, ook als dat in het begin driftbuien in de speelgoedwinkel uitlokt.

## LEER JE KIND WAT GELD IS

Kinderen op de lagere school kunnen de waarde van dingen leren kennen door er zelf voor te betalen. Door je kind zakgeld te geven, krijgt het contant geld in handen en

kun je het leren hoe dat te besteden. Wil je dat je kind zich aan bepaalde regels houdt betreffende waaraan het geld wordt besteed maak die dan al vanaf het begin duidelijk, zodat het vanaf het begin weet dat bijvoorbeeld de helft van het geld in de spaarpot moet en de andere helft besteed mag worden waaraan het zelf wil.

## LEER JE KIND PRIORITEITEN TE STELLEN

Vraag je kind een lijstje te maken van de drie dingen die hij het liefste wil en nummer ze vervolgens in volgorde van belangrijkheid. Wanneer hij/zij je helpt een doos met oud speelgoed weg te geven aan een goed doel, leert hij/zij in dat proces over empathie en vrijgevigheid.

## GEEF NIET TE GAUW TOE

Leer je basisschool-kind serieus na te denken over of hij dat nieuwe videospelletje echt wil door het erop te laten wachten. Laat het datgene wat het wil eens tekenen of beschrijven en hang dat dan op de koelkast, samen met een tijdlijn van dagen - bijvoorbeeld een of twee weken - tot het moment dat het eropuit kan gaan om het samen met jou te kopen.

## PROBEER ERACHTER TE KOMEN WAAROM JE KIND IETS WIL HEBBEN

Soms snakken kinderen (en volwassenen) naar bezittingen om een emotionele behoefte te vervullen. Als je merkt dat je zoon, die vroeger nooit zoveel om spelletjes gaf als zijn vrienden, plotseling een PlayStation 5 wil, vraag hem dan eens waarom dat spel zo aantrekkelijk is. Als het antwoord is dat zijn twee beste vrienden er allebei een hebben, kun je zeggen dat het oké is om van ander speelgoed te houden dan de rest.

## LAAT ZIEN HOE JE AAN ANDEREN KUNT GEVEN

Neem je kind eens mee wanneer je eten gaat brengen bij een zieke buurman of wanneer je als vrijwilliger in een gaarkeuken gaat werken. Dat soort voorbeelden en ervaringen kunnen een houding aanmoedigen die het materialisme krachtiger zal helpen bestrijden dan wat dan ook.

## BESTEED TIJD IN PLAATS VAN GELD AAN JE KINDEREN

Het is niet gemakkelijk in ons hectische leven om kinderen de tijd en aandacht te geven waar ze naar hunkeren, maar dat is wel de beste manier om de 'ik-willemetjes' weg te houden. Dus probeer je kind geen dingen te geven als vervanging voor tijd en aandacht. Probeer samen tijd door te brengen met dingen die niets kosten - ga naar het voetbalveld, naar de bibliotheek, maak wandelingen in de natuur en fietstochten, speel een spelletje. Wat je kind ook zegt, het wil - en heeft meer behoefte aan- een veilig familiegevoel dan een kamer vol bezittingen.

Bron: [beliefnet.com](http://beliefnet.com)



# Een methode om bijen te beschermen tegen dodelijke insecticiden

*Een door de universiteit van Cornell ontwikkelde technologie biedt imkers, consumenten en boeren een tegengif voor dodelijke pesticiden, die wilde bijen doden en ertoe leiden dat imkers gemiddeld per jaar circa een derde van hun bijenvolken verliezen.*

Onderzoeken tonen aan dat was en stuifmeel in 98% van de bijenkorven besmet zijn met gemiddeld zes pesticiden, die de weerstand van een bij tegen verwoestende mijten en ziekteverwekkers verlagen. Tegelijkertijd hebben bestuivende insecten een onmisbare functie bij het bestuiven van gewassen die, volgens de krant, leiden tot de productie van een derde van het voedsel dat we consumeren.

Het artikel richt zich op bestrijdingsmiddelen op basis van organofosfaat, die ongeveer een derde van de gebruikte insecticiden uitmaken. Een recente wereldwijde meta-analyse van onderzoeken naar residuen van pesticiden in bijenkasten wees uit dat momenteel vijf insecticiden voor bijen een aanzienlijke bedreiging vormen, waarvan twee op basis van organofosfaten.

De onderzoekers ontwikkelden een microdeeltje ter grootte van stuifmeel, gevuld met enzymen die organofosfaat-insecticiden ontgiften voordat ze worden opgenomen schade aanrichten bij de bijen. Door het beschermende omhulsel van het deeltje kunnen de enzymen de honingmaag van de bij passeren, die zuur is en enzymen afbreekt.

Microdeeltjes kunnen worden gemengd met stukjes stuifmeel of suikerwater, en zodra ze zijn ingenomen reizen de beschermde enzymen door de zure honingmaag naar de middendarm, waar de spijsvertering plaatsvindt en waar gifstoffen en voedingsstoffen worden opgenomen. Daar kunnen de enzymen de organofosfaten afbreken en ontgiften. Bijen die gevoed werden met microdeeltjes met een hoge dosis van het enzym hadden na blootstelling aan malathion een overlevingspercentage van 100%. En dat terwijl onbeschermde proef-bijen binnen enkele dagen stierven.

Het bedrijf Beemunity gaat nog een stapje verder. In plaats van de microdeeltjes te vullen met enzymen die een insecticide afbreken, werden de deeltjes voorzien van een omhulsel van insecteneiwitten en gevuld met een speciale absorberende olie, waardoor een soort microsponsje ontstaat. Veel insecticiden, waaronder veelgebruikte neonicotinoïden, zijn ontworpen om insecteneiwitten aan te vallen, dus het omhulsel van de microdeeltjes trekt het insecticide naar binnen waar het geïsoleerd wordt gehouden. Uiteindelijk poepen de bijen gewoon het geïsoleerde gif uit.

Bron: [sciencedaily.com](http://sciencedaily.com)



## Gebed tot Maria tijdens de corona pandemie

*O Maria,  
u schittert altijd op ons pad  
als een teken van redding en hoop.  
We vertrouwen onszelf aan u toe,  
gezondheid van de zieken,  
die bij het kruis deelnam aan Jezus'  
pijn,  
uw stevig staande houdend.  
U, redding van het Romeinse volk,  
weet wat we nodig hebben,  
en we weten zeker dat u zult  
voorzien,  
zodat wij, net als in Kana in Galilea,  
weer vreugde mogen zien en  
mogen feesten  
na deze tijd van beproeving.  
Help ons, moeder van Goddelijke  
Liefde,  
om de wil van de Vader te  
aanvaarden  
en te doen wat Jezus ons zei,  
die zelf ons lijden op zich nam  
en ons verdriet droeg,  
om ons, door het kruis, te leiden  
naar de vreugde van de verrijzenis.  
Amen.*

— PAUS FRANCISCUS

Gebedshoek



## Deskundigen onderstrepen het belang van snelheidsvoorschriften voor voertuigen om verkeersongevallen te voorkomen

**Tijdens een recent webinar georganiseerd door CUTS International, een in Jaipur gevestigde NGO, als onderdeel van de zesde Global Road Safety Week van de Verenigde Naties, onderstreepten experts het belang van snelheidscontrolemechanismen om verkeersongevallen te voorkomen.**

“Lage snelheid op straat is de sleutel tot het bereiken van ‘Vision Zero’, dat erop gericht is maar een elke verkeersdode te voorkomen. Snelheidsbeperking kan verkeersongevallen voorkomen en hun impact verminderen. Een gemiddelde snelheidstoename van één kilometer kan leiden tot een stijging van het aantal ongevallen met drie procent”, aldus deskundigen.

Het webinar belichtte de rol van

CUTS en hun oproep tot verkeersinstanties om de maximumsnelheid voor motorvoertuigen op snelwegen en in bebouwde kom te verlagen. Ook kwamen verschillende overheidsinitiatieven en programma's op het gebied van verkeersveiligheid aan de orde, zoals het implementeren van verkeerslessen op school met als doel bij kinderen een veiliger gedrag op de weg in te prenten.

Professor Bhargab Maitra onderstreepte het belang van toegankelijke methodieken om verkeersveiligheid te waarborgen. Hij ging in op verschillende technische hulpmiddelen en manieren van snelheidsbeheer, zoals registratie- en rapportagemethoden en elektronische snelheidsbewaking, en hij benadrukte daarnaast de noodzaak het aantal handhavingsfunctionarissen en beleidsmakers.

Deskundigen wezen erop dat de kwetsbare weggebruiker het meest worden getroffen door hoge snelheden. Ze benadrukten het nut van verkeersregelapparatuur, centraal bewaakte verkeerslichten en het opleggen van snelheidslimieten via GPS en snelheidsregelaars, hetgeen allemaal kan bijdragen aan de verkeersveiligheid.

*Bron: [auto.economictimes.indiatimes.com](http://auto.economictimes.indiatimes.com)*

**LIKE ONZEE FACEBOOK PAGINA!**

Klik om dagelijks nieuws en inspirerende berichten te ontvangen!



# Anonieme Gever

*Let op dat jullie de gerechtigheid niet beoefenen voor de ogen van de mensen, alleen om door hen gezien te worden.*

—Mattheüs 6:1

Voor Christopher, een lichamelijk gehandicapte veteraan, waren dagelijkse activiteiten uitdagender geworden, het duurde langer ze te voltooien en verergerden zijn pijn. Toch deed hij zijn best om zijn vrouw en kind te helpen. Voorbijgangers zagen hem wekelijks een handmaaimachine gebruiken om zijn gazon te maaien.

Op een dag ontving Christopher een brief - en een dure zitmaaimachine - van een anonieme donor. De voldoening van de anonieme gever lag in het voorrecht iemand in nood te kunnen helpen.

Jezus zegt niet dat we altijd alles anoniem moeten, maar Hij herinnert ons er wel aan om te na te denken over wat ons motief is wanneer we geven (Mattheüs 6:1). Hij zei ook: "Als je aan de armen geeft, bazuin dat dan niet rond, zoals de huichelaars in de synagogen en op straat, om door anderen geprezen te worden" (vers 2). Hoewel God van ons verwacht dat we gul, vrijgevig zijn, moedigt Hij ons aan geen goede daden te doen in het bijzijn van anderen met het doel lofbetuigingen of speciale erkenning te ontvangen (vers 3).

Wanneer we ons realiseren dat alles wat we hebben van God komt, kunnen we anonieme gevers zijn die zichzelf niet op de schouder hoeven te kloppen of de waardering van anderen willen winnen. Onze alwetende Gever van al het goede verheugt zich in de oprechte vrijgevigheid van Zijn volk. De grootste beloning is Zijn goedkeuring .

—Kochitl Dixon

Bron: odb.org



## BEZIN & BID

*Hoe heeft God je geholpen door een anonieme gift van iemand anders? Wie kun jij vandaag nog helpen met een anonieme gift?*

*Lieve God, zegen mij alstublieft met mogelijkheden om net zo onbaatzuchtig en offerend te geven als U aan mij hebt gegeven.*

## Gaat u Het Werk Van NCF voortzetten?

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 levenskwaliteit van de allerarmsten van alle leeftijden te verbeteren, zowel van gezondemensen als van mensen met gezondheidsproblemen, of mensen met enige vorm van hersenbeschadiging veroorzaakt door een ongeluk, een hersenbloeding, enz..

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

[info@najicherfanfoundation.org](mailto:info@najicherfanfoundation.org)

## Citaat!

*“Niemand is perfect - daarom hebben potloden gummetjes.”*

— Wolfgang Riebe



**NEGATIVITEIT** vervolg van pagina 1

Maar terug naar het kantoor van mijn therapeut...

Mijn therapeut zette haar digibord op haar schoot en zei dat het een weergave was van een continuüm. Aan de ene kant tekende ze een cirkel met een stippellijn en aan de andere kant tekende ze een cirkel met een ononderbroken lijn.

Daarna tekende ze pijlen die naar elke cirkel wezen, maar slechts één van de cirkels (die gemaakt van een stippellijn) werd doorboord door de pijlen. De pijlen die naar de andere cirkel (de aaneengesloten lijn) wezen, konden er niet doorheen.

'Jij,' zei ze, 'bent de gestippelde cirkel. We noemen dat 'verstrikt'. Alles komt er doorheen. Je neemt het allemaal in je op.'

Ze voegde eraan toe dat we ook niet helemaal los van alles willen staan (de ononderbroken cirkel aan de andere kant van het witte bord). Dat gaat weer te ver. Dan komt er niets binnen en het is een afstandelijke manier van leven, zowel voor onszelf als voor de mensen om ons heen.

Dus wat willen we nu? Je raadt het al – de gouden middenweg! Ze tekende een tiental sterren precies tussen de twee cirkels op het bord.

**Als je het mij zou vragen zou ik zeggen dat de meeste vrouwen de fout maken dat ze overdreven doorlaatbaar zijn - dat ze de cirkel zijn die is gemaakt van een stippellijn.**

We weten hoe onze kinderen over elk van hun vrienden denken, hoe andere moeders over elkaar denken, wat onze collega's van hun werk vinden, hoe onze echtgenoten hun brood klaargemaakt willen hebben!

En soms bepaalt dat wat we weten - al die informatie die we hebben opgenomen - hoe we ons voelen.

Waar we echter naar op zoek zijn, is een balans tussen doorlaatbaar (of verstrikt, zoals mijn therapeut het noemde) en ondoordringbaar (of afstandelijk) Dus als jij degene bent die dit vandaag moet horen, besef dan dat: niet ieders mening op jouw schouders hoeft te rusten.

Dat je niet iedere positieve of negatieve opmerking hoeft te onthouden. Dat niet elke klacht van je kind verholpen hoeft te worden. Het is oké om het alleen aan te horen... en los te laten.

## *Drie stellingen om je te helpen negativiteit op afstand te houden*

### 1. JIJ BENT HET OOG VAN DE STORM.

Je weet hoe een orkaan kan razen, maar hoe diep van binnen er een kleine cirkel van stilte is? Elke keer als ik geconfronteerd wordt met iets dat ik mijn innerlijke rust niet wil laten verstoren probeer ik mezelf als het oog van de storm te zien. Ik ben het oog van de storm. Die negativiteit komt nu niet binnen.

### 2. HET IS NIET DE BEDOELING DAT JE DRAAGT WAT NIET VAN JOU IS.

Deze is speciaal voor de gevoeligen onder ons: het is niet de bedoeling dat je draagt wat niet van jou is. Je kunt wel even helpen een last te dragen; je kunt een geliefde steunen in tijd van nood, maar onthoud dat als die last de jouwe zou zijn, je die zelf zou hebben gekregen om te dragen.

Er is een verschil tussen ondersteunen en bezitten. Haal diep adem en laat de lasten los die niet de jouwe zijn.

### 3. DE MEESTE KLACHTEN ZIJN EEN SCHREEUW OM AANDACHT- NIET EEN SCHREEUW OM HULP.

Wanneer je kunt voorkomen dat je verstrikt raakt - door al die negatieve gevoelens binnen te laten - zul je beter in staat zijn te herkennen wat zich onder de oppervlakte afspeelt.

Wanneer je zoon met negativiteit bij je komt is het misschien helemaal niet nodig voor jou om het probleem op te lossen maar meer om er gewoon te zijn voor hem. En misschien kan je dochter best leven met een piepende deur, of met de manier waarop haar broer aan tafel kauwt, maar ze kan niet gedijen zonder jou.

Hetzelfde geldt voor de negativiteit die we horen van collega's, vrienden, echtgenoten, ouders - wie dan ook. De meeste klachten zijn een poging tot verbinding - geen schreeuw om hulp.

'Mam,' zei mijn zoon later die avond, lang nadat ik de bank van mijn therapeut had verlaten. "Moeten we dit eten voor avondeten?"

"Ja, maat. Dit is wat ik heb gemaakt. Maar vertel me eens over het lekkerste eten dat je OOIT hebt gegeten. Ik wil er alles over horen."

Bron: [ericalayne.co](http://ericalayne.co)

## Hoe ik me Naji herinner...

### Fragment uit *Virtueel Geduld*

Bladzijde 34: **EPILOG**

Van 1999 tot 2001 reisden Naji en zijn vader naar therapiecentra in Arizona, Texas en Florida. In elke stad vonden ze goede artsen en mensen die hebben bijgedragen aan Naji's herstel en vooruitgang.

Ten slotte verhuisde hij naar Florida, waar hij veel goede vrienden had. Hij studeerde multimedia aan het Art Institute van Fort Lauderdale en keerde daarna terug naar Griekenland, waar hij zich inschreef bij BCA (Business College of Athens) en afstudeerde met een associate's degree in E-Business.

De afgelopen drie jaar heeft hij in het familiebedrijf gewerkt in administratie en public relations.

Tijdens de jaren van herstel is hij blijven schrijven en herschrijven. Zijn reis is er een van vastberadenheid, moed en verandering. Zijn meest recente gedachten zijn samengevat in de laatste bladzijden van dit boek.

Dit zijn de woorden van een man die een traumatische ervaring heeft gehad en die omzette in een veranderde levenswijze.

Naji Cherfan was 17 toen hij de "twee-seconden-ervaring" had die hem dwong alles te herzien wat hij ooit had gekend en geleerd. Op 20 november 2005 werd hij 27. Deze 10 jaren van zijn leven worden onthuld in 'virtuele notities'.



## Menschen Sind Geboren Um Zu Glänzen!

*People are Born To Shine* is een elektronische nieuwsbrief van de Naji Cherfan Foundation die zich richt op spiritualiteit en gezondheid. Het doel van People is Born to Shine is de aandacht van onze lezers te vestigen op gezondheidsproblemen en ziektepreventie en hen te inspireren t een zinnvoller en rijker leven te leiden, gebaseerd op christelijke waarden. Deze nieuwsbrief is bedoeld voor mensen van alle leeftijden, gezonde mensen, mensen met gezondheidsproblemen en mensen met hersenletsel van welke aard dan ook, die het gevolg zijn van een ongeluk, een beroerte, enz.

De inhoud van de nieuwsbrief wordt met zorg geselecteerd uit betrouwbare bronnen om positief nieuws te brengen over gezondheid en spiritueel welzijn ... *De Naji Cherfan Foundation* neemt echter geen verantwoordelijkheid voor onnauwkeurige informatie. De NCF wil graag het toegewijde werk van haar vrijwilligers erkennen, vooral mr. Kamal Rahal, mr. Harold Alvarez, Joyce Abou Jaoude, Marleine Nassrany, Dima Rbeiz, Reine Kassiss, Nabil Khoury, Roland Khoury, Camille Cherfan, Rémy Kfoury, Michel Eid en alle vrijwilligers die NCF ondersteunen bij het verspreiden van het woord van Jezus via hun instellingen, kerken, ziekenhuizen, enz.

Deze uitgave is beschikbaar in het Arabisch, Engels, Grieks, Nederlands, Frans, Spaans, Portugees en Duits. Het management en het personeel van de NCF zijn erg dankbaar voor de inspanningen van de redacteurs die op vrijwillige basis de nieuwsbrief vertalen in verschillende talen en / of bewerken, namelijk, Isabelle Boghossian voor de Griekse taal, Cristina Buttler voor de Portugese taal, Myriam Salibi voor de Franse taal en Rita Abou Jaoudi als recensent, professor Lydia en ambassadeur Alejandro Diaz voor de Spaanse taal, Heike Mayer voor de Duitse taal, Roly Lakeman voor het Nederlands, Lina Rizkallah en Rita Abou Jaoude voor de Arabische taal.

Meld je voor GRATIS abonnementen aan op onze website: [www.najicherfanfoundation.org](http://www.najicherfanfoundation.org) of bel ons op +961 (0) 4 522 221. ALLES op onze website kan GRATIS worden gedownload.

Uitgever: CCM Group; Editorial Consultants: George en Sana Cherfan en Kelley Nemitz ; Recensent: Sana Cherfan; Redacteur van de Engelse taal: Kelley Nemitz, Layout: Art Department, CCM International, Greece & Rita Abou Jaoude, Lebanon.

© 2021 door The Naji Cherfan Foundation. Alle rechten inclusief publicatie en distributie zijn gereserveerd.