...van hart tot hart...

Tijdschrift voor Attitudinal Healing en Een Cursus in Wonderen. Los nummer € 3,50

Jaargang 2, mei 2002

2

Colofon
Jaargang 2, nr. 2, mei 2001
…van hart tot hart…, tijdschrift voor Attitudinal Healing en Een Cursus in Wonderen, is de opvolger van het tot augustus 2000 verschenen Attitudinal Healing Nieuws. Het is een uitgave van de Stichting Centrum voor Attitudinal Healing en verschijnt vier keer per jaar (feb., mei, aug. en nov.).
Redactie en administratie:
Stichting Centrum voor Attitudinal Healing
Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld.
Tel: 043-3647987 (dinsdag en vrijdag);
fax: 043-3647987;
e-mail: AHjoyEls@hetnet.nl ;
website: www.ahnl.org
Eindredactie: Anita Koster en Els Thissen
Redactie: Anja van Aarle, Clea Betlem, Anita Koster, Emilia van Leent, Els Thissen en Annemarie van Unnik
Medewerker: Marrigje Dijksma
Vertalingen: Emilia van Leent, Albertine van der Zee
Illustraties: Annemarie van Unnik
Foto's: Clea Betlem
Vormgeving: Oudejans Grafische Vormgeving, Alkmaar
Druk: Practicum Grafische Bedrijven, Soest
Oplage: 1500

Administratie: Claire Fangman
Webmaster: Antonet den Boer
Advertenties: 1/1 pag. 136; 1/2 pag. 68; 1/4 pag. 38,50; 1/8 pag. 23.
Losse nummers: 3,50 excl. verzendkosten

…van hart tot hart…Gun uzelf een abonnement op jaargang 2002 door overmaking van:
-Nederland: 14 of meer op postgiro 8905507
-België: 20 of meer op Dexia Bank Maasmechelen nr. 088-2190186-18
-andere landen: 20 of meer op postgiro 8905507
t.n.v. Stichting Centrum voor Attitudinal Healing te Moorveld o.v.v. 'jaargang 2002'
De bankkosten voor betaling uit het buitenland zijn voor rekening van de abonnee.
Een abonnement gaat in op 1/1 en loopt tot wederopzegging.
Opzeggingen vóór 1 december.

INHOUDSOPGAVE

3 Van de redactie

ARTIKELEN
4 Kleinheid of grootheid, een keuze
6 Tel je zegeningen

DE PRINCIPES VAN AH
8 Principe 7 en de Cursus

EEN WONDER IN DE PRAKTIJK
10 Mijn weg naar huis

UIT DE GROEPEN
11 Ik heb het zoekend gevonden

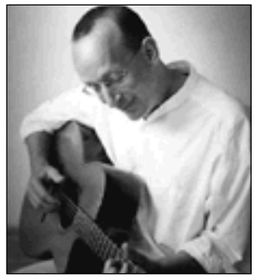
UIT DE WORKSHOPS EN TRAININGEN
12 Jij bent het op wie je gewacht hebt

BOEKEN EN CD's
13 De meest gestelde vragen over ECIW
13 CD lijst
14 Interview met Steven Walters
15 Het zevenvoudige pad van Franciscus van Assisi

AH-GROEPEN EN ACTIVITEITEN
16 Activiteiten van het Centrum voor AH i.s.m. centrum voor Miracles-studies
18 Attitudinal Healinggroepen
18 Intervisiegroepen

Kleinheid of grootheid, een keuze. Pag. 4

Tel je zegeningen. Pag. 6



Steven Walters. Pag 14

Veel gebruikte termen en afkortingen
AH - Attitudinal Healing: het helen van je innerlijke houding, **ECIW** - Een Cursus in Wonderen: boek waaruit de principes van AH stammen, **Facilitator** - iemand die het groepsproces vergemakkelijkt.

Stichting Centrum voor Attitudinal Healing: Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld. Tel/fax: 043-3647987; e-mail: AHjoyEls@hetnet.nl. Website: www.ahnl.org
Bestuur: Anja van Aarle, Marie-Thérèse Bergmans, Beppie Cloo, Claire Fangman, Emilia van Leent, Els Thissen.
Raad van Advies: Dr. Jerry Jampolsky, *grondlegger Attitudinal Healing, auteur, psychiater,* Dr. Diane Cirincione, *auteur, psycholoog,* Dr. Willem Glaudemans, *auteur, eindredacteur Nederlandse vertaling A Course in Miracles,* Phoebe Lauren, *auteur, jurist,* Irene van Lippe-Biesterfeld, *auteur, begeleidster van veranderingsprocessen,* Fred Matser, *co-initiator van humanitaire en ecologische projecten,* Mr. Paul van Teeffelen, *rechter.*
Donaties voor ondersteuning van de activiteiten van de Stichting zijn welkom op: Rabobank: 33.49.31.061 of gironummer: 47.84.297; België: Dexia Bank Maasmechelen 088-2190186-18 t.n.v. Centrum voor Attitudinal Healing. KvK 41194138.

Kopij: Geregeld hebben we plaats voor bijdragen van lezers over (hun ervaringen met) Attitudinal Healing en/of Een Cursus in Wonderen. Type- en redactieaanwijzingen worden op verzoek toegezonden. Teksten kunnen door de redactie ingekort en/of geredigeerd worden. De redactie stelt zich niet verantwoordelijk voor de ingezonden artikelen. Plaatsing daarvan betekent niet automatisch, dat de redactie achter de inhoud van het artikel staat.
© Stichting Centrum voor Attitudinal Healing. Geen overname zonder schriftelijke toestemming.

Foto omslag en pag 7 en 12: Clea Betlem.

…VAN DE REDACTIE

Dit is alweer het tweede nummer van de tweede jaargang van *…van hart tot hart*….We zijn blij met de kopij die we toegestuurd krijgen. We hebben niet zo heel veel ruimte in het blad, dus sommige artikelen moeten helaas een poos wachten voor ze geplaatst worden. Soms horen we dat we een echt vrouwenblad zijn. Maar weet: mannen zijn ook uitgenodigd om te schrijven! Gelukkig weet Klaas Vos, van wie u regelmatig een bijdrage aantreft, dit al.

Wat hebben we voor u in het komende nummer? Els Thissen beschrijft in haar artikel 'Kleinheid of grootheid' hoe we telkens weer kunnen kiezen om ons met onze grootheid of liefde te verbinden of ons daarvan af te sluiten. Ze zegt: 'Elke keuze die ik maak is een bevestiging van wat ik denk over mezelf. … Uiteindelijk, hebben we in wezen geen keus. We zijn liefde, dat is de enige waarheid.'
Nou, dat is dan weer een pak van mijn hart. In wezen kan er niets verkeerd gaan. Hoe vaak ik me ook vergis. Ik heb dit al zo vaak gehoord, en toch voelt dit telkens weer als een geruststelling.
Jerry en Diane tellen hun zegeningen: 'Laat ons doorgaan met het tellen van onze zegeningen in plaats van onze smarten'. Dat hoort echt bij principe 7: 'We kunnen liefde zien in plaats van fouten.' Over dit principe in relatie met Een Cursus in Wonderen, schrijft onze vaste medewerkster Marrigje Dijksma.
Annemarie van Unnik, ons nieuwste redactielid, levert op een geheel eigen en humoristische wijze een bijdrage aan onze rubriek 'Een wonder in de praktijk'. Ze beschrijft hoe ze een collega leert ervaren zonder de afscheiding van zware gordijnen. Zou daar de term 'ijzeren gordijn' vandaan komen? Franciska Bos interviewde Paula van Wijnhoven, deelneemster aan een AH-groep in Roermond en in de rubriek 'Uit de trainingen en workshops' vindt u een bijdrage over een intensieve workshop in Duitsland. Als je dat leest, weet je dat de wonderen de wereld nog niet uit zijn.
Voor de liefhebbers is er een interview met Steven Walters over zijn muziek. Tot slot zijn er nog boekbesprekingen en natuurlijk illustraties van Annemarie van Unnik. Klaas Vos is er deze keer niet bij!

Als ik de zegeningen van *…van hart tot hart…* tel, zie ik: lezers, abonnees, donateurs, kopij, reacties, artikelen, foto's, columns, illustraties, vertalingen en de redactie. Wat een zegeningen!

Anja van Aarle

De principes van Attitudinal Healing

1 De kern van ons wezen is liefde.
2 Gezondheid is innerlijke vrede. Genezen is angst laten varen.
3 Geven en ontvangen zijn in wezen één.
4 We kunnen het verleden en de toekomst loslaten.
5 NU is de enige tijd die er is en elk moment is bestemd om te geven.
6 We kunnen leren van onszelf en anderen te houden door te vergeven in plaats van te veroordelen.
7 We kunnen liefde zien in plaats van fouten.
8 We kunnen er bewust voor kiezen van binnen vredig te zijn, wat er ook maar buiten ons gebeurt.
9 We zijn leerlingen en leraren voor elkaar.
10 We kunnen ons concentreren op het leven als geheel in plaats van op fragmenten.
11 Omdat liefde eeuwig is, hoeft de dood niet als iets beangstigends te worden gezien.
12 Wij kunnen onszelf en anderen altijd zien als mensen die óf liefde verspreiden, óf een beroep doen op liefde.

Als een motorrijder zijn motor dwars op het verkeer zet en afstapt, dan weet je het wel. Zo'n potige man in een leren pak die opeens besluit dat actie nodig is… Een vrouw zag het vanuit haar auto en pakte haar mobieltje al om de politie verslag te doen van de matpartij die komen ging.
Ze schreef er later over… 'Hij bukte en kwam overeind met een handvol jonge eendjes. Voorzichtig zette hij ze aan de kant. Sorry motorrijder!'

Uit: Trouw, 8/12/01, deel 4 van een serie over agressie in het verkeer

Kleinheid of grootheid, een keuze

Elke keer als ik een Attitudinal Healing-groep of een Course-groep begeleid en mensen uitnodig innerlijk werk te doen, te kijken naar de waarheid in zichzelf, zijn er mensen die dat ook willen. En telkens weer ben ik ontroerd door de integriteit en de royaliteit, waarmee mensen dat doen. De innerlijke schoonheid die dan gedeeld en daardoor zichtbaar wordt, is adembenemend. Het maakt me stil en vol van respect.

Els Thissen

Wat ik dan zie, is dat iemand zichzelf de gelegenheid geeft contact te maken met de grootheid in zichzelf. De grootheid die er altijd is, die altijd te vinden is als je ernaar wilt kijken of als je bereid bent er contact mee te maken. De grootheid die inspireert, je leven creatief gestalte geeft, vreugde en blijheid geeft en ons laat ervaren wat de betekenis van liefde is.
Op die momenten gaan we voorbij aan de kleine gedachten die we regelmatig hebben over onszelf en die maken dat we onszelf in kleinheid presenteren aan anderen en onszelf. Elke gedachte los van wie we in wezen zijn, los van onze kern die in wezen liefde is, brengt ons in het gebied van kleinheid, in het gebied van oordelen en vergelijken. En zodra we daar zijn beland, is het uit met onze innerlijke vrede. Als we helder hebben hoe dit mechanisme werkt, zien we onszelf in feite telkens voor de keuze staan om te kiezen voor een gedachte in overeenstemming met liefde, of een gedachte die daar tegenin gaat. Een gedachte in overeenstemming met mijn kern, of een gedachte die daar haaks op staat.

Is dit echt wat ik wil?
Als ik een gedachte kies die haaks staat op wat ik in wezen ben, voel ik meteen dat ik dat heb gedaan. Dat zijn de momenten dat ik ervoor kies om te vergelijken, mezelf met anderen of mezelf in een zogenaamd slecht moment met mezelf in een 'goed' moment, om daar vervolgens conclusies aan te verbinden, te oordelen, boos te zijn, verwijten te maken, contact te verbreken, te verharden en gelijk te willen hebben. In feite zet ik mijzelf op dat moment buiten de alom aanwezige liefde. Niet dat ik dat écht kan doen. Maar ik doe iets, waardoor ik de alom tegenwoordige liefde niet meer ervaar op dat moment. Ik sluit mezelf af voor het ervaren van liefde in mezelf en zo ook voor de ervaring van liefde in contact met een ander. Wat zo prachtig is, is dat er ook dán geen sprake van schuld of zonde is. Ik ben niet schuldig of zondig. Het is gewoon dat wat ik doe. Kennelijk omdat ik geen beter alternatief heb op dat moment. Omdat ik niet weet hoe ik het op dat moment anders had kunnen doen. Zo'n keuze om mezelf af te sluiten en uit contact met mijn kern te gaan, wat ik me overigens niet eens altijd bewust ben, brengt me in een toestand waarvan ik mezelf al snel, of minder snel, afvraag of dat echt is wat ik wil. En het antwoord is daar na kortere of langere tijd altijd 'NEE' op. Soms is het antwoord 'NEE, dit is niet wat ik wil, maar nu nog even wel'. Maar uiteindelijk is het antwoord altijd 'NEE, dit is niet wat ik voor mezelf wil'.

Wij zijn liefde
Wat ik altijd voor mezelf wil is liefde, vreugde, geluk, vrede, blijdschap. Als ik me dat kan herinneren, volgt de uitnodiging aan mezelf om me daarmee te verbinden. Om een nieuwe, een andere keuze te maken. Om me weer te verbinden met mijn natuurlijke grootheid.
Elke keuze die ik maak, is een bevestiging van wat ik denk over mezelf. In de keuze die ik maak, leer ik mezelf de les van wél of niet in verbinding te zijn met liefde. Ik leer hoe het is om over mezelf het idee te hebben wél of niet liefde waard te zijn.
De kern van ons wezen is liefde zegt principe 1 van AH. Dit principe zegt niet: 'Áls je het waard bent is de kern van je wezen liefde'. Het zegt gewoon: 'De kern van je wezen is liefde'. De grootheid is in je. Dat betekent dat je er niets voor hoeft te doen. Het is er, het kan niet kwijtraken. Ik kan hooguit vergeten dat het in me is en mezelf waarnemen als iets anders. Als kleiner dan groot. De uitnodiging is dus, telkens als ik het vergeten ben, om me weer te herinneren dat ik me kan verbinden met wat waar is over mezelf: de kern van mijn wezen is liefde. Telkens wanneer ik mijn contact met liefde verloren lijk te hebben, opnieuw de keuze te maken om me open te stellen voor de ervaring van liefde, voor mijn grootheid. Te leven wat ik in wezen ben. Als we spreken over wat onze verantwoordelijkheid in het leven is, kan ik niets anders bedenken dan de verantwoordelijkheid om dat te leven wat we in wezen zijn. Niet dat wij het zijn die liefde moeten scheppen. Dat kan niet eens, die is er namelijk al. We hoeven ons slechts te realiseren dat die er is en ons ermee te verbinden. Er ja tegen te zeggen.
Elke andere keus, elke keus voor kleinheid, is feitelijk een keuze tegen onszelf. En elke keuze die ingaat tegen wat we in wezen zijn, is een zeer pijnlijke keus, omdat die ingaat tegen wat 'waar' is over onszelf.
Als je er zo naar kijkt zou je kunnen zeggen, dat we uiteindelijk geen keus hebben. De keus is al 'in waarheid' gemaakt, wij zijn liefde. En dat is wat wij vaak niet beseffen. Het is dan ook geen wonder dat we ons soms schuldig voelen. Niet omdat we schuldig zijn. We voelen ons schuldig, omdat we het als pijnlijk ervaren dat we ons anders voordoen dan we in wezen zijn. En dat we dat in wezen ook weten. We doen ons voor als klein en realiseren ons dat we onze grootheid daarmee onder het vloerkleed vegen, onder de tafel moffelen, ontkennen, verduisteren. En dan verbazen we ons ook nog dat we in het donker zitten. Vaak hoor ik van mensen dat het hun diepste wens is om gelukkig te zijn. In feite is het dat, wat we het beste kunnen, als we het ook doen. Onze kleinheid leven kunnen we eigenlijk niet. Als we dat doen, voelen we ons er namelijk ongelukkig bij. Als we het écht konden, onze kleinheid leven, zouden we ons daar namelijk ook gelukkig bij voelen. In feite is het enige wat we echt kunnen, gelukkig zijn.

De keuze voor licht of donker
De uitnodiging aan ons is, om telkens weer het innerlijk licht aan te steken. Het aan te doen en aan te laten. En als we het zelf weer uitgedaan hebben, het weer aan te doen. Soms geloven we dat anderen ons licht uitmaken. Maar als we écht kijken zien we, dat in feite ook op zo'n moment, het licht in onszelf is uitgegaan. De vraag is dan natuurlijk, waar zit de schakelaar?
Sommigen zijn zo ervaren in het uit- en aandoen van het licht, dat zij goed weten waar de schakelaar in henzelf zit. Anderen zijn zich minder bewust van het bestaan van een schakelaar of hebben deze nog niet kunnen vinden. Een lichtknop zoeken in het duister kan net zoiets zijn als je bril zoeken zonder bril op. Je kunt het als lastig ervaren. We zouden onszelf op zo'n moment kunnen afvragen: 'Is dit wat ik werkelijk wil voor mezelf? Is dit de les die ik mezelf wil leren?' Als je antwoord daarop 'Ja' is, ga dan door met wat je doet of stop ermee. En als je antwoord daarop 'Nee' is, ga dan door met wat je doet of stop ermee. Dat is namelijk wat we doen. En ook dan ben je nog steeds niet schuldig. De keuze die je daarin maakt, dat wat je wel of niet doet, bepaalt wat je jezelf onderwijst. Soms gaan we door met waar we zelf hinder van hebben en soms stoppen we ermee. Telkens weer handelen we of vanuit onze kleinheid, of vanuit onze grootheid. Telkens weer kunnen we besluiten kleinheid te geven en te aanvaarden of grootheid te geven en aanvaarden.
Je kunt onderzoeken wat je daardoor ervaart. Wat je jezelf daarmee aanbiedt. Als je denkt dat stoppen met kleinheid een 'offer' is, weet dan dat het een offer is in de wereld van kleinheid.
Weet dat je uitgenodigd bent te ervaren wat de wereld van grootheid je biedt. De wereld waarin uiting en gestalte gegeven wordt aan dat wat je in wezen bent. Weet dat je uitgenodigd bent! ●

Tel je zegeningen

Kortgeleden, op weg naar het vliegveld, waar ik (Jerry) zou vertrekken naar Hawaï, stelde Diane voor dat dit een prachtige dag zou worden als we ieder half uur, waar we ook zouden zijn, een moment stil zouden zijn om onze zegeningen te tellen. Dit leek me een geweldig voorstel en ik beloofde Diane me aan te sluiten bij dit voornemen.

Gerald Jampolsky en Diane V. Cirincione
Vertaling: Albertine van der Zee

De afgelopen dagen waren compleet gevuld met allerlei zaken die moesten worden geregeld, zonder veel rustige momenten. Diane zou zich pas een week later bij mij voegen in Hawaï door afspraken in San Francisco en dat vooruitzicht maakte mij niet blij. Nadat ik plaatsgenomen had in het vliegtuig, opende ik mijn laptop. Die was overladen met zaken die ik niet langer nodig had. Het leek een goed idee de tijd te gebruiken om een schoonmaakactie te houden. Ik moet toegeven, dat ik het vervelend vond om te doen, een haast ongekende emotie voor mij. Toch werkte ik er drie en een half uur onafgebroken aan. In die tijd staken tegenstrijdige gevoelens de kop op. Enerzijds was het een opluchting om te zorgen dat de computer efficiënter werd, maar een ander deel van mij wilde een origineel artikel schrijven, iets wat ik vaker doe tijdens een vliegreis.

In de val van mijn ego

Tenslotte besloot ik enkele momenten naar binnen te kijken om erachter te komen wat ik nu eigenlijk echt voelde. Ik ontdekte een hinderlijke onrust, terwijl de gebruikelijke vreugde die mij meestal vergezelt (zeker op weg naar Hawaï, waar mijn ziel gevoed wordt vanaf het moment dat ik mijn voet op het eiland zet), ontbrak. Toen ontdekte ik, dat ik niet één keer tijdens de afgelopen uren was gestopt om mijn zegeningen te tellen. Hoe eenvoudig is het toch in de val van mijn ego te lopen en verstrikt te raken in de alledaagse dingen van de dag, zonder aan God en Liefde te denken. Mijn hele bewustzijn veranderde meteen vanaf het moment dat ik mijn zegeningen ieder half uur telde.

De vreugde en de geestdrift namen zichtbaar toe. Ik lachte mezelf een beetje uit. Bij iedere lezing houd ik het anderen voor: tel je zegeningen; in de originele uitgave van mijn nieuwste boek 'Shortcuts to God' (in het Nederlands vertaald als 'De kortste weg naar God') staat een cartoon, waar iemand met een telmachine haar zegeningen telt en niet de grieven. En toch weigerde mijn denkgeest zich te concentreren op mijn zegeningen nadat ik niet meer bij Diane was.

Een kind van God

Nooit zal ik het gesprek vergeten met de 14-jarige Bobby, die leed aan leukemie. Hij had besloten thuis te sterven en het was daar dat ik hem opzocht. Bobby zag bleek en lag aan een infuus met morfine. Ik vroeg hem of hij goede raad had voor andere 14-jarigen die hetzelfde mee zouden moeten maken als hij op dat moment.
Om de essentie te registreren van zijn antwoorden had ik een cassetterecorder meegenomen. Zijn boodschap was dat zolang wij ademhalen, ongeacht hoe ziek we zijn, het onze levensopdracht is liefde te geven aan anderen. Hij zei dat de zegen het gegeven is, dat er altijd nog liefde in ons aanwezig is om uit te delen aan anderen.
Als we afstand doen van ons ego, kunnen we ons concentreren op de zegening dat we een kind van God zijn, een instrument voor Gods Licht om dit te laten schijnen op iedereen die we zien. Het is zo eenvoudig ons te stoten aan een kiezeltje van het ego en dan vol te zijn van onze pijn in plaats van onze zegeningen.
Ik herinner mij nog goed een ervaring uit de tijd dat mijn eerste boek net was verschenen en ik een zere hand kreeg van het uren achtereen in boekwinkels signeren van 'Liefde is angst laten varen'. Op een dag ontving ik een innerlijke boodschap, die volgens mij afkomstig was van God en die mij erop wees wat een zegen ik had ontvangen door deze situatie om 'dank U wel' te zeggen en tegelijkertijd mijn liefde te kunnen geven aan zoveel mensen. Vanaf die tijd is mijn hand nooit meer vermoeid geraakt van het handtekeningen zetten.

In plaats van onze smarten

Nog een voorbeeld dat ik met jullie wil delen staat in verband met de aardbeving van 1987 in San Francisco. Velen verloren tijdens deze tragedie hun woning.
Een van de getroffen gezinnen verhuisde naar de Oaklandheuvels. Kort daarna verwoestte een brand onder andere hun nieuwe huis. In plaats van zich slachtoffer te voelen en te zwemmen in zelfmedelijden, nam deze familie de draad van hun leven weer op en telde hun zegeningen, zoals het feit dat hun leven was gespaard. Andere getroffen gezinnen van de ramp in 1987 kampen tot de dag van vandaag met hun woede en frustratie hierover en zitten nog vast aan hun slachtofferrol. Zij gaan ermee door, alle tragische gebeurtenissen onder een vergrootglas te leggen en staren zich daar blind op.
Les 40 in Een Cursus in Wonderen zegt: 'Ik ben als Zoon van God gezegend'. Het voorstel hierbij is om de les iedere tien minuten in gedachten te houden. De les gaat verder met de woorden: mocht je het vergeten, probeer het opnieuw. Mochten er lange onderbrekingen zijn, probeer het opnieuw. Telkens wanneer het je weer te binnen schiet, probeer het opnieuw.

Wat ons betreft is de Cursus vriendelijk geweest. De Cursus zegt niet: voel je schuldig als je vergeet je opdracht uit te voeren. Voor ons is de belangrijkste boodschap van de Cursus dat deze voorstelt dat je je best doet je aandacht op God te richten, daarin te volharden, en als je het toch vergeet, niet naar de stem van je ego te luisteren die zo knap is in het aanpraten van een schuldgevoel, dat je hierdoor in de verleiding zou worden gebracht je studie van de Cursus maar helemaal op te geven.
Laten we ermee doorgaan onszelf en elkaar er iedere dag opnieuw aan te herinneren, dat we een gezegend kind van God zijn, door het leven dat we leiden. Laat ons doorgaan met het tellen van onze zegeningen in plaats van onze smarten. ●

Dit artikel is overgenomen met toestemming van Miracle Distribution Center, 3947 E.La Palma Ave, Anaheim, Californië 92807 USA, uit: The Holy Encounter, sept/okt 2000

Op de foto: Carien Cnutzen als Etty Hillesum

De principes van Attitudinal Healing zijn ontleend aan Een Cursus in Wonderen. Dat is bekend. Maar hoe? In deze rubriek willen we weergeven, hoe de principes van AH functioneren binnen het gedachtegoed van de Cursus. Marrigje Dijksma over principe 7.

We kunnen liefde zien in plaats van fouten

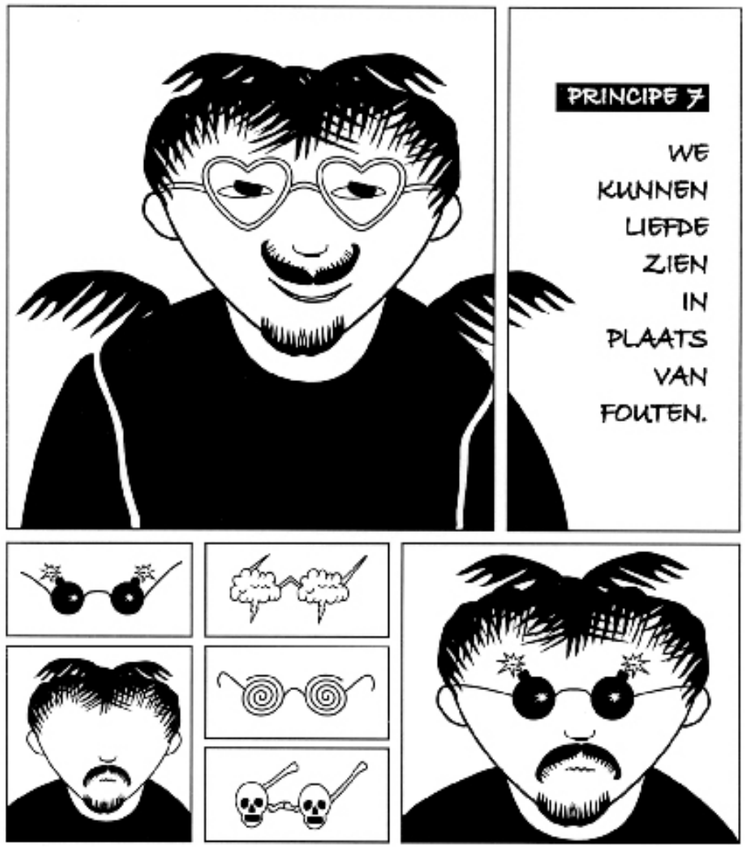
Dat is precies wat de Cursus ons wil leren. Liefde zien in plaats van fouten is de Cursus in een notendop. Zoals het in het prachtige kerstlied luidt: 'Heil en vree wordt gebracht aan een wereld verloren in schuld', zo brengt de Cursus ons 'de andere manier' van het loslaten van het geloof in schuld, voorbij zien aan fouten, waardoor we een andere wereld gaan zien. 'Er is geen valse verschijningsvorm die niet zal vervagen, als jij in plaats daarvan om een wonder vraagt' (T30.VIII.6:5).

Hoe komt het dat we fouten zien?
Waardoor zien we eigenlijk fouten? We zien fouten op grond van onze eigen maatstaven, onze duistere verlangens en normen ten aanzien van de wereld om ons heen. We zien dus fouten bij anderen als ze niet voldoen aan hoe wij vinden dat ze zouden moeten zijn. Pas als ik de omgeving vrij kan laten '... besef ik dat ze de wetten van God weerspiegelt in plaats van de regels die ik bedacht waaraan zij moest gehoorzamen' (WdI.57.4:2).
We zien fouten precies daar waar we onze eigen tekortkomingen hebben weggeprojecteerd. Het lijkt comfortabeler om iets buiten je te bestrijden dan om de eigen schaduwen aan het licht te brengen. Maar we zien de levende werkelijkheid niet wanneer we fouten waarnemen, we kijken dan slechts naar onze eigen beelden. Echt zien betekent in het NU zien, zien wat er nu is. Het verleden is er niet en dus kun je dat niet zien. Als je je de fouten herinnert van iemand naar wie je kijkt, dan '... zie je in zijn plaats slechts een beeld van hem dat jij hebt gemaakt en koestert' (T13.VI.1:5). Misschien bekommer je je meer om je eigen fouten? Dat maakt in wezen niet uit, want: 'Jouw krankzinnige wetten werden gemaakt om ervoor te zorgen dat je gegarandeerd fouten zou maken, en ze macht over jou zou geven door de gevolgen ervan te aanvaarden als jouw verdiende loon' (T20.IV.3:1). Je ziet die fouten dan als zonden, die je schuldig maken zodat je straf verdient. Schuld wordt per definitie geprojecteerd, dus zie je anderen ook als zondig en schuldig.

Fouten of zonden?
We komen hier op een belangrijk punt: wij zijn geneigd de niveaus tijd en eeuwigheid te verwarren. In de tijd maken wij natuurlijk fouten en dat moeten we ook niet ontkennen. Maar dat tast onze waarde in de eeuwigheid niet aan, in ons wezen blijven we onschuldig. Als we ons schuldig voelen, hebben we tijd en eeuwigheid door elkaar gehaald. We denken dat we slecht zijn en dat we straf verdienen. '...jij bent niet schuldeloos in de tijd, maar in de eeuwigheid. Je hebt "gezondigd" in het verleden, maar er is geen verleden' (T13.I.3:2-3). 'Schuld is dus een manier om verleden en toekomst in je denkgeest vast te houden teneinde de continuïteit van het ego te waarborgen' (T13.I.8:6).

Focus op het eeuwige licht
Om liefde te zien in plaats van fouten hebben we het licht in onszelf nodig. We hebben het nodig dat we dat licht in onszelf erkennen als de bron van ons bestaan, als het licht waarin we werkelijk kunnen zien. Als we in dat licht zien dan kijken we naar het eeuwige. We richten onze focus op wat de ander is en altijd blijven zal, een kind van God dat zichzelf niet geschapen heeft en dat zijn eigen volmaaktheid niet kan schaden. Je kunt de ander en jezelf pas begrijpen, als je de ander als onschuldig ziet, als uit liefde geschapen en in liefde verblijvend (T.13.I.6).
Anderen om hun fouten beschuldigen, betekent dat je je eigen schuld naar buiten projecteert en dat betekent dat hij niet ongedaan kan worden gemaakt (T13. IX.6:6-8). Kijk liever naar binnen: 'Kijk dan naar het licht dat Hij in jou plaatste en ontdek dat wat jij vreesde dat daar aanwezig was, door liefde is vervangen' (T13.IX.8:13).

De ander is je verlosser
'Er is voor zonde geen plaats in de Hemel... En daarin ligt jouw behoefte om je broeder als zondeloos te zien. De hemel is in hem. Zie in plaats daarvan zonde in hem, en de Hemel is voor jou verloren' (T20.IV.2:1-4). Als je voorbij ziet aan de fouten in de ander en hem ziet zoals hij is, dan straalt jouw vrijheid en jouw liefde van hem uit naar jou. Want die deel je. '... en in de vrijheid die jij in hem ziet, zie jij jouw eigen vrijheid' (T20.IV.3:4). Zó wordt de ander jouw verlosser. Zo wordt elke keer dat je fouten ziet een kans om



bevrijd te worden. 'Jij bent je broeders verlosser. Hij is de jouwe' (T21.VI.9:1-2). 'En daar waar hij besluit genadig te zijn, is hij vrij. Maar daar waar hij in plaats daarvan besluit om te veroordelen, wordt hij gevangen gehouden, en wacht dan geketend op zijn gratie aan zichzelf, om hem te bevrijden' (T21.VI.11:9-10).

God vraagt jou om de wereld te verlossen
'Kijk nogmaals naar je vijand, degene die je verkoos te haten in plaats van lief te hebben. Want zo werd de haat in de wereld geboren, en zo werd daar de heerschappij van de angst gevestigd'. Het is niet echt wat je wilt 'te haten en een gevangene van de angst te zijn, een slaaf van de dood, een nietig schepsel met een nietig leven... Welke reden heb jij om kwaad te zijn in een wereld die slechts op jouw zegen wacht om vrij te zijn?... Deze wereld wacht op de vrijheid die jij zult schenken, wanneer je hebt ingezien dat jij vrij bent... Want het is door jouw wil dat de wereld vrijheid wordt geschonken... God wendt zich tot jou om te vragen de wereld te verlossen, want door jouw eigen verlossing wordt ze genezen... Er is niemand die de aarde bewandelt die niet op jou beslissing is aangewezen...' (T30.II.3-5).

Laat de Christus ontwaken
'Vandaag laat ik de visie van Christus voor mij naar alles kijken en ik beoordeel het niet, maar schenk in plaats daarvan alles een wonder van liefde (WdII.349t).'
'Hoe kun jij de Christus in jou manifesteren behalve door naar heiligheid te kijken en Hem daar te zien?' (T25.I.2:1). Dus de Christus in jou wordt manifest door liefde in de ander te zien. 'Droom zacht over je zondeloze broeder, die zich met jou in heilige schuldeloosheid verenigt. En uit deze droom zal de Heer der Hemelen Zelf Zijn geliefde Zoon doen ontwaken. Droom van jouw broeders vriendelijkheden, in plaats van in je dromen op zijn vergissingen te broeden. Kies zijn zorgzaamheid uit om van te dromen, in plaats van de keren te tellen dat hij jou heeft pijn gedaan. Vergeef hem zijn illusies en wees hem dankbaar voor al de hulpvaardigheid die hij heeft betoond. En schuif zijn vele gaven niet weg omdat hij in jouw dromen niet volmaakt is' (T27.VII.15:1-6).

Principe 7 berust op een principiële keuze
'Vergeving is de roep om innerlijke gezondheid, want wie anders dan de krankzinnige kijkt naar zonde wanneer hij in plaats daarvan het gelaat van Christus zou kunnen zien? Dit is de keuze die jij kunt maken, de eenvoudigste en toch de enige die jij maken kunt' (L2.I.8:1-2). Een mooie samenvatting vinden we tot slot in WdI.192.9:1-7: 'Houd daarom niemand gevangen. Bevrijd in plaats van te binden, want zo word jij bevrijd. De manier is eenvoudig. Telkens wanneer je een steek van woede voelt, besef dan dat je een zwaard boven je eigen hoofd houdt. En het zal vallen of afgewend worden, naargelang je verkiest veroordeeld te worden of vrij te zijn. Op die manier vertegenwoordigt ieder die jou in de verleiding lijkt te brengen om kwaad te worden, jouw verlosser uit de kerker van de dood. En dus ben je hem dank verschuldigd...'

Marrigje Dijksma

Voor uitleg citaten: zie pagina 109, Aanhangsel van ECIW

Mijn weg naar huis

Tegenwoordig loop ik van mijn werk naar huis. Het is een wandeling van een uur. Ik grijp het lopen aan als oefening in aanwezig zijn in het moment. Dit door te luisteren naar wat klinkt, te voelen wat ik voel, te kijken naar wat voor mij ligt - en dit alles zonder mijn hersenen zich ermee te laten bemoeien. Althans dat probeer ik. Vandaag lukt het zelfs niet bij benadering. 'Zij' doemt steeds weer op in mijn gedachten.
Deze 'zij' is iemand aan wie ik de pest heb. Mijn ego vindt geen medestanders voor dit standpunt. Iedereen roemt haar vriendelijkheid; men vindt haar sympathiek. Maar als zij zich in mijn nabijheid beweegt, begint er iets te trekken in mijn nek. En als haar zachte mond zich opent en zij zalvend zoete woorden spreekt, heb ik maar één wens. Ik wil meppen: er bovenop! Nu kent mijn innerlijke onbeschaafdheid wel gradaties, want mocht ik hiervoor kunnen kiezen uit een knots van tropisch hardhout, of schuimrubber, dan koos ik beslist voor de laatste. De eerste zou ik al niet kiezen vanuit milieu-oogpunt, en omdat het niet in mijn bedoeling ligt iemand vanuit de ene illusie (aards bestaan) de andere (dood) in te slaan. Maar gewoon zo'n knots laten neerkomen, zodat er een lekkere 'BOFFFFF' klinkt: daar zie ik wel wat in.
Omdat ik geen gedonder wil, want geloof het of niet maar innerlijke vrede is mijn doel, zal ik haar naam niet noemen. Hoe dan? Het eerste wat bij mij opkomt is 'Miss Piggy'. Vreemd, want zij oogt niet als een varken. Er is juist niets op haar uiterlijk aan te merken. En door de modder rollen doet zij al helemaal niet. Laat dat maar aan mij over, daar ben ik al flink mee bezig door mijn gedachten over haar. Laat ik haar liever 'Miss Baksel' noemen.
Terwijl mijn voeten met ferme tred de weg naar huis gaan, ben ik op een ander niveau bezig de weg naar huis juist kwijt te raken. Ik krijg een beeld voor ogen van een kooi, die ik door mijn oordeel, over haar heen plaats. Het is een kooi van ijzerdraad. Vervolgens zie ik, dat ik een kooi van dikke staalkabels over mijzelf heen plaats. Ik houd mijzelf gevangen door mijn oordelen. Ik kijk naar het uitzicht vanuit deze zelf gekozen gevangenis, onderbroken door tralies: een verstoord beeld. Dan krijg ik te zien hoe het uitzicht is zonder tralies. Wat een oneindigheid en ruimte!
'Heilige Geest,' zeg ik inwendig, 'ik draag Miss Baksel aan u over. Hier hebt U haar'. En ik leg haar aarzelend in Zijn handen. Het gaat niet van harte. Ik mis mijn baksel nu al: mijn bekende gedachten over haar.

Tot mijn verrassing merk ik hoe enorm gehecht ik er eigenlijk aan ben. Hoe ik er stiekem van geniet. Ik kijk opnieuw naar de handen van de Heilige Geest. Gelukkig, zij ligt er nog in. 'Sorry H.G.,' zeg ik terwijl ik haar terugpak, 'dit was een gift van niks - want ik meende het niet. Maar dat wist U wel hè, anders zou zij wel verdwenen zijn.'
Goed, er is nu bewustwording over hoe een en ander in elkaar steekt. En als ik dan toch besluit mijn beeld van haar nog wat bij me te houden, laat ik er dan vooral van genieten. Ik vergeef mijzelf dat ik dit doe. Op de workshopavond die ik na mijn thuiskomst bezoek zegt de Course-leraar: 'Alles heeft alleen de betekenis die ik er aan geef.' Vertel mij wat, denk ik. Met dit onderwerp ben ik bekend.

Enkele dagen later ben ik in de kinderkamer bezig met het sorteren van speelgoed. Wat kan weg, wat moet blijven? Van een inmiddels incompleet ridderspel, leg ik plastic zwaardjes en een lans terzijde. Voor een ogenblik overweeg ik mijn denkbeeldige knots erbij te leggen.
Wat verderop in de week begin ik de dag met het lezen van een paragraaf uit Een Cursus in Wonderen. In de laatste alinea daarvan vind ik de regels: 'Er is geen valse verschijningsvorm die niet zal vervagen, als jij in plaats daarvan om een wonder vraagt.' En … (T30.VIII.6:5 & 8): 'In wat je ziet aanschouw je slechts jezelf.'
Ik sluit mijn ogen voor een meditatie-oefening. En 'ploep' daar zie ik haar voor me: Miss je-weet-wel. 'Heilige Geest, mag-tie nog éénmaal in de herkansing?' vraag ik, en ik pak haar op. Op de plaats waar nog zoeven haar beeld stond, zie ik nu licht stralen. Wat ik heb opgepakt, draag ik nu welgemeend over. Op het moment dat ik dàt doe, krijg ik een gevoel alsof er in mij een zwaar gordijn aan weerskanten opzij getrokken wordt en er ontstaat een enorm gevoel van ruimte. De afscheiding tussen ons is verdwenen.
Dan bedenk ik dit. Onlangs waren we bij kennissen in Frankrijk. De vrouw des huizes vertelde me, dat ze maandenlang opgespaarde yoghurtpotjes met daarin brandende waxinelichtjes voor de komst van hun zoon uit Nederland langs de oprijlaan had geplaatst: als wegwijzer in de duisternis en als warm welkom thuis. Ik realiseer me dat iedereen die ik bevrijd van mijn oordelen, als zo'n lichtje zal zijn. En al die lichtjes wijzen me - mijn weg naar huis.

Annemarie van Unnik

Ik heb het zoekend gevonden...

Bericht vanuit Roermond, Limburg

Franciska Bos

Attitudinal Healing groepen werken volgens een vaste structuur. Toch is iedere groep anders, omdat de facilitators en de deelnemers anders zijn. Een bericht vanuit Roermond, waar Franciska Bos sprak met Paula Wijnhoven, een deelneemster uit de groep van Jeannette Manders.

'Ik heb twee jaar in de groep van Jeannette gezeten. De groep komt eens in de twee weken bijeen, bij Jeannette thuis. Elke keer wordt gewerkt aan de hand van een principe. Ik voelde me er heel goed. Een vriendin van ons, die pas is overleden, was er ook bij, en die heeft er echt heel veel aan gehad.
De groep betekende ook heel veel voor mij. Ik kon daar zijn zoals ik was, en we waren leerlingen en leraren voor elkaar. Er waren heel veel mensen die een verhaal vertelden, waar ik me ook in terug kon vinden. En er werd geluisterd: niet veroordeeld, maar gewoon geluisterd..

Ik ben anders gaan denken: niet meer zo veroordelend. Ik kijk eerst beter hoe de mensen zijn in plaats van snel een stempel op ze te drukken. Je mag zo zijn als je bent, en dat vind ik leuk.
Ik kom ook meer voor mezelf op en ik ben liefdevoller geworden, nog liefdevoller. Ik denk anders over het leven. Ik weet dat alles goed komt, ook als je dood gaat, en ik weet dat we van elkaar kunnen leren. Het mooiste vind ik om van moeten, mogen te maken: eerst aan jezelf vragen of je het wilt en dan ook nee kunnen zeggen. Ik ben een ander mens geworden: eerst was ik altijd een beetje stil, nu praat ik als brugman. Ik heb ook wat meer rust gevonden. Ik durf nu heel open te zijn en dingen te vertellen, ook als het niet goed gaat. De mensen om me heen beginnen me nu beter te begrijpen. Het fijne van de groep was ook het samenzijn, weten dat je leraar en leerling bent, dat we allemaal gelijk zijn. Dat spreekt me erg aan in Attitudinal Healing. Vroeger had ik meer het idee dat ik een leerling was. Ik vind het prettig te weten, dat andere mensen ook iets van mij kunnen leren. Wat me verder aanspreekt, is dat we één zijn. Of je nu dik, dun, mager, lang, lelijk of wat dan ook bent, je bent gewoon een mens. En dat is het mooie ervan: niet het uiterlijk zien, maar het innerlijk.

Daarnaast heb ik meer geduld gekregen. Ik ben van nature heel impulsief. Ook realiseer ik me dat liefde het belangrijkste is. Vroeger had ik heel veel medelijden met mensen, en dat is nu mededogen geworden. Het principe de kern van ons wezen is liefde spreekt me erg aan, omdat dat ook zo is. Zo bén ik in wezen ook, en dat heb ik altijd al zo gevoeld. Ik heb het idee dat je daar ook alles mee kunt bereiken. Door teleurstellingen in het leven ben ik het wel eens vergeten, maar het is er toch. Alleen moet je het wel zoeken. Sinds ik in de groep zat, ben ik me daar veel bewuster van geworden. Ik ben altijd wel een liefdevol persoon geweest, maar ik weet er nu beter mee om te gaan. Het put me nu niet meer zo uit. Vroeger deed ik veel dingen om aardig gevonden te worden. Nu doe ik het uit liefde als ik iets doe. Voor mij is Attitudinal Healing eigenlijk een hulpmiddel geweest, omdat er te weinig hulpverlening was. Ik ben een vrouw die vroeger veel heeft meegemaakt, en ik heb toch iets gevonden waarmee ik het overleefd heb. Dat vind ik wel knap van mezelf. En ondanks wat ik heb meegemaakt, ben ik toch heel liefdevol gebleven. Andere mensen zouden misschien haatdragend worden.
Verder wil ik nog zeggen dat Jeannette veel tijd heeft voor de mensen. Ze geeft ook vaak gedichten waar ik veel aan heb, en ze maakt het altijd heel gezellig. Zij heeft dit zoekend gevonden. Als je aan anderen zou vragen hoe ze Attitudinal Healing hebben gevonden, dan zou denk ik iedereen dat zeggen: "Ik heb het zoekend gevonden". Behandel ieder mens zoals je zelf ook behandeld wilt worden. Dat wil ik tenslotte nog doorgeven. Omdat ik weet wat verdriet is.'

Enkele richtlijnen voor het werken in AH-groepen

1 Ons doel is aan onszelf te werken, elkaar wederzijdse steun te geven en te oefenen in onbevooroordeeld luisteren en delen.

2 We erkennen dat het proces dat ieder doormaakt belangrijk is en niet ons oordeel hierover. Geaccepteerd worden in de fase waarin we zijn, maakt het makkelijker anderen te accepteren in plaats van te veroordelen.

3 We delen wat voor ons en wat voor anderen werkt, in plaats van advies te geven. We laten anderen hun eigen antwoorden vinden.

4 Door onze eigen gevoelens te tonen, ontdekken we gemeenschappelijke ervaringen die ons met elkaar verbinden.

5 We respecteren elkaar als unieke mensen. We erkennen dat ieder zichzelf beter kent dan wie dan ook. Als we luisteren naar onze innerlijke stem, vinden we ons beste antwoord.

De week kenmerkte zich door veiligheid, rust, vrijheid, gezelligheid en liefde. Maar er waren ook hele pijnlijke momenten. Niets moest, alles mocht. Niets was er fout, alles was goed. Een waar eldorado voor deelnemers die het 'diepste' uit zichzelf wilden halen. Een week vol liefde en vrede!
Wat heeft nu de meeste indruk op ons gemaakt? Hieronder volgen onze persoonlijke impressies:

Frederique van Deursen: Het is zo'n gek idee dat je ergens naartoe gaat voor een week, niemand kent en vervolgens uit elkaar gaat alsof je al een leven lang met elkaar gedeeld hebt. Via die ander, in combinatie met 'The Work' liet ik mij confronteren met de mate waarin mijn overtuigingen mij parten spelen. De patronen die hieruit ontstaan en waarvan ik last ondervind, pakte ik aan en wat BLEEK nou: alles berust op projectie. Wat je zegt, ben je zelf! Soms was dit toch wel even slikken…

Hans de Best: Deze week was voor mij een van de mooiste weken van m'n leven. Een soort paradijs in een schitterende omgeving met fantastische mensen. In het begin zat ik nog vol met (voor)oordelen, maar naarmate het bewustzijn groeide dat al die oordelen slechts mijn eigen projecties waren, loste de mist geleidelijk op, nam mijn gevoel van vrijheid toe en was ik in staat om steeds weer nieuwe ontdekkingen te doen. Een ervan heeft mijn leven daarna het meest ingrijpend veranderd: 'Wat zalig dat ik jou niet nodig heb om mij gelukkig te maken.'

'Jij bent het op wie je gewacht hebt'

Intensieve workshop in 'Bildungsstätte Mölmeshof', Duitsland

15 deelnemers reisden naar Mölmeshof, een klein gehucht bij Eisenach, in het 'Bundesland' Thüringen. Een enkeling had reeds ervaring opgedaan met het fenomeen 'Intensieve Workshop'. Een ander had de klok ooit eens horen luiden. In deze workshop werd gewerkt met Attitudinal Healing, Een Cursus in Wonderen en The Work of Byron Katie.
De week was een aaneenschakeling van hoogte- en dieptepunten, van lachen en huilen, van ongekende genoegens en ervaringen. Het is gewoonweg onvoorstelbaar en we merken, dat we het moeilijk vinden om het wezenlijke ervan te verwoorden

Lida Post Uiterweer-van Riel: Het was voor mij een verkenningstocht door mijn wereld van gedachten en gevoelens met daaraan gekoppeld het verleden, het heden en de toekomst. Mijn bagage had ik zelf bij me en een gids nodigde me uit op pad te gaan. Onderweg kwam ik - samen met mijn groepsgenoten - allerlei obstakels tegen, die gaandeweg het proces werden bekeken en zonodig werden opgeruimd of omgevormd. Ik moest op eigen kracht mijn weg vervolgen, maar vele zachte, liefdevolle handen in mijn rug zorgden ervoor, dat ik me gesteund voelde en op dreef bleef. De veilige en vredige sfeer waaronder dit alles plaatsvond, vergemakkelijkte mijn weg. Zo zou ik de essentie van de werkweek willen omschrijven. Op basis van deze tocht ben ik de route aan het uitstippelen waarlangs ik mijn leven verder wil vervolgen. ●

De volgende intensieve workshops vinden plaats op 12-19 juli 2002 te Wehl bij Doetinchem en 11-18 augustus 2002 te Mölmeshof. Voor meer informatie zie pagina 16 of www.ahnl.org

Zo…, zien de Wapnicks dat zo!

Ik was erg benieuwd naar *De meest gestelde vragen over Een Cursus in Wonderen* van Kenneth & Gloria Wapnick en naar de vragen die zij benoemen als 'de meest gestelde'. Die vragen, 72 om precies te zijn, zijn gerangschikt onder een vijftal hoofdthema's: De aard van de hemel, De aard van de afscheiding, Toepassing en beoefening van ECIW, Jezus en als laatste Het leerplan van ECIW.
Ik heb mezelf tijdens het lezen herhaaldelijk afgevraagd, wat ik eigenlijk vind van dit boek. En telkens weer kwam het idee op dat ik het taai en intellectueel vind en dat de antwoorden gegeven worden als een soort tekstconstructies, als een soort rekenmodel.
Duidelijk is dat de Wapnicks thuis zijn in de teksten van de Cursus en stukken uit de Cursus kunnen citeren die (lijken te) passen bij de vragen die gesteld worden. Toch had ik regelmatig het gevoel, dat de tekst waarnaar wordt verwezen of de uitleg die gegeven wordt, net de bezieling mist die mij enthousiast krijgt. Ik ervaar dit boek als een intellectuele exercitie en ik heb moeite daar echt warm voor te lopen. Ik zou ook kunnen zeggen, dat bij mij iets mist, om dit boek met bezieling te lezen.
Niettegenstaande dat gegeven waren er ook momenten dat ik dacht: Zo.., zien de Wapnicks dat zo! En dat nodigde me dan uit om het begrip dat ik zelf van bepaalde passages van de Cursus heb, nogmaals tegen het licht te houden, nogmaals te doorgronden met het commentaar of de opmerkingen van de Wapnicks erbij. En dan ontdekte ik toch ook interessante momenten bij het lezen van dit boek. Ik heb het tenslotte zonder al te veel moeite uitgelezen. Zo is er bijvoorbeeld vraag 65, die gaat over groepsbijeenkomsten rond de Cursus. Daar wordt een citaat aangehaald dat ik hier graag herhaal: 'De Heilige Geest is in jullie beider denkgeest [van jou en je broeder] aanwezig, en Hij is Eén omdat er geen kloof is die Zijn Eenheid scheidt van Zichzelf. De kloof tussen jullie lichamen doet niet terzake, want wat in Hem verbonden is, is altijd één' (T28. IV.7:1-2).
Kijkend naar deze zin kan ik niet anders dan concluderen dat zelfs als ik het boekje als intellectueel ervaar, dit er niet wezenlijk toe doet. We zijn één, zelfs als ik die eenheid nu niet kan zien in de vorm.
Als laatste heeft het me echt verbaasd, overigens pas nadat iemand anders me daarop attendeerde, dat het boekje in Course-blauw en de omslag in Course-opmaak is uitgevoerd. Zou het niet meer voor de hand gelegen hebben, dat te doen met de *Aanvullingen op ECIW*, waarvan de omslag wel in Course-opmaak is, maar dat groen van kleur is? Een wonderlijke keuze om juist dit boek deze uitvoering mee te geven. Alhoewel, het kan natuurlijk zo zijn dat de uitgever van plan is om vanaf nu alle boeken rond ECIW, dezelfde vorm en kleur te geven als de Cursus zelf.

Els Thissen

Kenneth & Gloria Wapnick, *De meest gestelde vragen over Een Cursus in Wonderen*. Ankh-Hermes, Deventer 2001, 179 p., €13,50

ECIW op cassette voor blinden en slechtzienden

De Federatie Nederlandse Blindenbibliotheek heeft de Nederlandse vertaling van 'Een Cursus in Wonderen' nu ook op cassette ingesproken. Deze kan alleen door blinde of slechtziende leden geleend worden. Verkoop van de Cursus op cassettes via de blindenbibliotheek kan niet. De beslissing de Cursus op tapes uit te brengen ligt bij de boekenuitgever.

CD lijst
De volgende CD's zijn bij het Centrum te bestellen. Prijzen exclusief portokosten.

James Twyman
Ecclesia, €19,05
Emissary of Light, €19,50
May Peace Prevail on Earth, €19,05
The Order of the Beloved Disciple, €20,50

Peter Makena
In Love, €18,15
Open to Grace, €18,15

Shaina Noll
Songs for the Inner Child, €18,15
Bread for the Journey, €18,15

Wendi Blom
Dreams within Dreams, €15,90

Wild Roses / Beth & Cinde
Voices on the Wind, €19,05
Northren Lights, €19,05

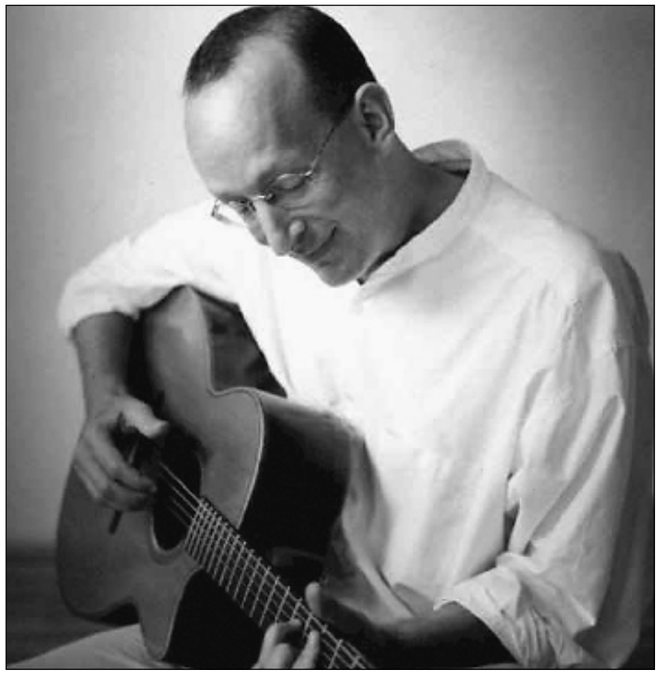
David Whyte
Close to Home, €20,50

NIEUW
Kathy Zavada
In Love Divine, €19,00
I'm right here, €19,00

Kirtana
The Offering, €18,15
This Embrace, €18,15

Prijzen onder voorbehoud i.v.m. de dollarkoers.

Het was alsof binnen in me een klok luidde



Interview met Steven Walters

Wat een zegen voor ons leven, dat er muzikanten zijn die zulke mooie, geïnspireerde muziek maken als Steven Walters. *So Many Blessings* en *Just This Moment* zijn twee geweldige CD's. De muziek is enerzijds vrolijk, grappig en maakt je ongewild aan het lachen. Mensen zoals ik, die niet vaak hardop lachen, zullen zich ongetwijfeld op een glimlach betrappen. Anderzijds is de muziek spirituel, met prachtige teksten. Het doet mij ook denken aan Indiase muziek, soms mantra-achtig, die uitnodigt om mee te zingen. Ook voor mensen, alweer zoals ik, die helemaal niet kunnen zingen. Reden genoeg om Steven Walters te interviewen.

Zingen vanuit de stilte

Steven Walters: 'Toen ik zeven was ben ik begonnen met gitaar spelen en liedjes schrijven. De songs die ik zing komen op de meest wonderlijke manieren tot me. Het blijft een mysterie. Soms lijken ze om me heen te hangen en moet ik ze naar binnen halen. Het instrumentele 'Varanasi' van de CD *So Many Blessings* bijvoorbeeld kwam, toen ik in de stad met die naam in India was, zo door. Het was alsof de muziek zich op een bandje afspeelde in mijn hoofd. Andere keren voel ik een hele sterke emotie, en dan is het alsof het overloopt. Dat was bijvoorbeeld zo met de song "So Many Blessings". Vaak komt het voor dat ik me na meditatie aangetrokken voel om te zingen vanuit de stilte.

Ongeveer acht jaar geleden werd er leukemie bij mij geconstateerd, en ik zou nog maar zes maanden te leven hebben. Later zeiden ze zelfs nog maar vierentwintig uur. Door me intens te concentreren op mijn ademhaling, wist ik mijn lichaam zover te stabiliseren dat het sterk genoeg was om een beenmergtransplantatie te ondergaan. Tijdens mijn herstel realiseerde ik me dat het spiritueel-religieuze waarmee ik tot dan toe geleefd had, niet meer werkte. Ik was joods opgevoed, had Christus geaccepteerd, zes jaar in een Hindoeïstische commune gewoond, aan Boeddhistische meditatie gedaan, enzovoort. Nadat ik dat allemaal gedaan had, zag ik dat ik voortdurend het ene geloof voor het andere verruild had, en voor mij draaide het niet meer om geloof. Gelukkig vond ik een leraar (of zij vond mij), die me bekend maakte met de leringen van Ramana Maharshi en de weg van Zelfonderzoek. Ik herinner me dat ze tijdens een Satsang (ontmoeting met de Waarheid) de woorden herhaalde die Ramana Maharshi tot een leerling had gesproken… 'Laat komen wat komt, laat gaan wat gaat…kom erachter wat blijft.' Het was alsof binnen in me een klok luidde. Ik wist dat dit waar was. Intuïtief wist ik dat ik Waarheid kon onderzoeken en verwezenlijken. Ik hoefde me niet tevreden te stellen met geloof. En dat is de bron van mijn inspiratie…deze plek die boven geloof uitstijgt.

Spelen met leegte en vorm

Daarnaast vind ik het heerlijk om te lachen, en om mensen aan het lachen te maken met muziek, vooral als het ons helpt om het 'op de spirituele weg zijn' wat lichter te maken, zoals met "Baby Sings The Blues", "Jungs Blues" en "Remember?" op de CD *Just This Moment*. Maar goed beschouwd word ik geïnspireerd door de wijdsheid van Zijn. Dat vind je terug in de songs "Find Out What remains" en "Holding On To Nothing" op de CD *So Many Blessings*.

Als ik de muziek schrijf geniet ik ervan te spelen met leegte en vorm. De Waarheid kan niet onder woorden worden gebracht en valt niet te benoemen, dus het is een zeer delicate dans waarbij je naar de werkelijkheid verwijst, zonder die op welke manier dan ook te definiëren, te benoemen of te beperken.

Optreden is altijd een geweldige indicator van hoe ik aan mezelf gewerkt heb. Het is alsof ik me onder een enorm scherpe microscoop bevind, waarbij de aandacht verhoogd wordt door het bewustzijn van iedereen die aanwezig is. Dat kan aanvoelen als een zeer heet vuur, en het laat me getuige zijn van de dingen die ik nog steeds verberg en de manieren waarop ik dat doe.

Het schrijven, de optredens en het opnemen van deze muziek brengen me voortdurend tot een diepere overgave. Mijn wens is dat ik altijd zal doorgaan met het geven van toestemming aan het onwerkelijke, en om te zingen vanuit het diepst wat in me is.

Ik heb een paar nieuwe songs waar ik erg blij mee ben. Ze lijken te komen vanuit een plaats die zegt: "Oké, laten we tot op het bot gaan en de waarheid vertellen…maar dan ook helemaal."

Ik voel me geroerd dat deze muziek zo'n lange weg heeft afgelegd.'

Anja van Aarle

De twee CD's van Steven Walters zijn te bestellen bij het Centrum voor Attitudinal Healing.

Zonder iets, valt er niets te verliezen

Hein Stufkens schrijft in *Het zevenvoudige pad van Franciscus van Assisi* op een nieuwe manier over Franciscus. In dit boek brengt hij vele benaderingswijzen van anderen samen met zijn eigen zicht op Franciscus. Dat doet hij naar mijn idee op een manier die van 'deze tijd' is. In gewone taal en op een gewone manier, kijkend naar de binnenwereld in ieder, zonder de glimlach in de buitenwereld te verliezen. Misschien wel zoals Franciscus dat ook gedaan zou hebben, gedreven door wat hij werkelijk wil: Christus kennen. En telkens weer zoekt Stufkens de vertaling naar deze tijd, naar onze thema's. Wat is de betekenis van wat Franciscus in zijn tijd zei en deed in het leven van nu? Hoe kunnen we zijn woorden en daden in deze tijd gestalte geven? Hoe ziet het er nu uit?

Het boek begint, na een voorwoord van Mansukh Patel, met de zeven stappen van het zevenvoudige pad, zoals Stufkens dat bij Franciscus waarneemt. Elk hoofdstuk staat in het teken van een van deze stappen en sluit daarmee af. De stappen die genoemd worden zijn van universele waarheid en bekendheid. Ze kunnen in andere woorden, in andere geïnspireerde geschriften teruggevonden worden. Dat kan ook niet anders als het om een verwoording van waarheid gaat.

Stap vier zegt: 'Niets en niemand eigen ik mij toe; ik leef eenvoudig en alles wordt mij geschonken.' Stufkens geeft een prachtige uitleg bij deze stap. 'Zonder eigendom zijn' wordt opgevat als, enerzijds zonder tastbaar eigendom, anderzijds zonder eigendom van het ego zijn. Armoede heeft niet alleen betrekking op materieel bezit, maar ook op armoede van geest.

Boeken en intellectuele ontwikkeling leiden naar hoogmoed en 'Intellectuele hoogmoed is eigendom' (p.81). Het is boeiend om te zien, dat er in onze samenleving een hele tak van recht en rechtspraak is die over intellectuele eigendom gaat van bijvoorbeeld liedjes, boeken, ideeën, enzovoort. Dan gaat de zin verder (p.81) 'maar ook bijvoorbeeld de oordelen over anderen die je je aanmatigt of je woede zijn dat' (eigendom dus). Pas als je je niet opwindt en niet kwaad wordt, leef je zonder eigendom, leef je pas in ware zin. Zonder bezit, zonder baan, zonder goede naam, zonder ergens aan te hechten, valt er niets te verliezen.

De zevende stap zegt: 'In vreugde leef ik dit leven, om mijn lippen zomaar een glimlach.' Volmaakt geluk wordt gevonden in het geheel overwinnen van het ego. Ik lees dat als: daar waar het niet meer uitmaakt of iemand zegt, ik houd van je of ik haat je. 'In een "normaal" mens klinkt bij het lezen van zulke teksten de protesterende stem van het ego die zegt: moet ik dan over me laten lopen? Een mysticus van het kaliber van Franciscus zou antwoorden: ik laat niet over me lopen want er is geen "ik" meer waarover gelopen zou kunnen worden' (p.126).

Het boek leest makkelijk weg, is informatief over Franciscus en is tegelijkertijd een persoonlijk document van Stufkens over Franciscus.

Els Thissen

Hein Stufkens. *Het zevenvoudige pad van Franciscus van Assisi*. Ankh-Hermes, Deventer 2000, €13,50

VERSCHENEN

Een Cursus in Wonderen Werkboekkaartjes

Het gaat om losbladige kaartjes van alle lessen van Een Cursus in Wonderen in een houten houder. De kaartjes zijn groter dan de Engelse losbladige uitgave en zijn daarom ook zonder bril of vergrootglas te lezen. Handig om mee te nemen op reis nu de Nederlandstalige uitgave van de Cursus wel erg fors is uitgevallen omdat deze niet, zoals de Engelstalige, op zeer dun papier is gedrukt.
Ankh-Hermes, Deventer 2001, €44,92

ACTIVITEITEN VAN HET CENTRUM VOOR ATTITUDINAL HEALING I.S.M. CENTRUM VOOR MIRACLES-STUDIES

In gezamenlijkheid bieden we een keur aan verschillende workshops en trainingen aan, allen gebaseerd op het gedachtegoed van Attitudinal Healing en/of Een Cursus in Wonderen. Hieronder treft u een overzicht van het programma aan. Voor meer uitgebreide informatie kunt u ook onze website bezoeken: www.ahnl.org, of schriftelijke informatie vragen.

TRAININGEN
De Facilitatortrainingen zijn bedoeld voor mensen die willen leven en werken met de principes van AH in hun dagelijks bestaan, in het gezin, op het werk. In de trainingen I en II worden verschillende vaardigheden, die samenhangen met de AH-richtlijnen geoefend, zoals empathisch luisteren, bewustwording van je gevoelens, ze accepteren en ermee leren omgaan, angst loslaten en door de ogen van liefde kijken. In de Facilitatortrainingen III en IV kijken we vooral naar onze eigen motieven om groepen te begeleiden en naar dat wat ons inspireert.

Facilitatortraining I
Faciliteren met een open hart.
Luisteren met een open hart.
13-15 sept 2002 of
19-21 sept 2003.
Facilitatortraining II
Faciliteren met een open mind.
Luisteren zonder te oordelen.
10-12 mei 2002 of
16-18 mei 2003.
Facilitatortraining III
Dienstbaar zijn.
Dienstbaar zijn in je rol als facilitator.
18-20 okt 2002 of
31 okt-2 nov 2003.
Facilitatortraining IV
NIEUW: *Inspiratie.*
Wat inspireert je echt en wat betekent dat voor jou als facilitator?
24-26 jan 2003.

De Facilitatortrainingen worden gehouden te Amersfoort, vrij 10-zon 16 uur, kosten €275 per trainingsdeel, incl. verblijf en cursusmateriaal.

Training Omgaan met mensen met Psychiatrische Klachten is bedoeld voor familie, vrienden en hulpverleners die te maken hebben met mensen met een psychiatrisch beeld, zoals persoonlijkheidsstoornis, manie, depressie, angsten, psychose of lichtere uitingsvormen van angst en die veel vragen in de persoonlijke e/o hulpverleningsrelatie.
15-16 juni 2002.
Amersfoort, za 10-zon 16 uur, kosten €158,82 incl. verblijf en cursusmateriaal

Training Course-Groepen begeleiden is bedoeld voor mensen die een course-groep begeleiden of overwegen dat te gaan doen. Je maakt kennis met diverse manieren van het begeleiden van een course-groep en gaat op zoek naar de voor jou meest passende wijze van begeleiden.
15-16 feb 2003.
Amersfoort, za 10-zon 16 uur, kosten €180, incl. verblijf en cursusmateriaal.

FACILITATORS
van AH-groepen, die één of méér facilitatortrainingen hebben gevolgd zijn welkom bij de
Facilitator-oefendag,
5 okt 2002.
Hilversum, za 10–16 uur, kosten €35.
Landelijke Facilitatordag
6 april 2003.
Hilversum, za 10.30-16 uur, op basis van donatie.

WORKSHOPS
Intensieve Workshops
'Jij bent het op wie je gewacht hebt!'
Voor iedereen die op intensieve wijze wil kennismaken met Attitudinal Healing, Een Cursus in Wonderen en The Work of Byron Katie, en hoe de toepassing van dit gedachtegoed diep kan doorwerken in je dagelijks leven.
Wehl (bij Doetinchem)
12-19 juli 2002.
Vrij 19-vrij 10 uur, max 30 deelnemers. Cursuskosten €230, Verblijf incl maaltijden €225.
Mölmeshof, Duitsland (bij Eisenach).
11-18 aug 2002.
Zon 18-zon 10 uur, max. 25 deelnemers. Cursuskosten €230, Verblijf incl maaltijden €303 (1pk); €240(2pk) €170 (kamperen).
Mölmeshof, Duitsland (bij Eisenach).
20 jul-3 aug 2003.
zon 18–zon 10 uur. Prijzen nog niet bekend.

Meditatieve Workshops
Voor wie de stilte en diepte in zichzelf wil verkennen en de ervaring van het vinden van eigen antwoorden wil opdoen.
In de contemplatieve sfeer van abdij Lilbosch of op het landgoed van Kasteel Nyswiller.
Echt, Abdij Lilbosch.
6-8 sept 2002.
vrij 16-zon 16 uur, max. 9 deelnemers, €140 incl verblijf en maaltijden.
Nyswiller, Kasteel Nyswiller
1-3 nov 2002.
vrij 10-zon 16 uur, max. 16 deelnemers. Cursuskosten €135, Verblijf incl maaltijden €135 (1pk); €120 (2pk).
Echt, Abdij Lilbosch.
27-29 juni 2003.
vrij 16-zon 16 uur, max. 9 deelnemers, €150 incl verblijf en maaltijden.

AH-Workshop
Principe 5, 'Nu is de enige tijd die er is' loopt als een rode draad door deze workshop. Hoe gelukkig ben je nu en wat houdt je af van het ervaren van innerlijke vrede?
16-17 nov 2002.
Amersfoort, za 10-zo 16 uur, kosten €170, incl. verblijf.

Workshops ***'Ben je bereid…?'***
Ben je bereid…. jezelf, de ander en de wereld te vergeven?
22-23 maart 2003.
Ben je bereid… voor je eigen onschuld / heelheid te kiezen?
3-4 mei 2003.
Ben je bereid… vrede als je enige doel te kiezen?
22-23 nov 2003.
Deze drie workshops worden gehouden te Amersfoort, za 10-zon 16 uur, kosten €170 per workshops, incl verblijf.

Mini-Workshops ECIW/AH
za 22 juni 2002, Oostburg (Zld), 14-16.30 uur, €8, aanm/info 076-5208377
zo 30 juni 2002, Moorveld, 10.30-12.30 uur, €4,50, aanm/info 043-3647987
zo 25 aug 2002, Moorveld, 10.30-12.30 uur, €4,50, aanm/info 043-3647987
zo 29 sept. 2002, Gorinchem, 14-16.30 uur, €8, aanm/info 076-5208377
za 26 okt 2002, Zierikzee, 14-16.30 uur, €8, aanm/info 076-5208377
zo 27 okt 2002, Moorveld, 10.30-12.30 uur, €4,50, aanm/info 043-3647987
wo 13 nov 2002, Maastricht, 20-22.30 uur, €7, aanm/info 043-3215703
zo 24 nov 2002, Dordrecht, 14-16.30 uur, €8, aanm/info 076-5208377

Voor informatie en voor opgave
Centrum voor AH / CMS
Luipertstraat 12,
6237 NM Moorveld,
tel/fax: 043-3647987;
e-mail:AHjoyEls@hetnet.nl;
Website: www.ahnl.org

De activiteiten worden verzorgd door Els Thissen.

ACTIVITEITEN CHRONOLOGISCH

10-12 mei 2002
Facilitatortraining II
15-16 juni 2002
Training Omgaan met mensen met psychiatrische klachten
22 juni 2002
Mini-Workshop Oostburg
30 juni 2002
Mini-Workshop Moorveld
12-19 juli 2002
Intensieve workshop 'Jij bent het op wie je gewacht hebt', Wehl, bij Doetinchem.
11-18 augustus 2002
Intensieve workshop, 'Jij bent het op wie je gewacht hebt', Mölmeshof, Duitsland.
25 augustus 2002
Mini-Workshop Moorveld
6-8 september 2002
Meditatieve workshop, Echt.
13-15 september 2002
Facilitatortraining I
5 oktober 2002
Facilitatoroefendag
18-20 oktober 2002
Facilitatortraining III
26 oktober 2002
Mini-Workshop Zierikzee
27 oktober 2002
Mini-Workshop Moorveld
1-3 november 2002
Meditatieve workshop, Nyswiller.
13 november 2002
Mini-Workshop Maastricht
16-17 november 2002
AH Workshop II
24 november 2002
Mini-Workshop Dordrecht
24-26 januari 2003
Facilitatortraining IV **(NIEUW)**
15-16 februari 2003
Training Course-Groepen begeleiden
22-23 maart 2003
Workshop 'Ben je bereid … jezelf, de ander en de wereld te vergeven?'
6 april 2003
Landelijke facilitatordag.
3-4 mei 2003
Workshop 'Ben je bereid … voor je eigen onschuld / heelheid te kiezen?'
16-18 mei 2003
Facilitatortraining II
27-29 juni 2003
Meditatieve workshop, Echt.
20 juli-3 aug 2003
Intensieve workshop, Mölmeshof, Duitsland.
19-21 september 2003
Facilitatortraining I
31 okt-2 nov 2003
Facilitatortraining III
22-23 november 2003
Workshop 'Ben je bereid … vrede als je enige doel te kiezen?'

ATTITUDINAL HEALINGGROEPEN

In diverse plaatsen in Nederland komen AH groepen bijeen. Deze groepen werken op basis van de principes en richtlijnen voor het werken in AH groepen. Indien je belangstelling hebt om aan een groep deel te nemen kun je contact opnemen met een van de facilitators. Kosten van deelname lopen uiteen van gratis tot maximaal €7,- per bijeenkomst.

Groningen
Groningen:
Godelieve Bos 050-5420233
Haren (1):
Marrigje Dijksma 050-5340729
Haren (2)[1, 2, 3]:
Henk Kamerling 050-5340729
Onstwedde:
Johan Maarsingh 0599-331722
Ten Boer:
Maatje Visbeen 050-3021940
Gelderland
Apeldoorn
Nicole Blaauw 055-5336916
Doetinchem:
Pieter Vegter 0575-465102
Gorssel:
Herman Kreike 0575-492864
Hengelo:
Pieter Vegter 0575-465102
Lochem:
Jan Helmus 0573-257927
Nijmegen:
Nanja 024-3224327
Zutphen:
Pieter Vegter 0575-465102
Flevoland
Lelystad:
Cees Bakker 0320-256355
Friesland
IJlst:
José van der Werf 0515-533183
Oosterend (1) en (2)[7]:
Willem & Jacqueline Feijten
0515-332472
Noord-Holland
Amsterdam:
Paulien Linnenbank 020-6820718
Renée van der Vijgh 020-6473075
Haarlem (1)[2]:
Ineke Smit 023-5365417
Haarlem (2):
Ynze Keetlapper 023-5367538
Heiloo:
Marti Op de Weegh 072-5334398
Hoofddorp:
Jane Struiksma 023-5614347
Santpoort-Noord:
Robin Wennegers &
Sandra van Altena 023-5382926
Zuid-Holland
Den Haag (1):
Michelle Bauer 070-3542074
Den Haag (2):
Yvonne Scharis 070-3522379
& Gemma Blaauw 070-5112410
Den Haag (3):
Annemarie van Unnik
070-3467932
Dordrecht:
Heleen de Meijer 078-6317787
Gouda:
Marianne spoor 0182-532396 &
Jans Ooms 0180-663408
Lekkerkerk;
Marianne spoor 0182-532396 &
Jans Ooms 0180-663408
Rotterdam:
Mieke Borgdorff 010-2201520
Streefkerk:
Krystyna Bergsma 0184-684340
Voorschoten:
Else Sutorius 071-5611994
Wassenaar[5]:
Gemma Blaauw 070-5112410
Zuid-Beyerland:
Anna Eppinga 0186-662055
Utrecht
Amersfoort (1) en (2)[3]:
Rozemarijn Ockhuysen
033-4728602
Eemnes:
Loek Kattekamp 030-2721290
& Wim van Ginkel 0343-431577
Houten:
Carla Glaudemans 030-6350269
& Susan Plomp 030-6353041
Nieuwegein:
Anneke Renes: 030-6065319
Soest[6]:
Maria de Wilde 035-6026486
Utrecht:
Mirjam Bossink 030-2626405
Vleuten:
Antonet den Boer 030-2713197
Zeist:
Etty de Graaf 030-6990028
Brabant
Breda:
Jopie van Heeren &
Henny van der Feer 076-5208377
Eindhoven:
Wil Oskam 040-2484452
Tilburg:
Anja Gussinko 013-5363784
Vessem:
Maria van Engeland 0497-571303
& Ineke Out 0497-514199
Vlijmen:
Marian van den Beuken
& Anita Koster 073-5119156
Limburg
Berg en Terblijt:
Riny Dijkman-Blom 043-6041816
Maastricht[4]:
Anja van Aarle 043-3647987
& Gait Welling
Moorveld:
Anja van Aarle & Els Thissen
043-3647987
Roermond:
Jeannette Manders 0475-341130
Sittard:
Beppie Cloo 046-4581597
Venlo-Blerick:
Jolanda Megens 06-17516018
Weert:
Gerrie van Gestel 0495-533232
Zeeland
Dreischor:
Trudy Huter 0111-401801
Vlissingen:
Ria Castenmiller 0118-639949 &
Ellen Heystek 0118-418294
Drenthe en Overijssel
geen groepen

Nederlandstalige groepen in het buitenland:
BELGIË:
Ruimte voor innerlijke vrede:
Beja Pingnet, Victor Nelisstraat
16, 2900 Schoten, tel 03-6588287,
Website: www.InnerlijkeVrede.be
Brugge:
Henk Content 050-352943
Kalmthout:
Rina & Jean-Pierre Lenders
03-6663618
Kessel-Lo:
Antje Bex 016-250267
Nijlen:
Fons & Diane Melis 03-4816439
Schoten:
Beja Pingnet 03-6588287
NOORD-FRANKRIJK
Esquéhéries (Aisne):
Jos Visser (0033) 323970349
OOST-SPANJE
Denia (Alicante):
Guido Visbeek
(0034) 966498394

[1] Thema: Werken aan werk
[2] Voor rouwverwerking na het verlies van een naaste of dierbare
[3] Voor mensen die gedurende een lange tijd ziek zijn
[4] Voor (ex)psychiatrische patiënten i.s.m. Stichting In De Rooden Leeuw.
[5] Voor ouders van mensen met psychiatrische klachten
[6] Voor ouders van kinderen die kort of lang geleden overleden zijn.
[7] Voor kinderen die een ouder, broertje of zusje verloren hebben of chronisch ziek zijn.

NIEUWE AH GROEPEN

Utrecht:
Mirjam Bossink
030-2626405

Gouda:
Marianne spoor
0182-532396 &
Jans Ooms
0180-663408

Lekkerkerk;
Marianne spoor
0182-532396 &
Jans Ooms
0180-663408

INTERVISIE-GROEPEN

Voor facilitators van AH- en/of Course-groepen
Algemene informatie
Centrum voor AH
043-3647987

Limburg, Moorveld
Anja van Aarle
043-3647987

Brabant
Henny van der Feer
076-5208377

Randstad
Gemma Blaauw
070-5112410

Noordelijke regio
Henk Kamerling
050-5340729

Er is ruimte voor nieuwe deelnemers in de groep te Eemnes.

MIRACLES IN CONTACT

De principes en richtlijnen van Attitudinal Healing stammen uit Een Cursus in Wonderen. Dit is de Nederlandse vertaling van *A Course in Miracles*©, die in 1976 in Amerika verscheen. In Nederland is de Stichting Miracles in Contact (MIC) actief om studenten en andere geïnteresseerden in de Cursus met elkaar in contact te brengen en informatie te geven over activiteiten rond de Cursus. MIC organiseert daartoe maandelijkse bijeenkomsten, workshops en lezingen. MIC geeft een Nieuwsbrief uit en beheert een boekenvoorraad, met de Cursus in verschillende talen, literatuur over de Cursus, en audio- en videotapes. U wordt van harte uitgenodigd meer informatie aan te vragen bij:
MIC, Postbus 127, 8200 AC Lelystad,
telefoon: 0320-284535; fax: 0320-284536.

NIEUWE ERVARINGEN
NIEUWE INZICHTEN
NIEUWE ENERGIE

Een reis naar binnen
10 tot 20 september 2002 in de Dordogne
Vakantie vieren en
meerwaarde mee naar huis nemen?
Dat kan!
Doe mee met het afwisselend
'vakantie-ontdek-je-eigen-binnenkant'
programma.
Alles wat we doen,
doen we vanuit openheid en vertrouwen
gebaseerd op 'Een cursus in wonderen'.
Folder?

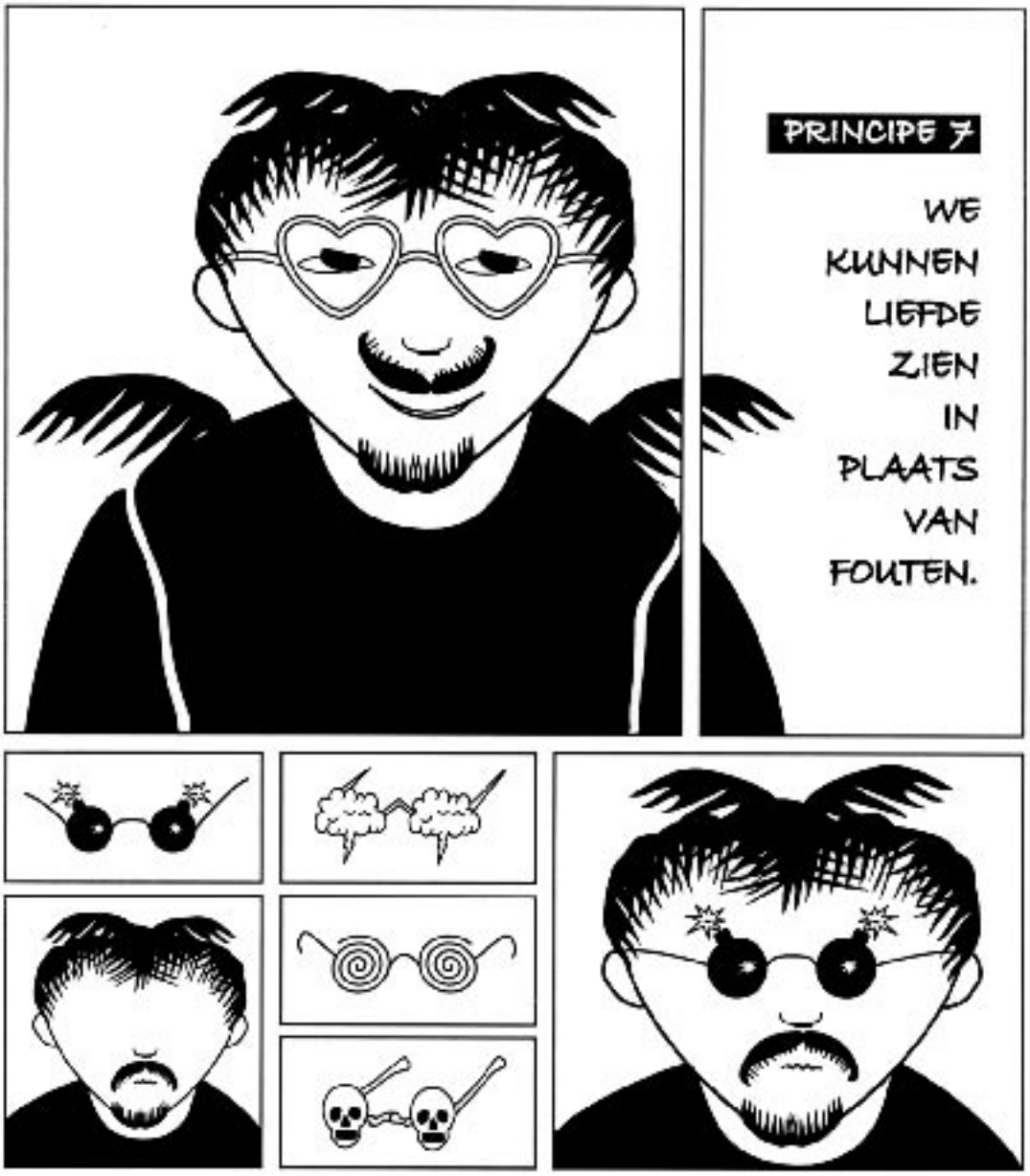
Bel: Ali: 071-5215483 of
Derkje: 0578-662475

TRAINERSOPLEIDING 'GEDACHTEN CREëREN'

door inzicht naar innerlijke vrijheid
een opleiding gebaseerd op de filosofie van wereld's grootste Vernieuwende Denkers

Het liefdevolle werk van schrijvers als Gerald Jampolsky, Marianne Williamson, Louise Hay, Wayne Dyer, Joseph Murphy, Neale Walsch, en vele anderen zijn het uitgangspunt in deze training. De training is verdeeld in twee delen, verspreid over twee jaar. In het eerste jaar van de training word je opgeleid om zelfstandig een basistraining van twaalf lessen aan een groep mensen te kunnen geven. In het tweede jaar leer je hoe je individueel kunt coachen en wordt er dieper ingegaan op specifieke interventies. Waar dit toe leidt verwoordt Louise Hay zelf heel treffend in een van haar boeken: *"Ik ben geen genezeres. Ik zie mezelf als een richtingaanwijzer op de ontdekkingsreis naar jezelf. Ik ben iemand die mensen steunt. Ik help mensen zelf de leiding te nemen. Ik help ze blokkades en weerstanden uit de weg te ruimen, zodat ze in alle omstandigheden van zichzelf kunnen houden. Dit betekent niet dat we nooit meer problemen zullen hebben, maar het verschil is de nieuwe manier waarop we op een probleem reageren*".

Trainer: Carmen de Haan
Startdata: 13 en 14 september of 20-21 september 2002.
Het eerste jaar duurt 9 maanden, 1x per maand twee dagen en wordt afgesloten met een deelcertificaat.
Het tweede jaar begint opnieuw in september en duurt 5 maanden. Dit tweede jaar wordt afgesloten met een totaal certificaat met vermelding van alle verworven vaardigheden.
Kosten: 1135 voor het eerste jaar en 455 voor het tweede jaar. Je kunt het deelnamebedrag eventueel in termijnen voldoen.
Locatie: Praktijk voor Communicatie, Hagelingerweg 74, Santpoort-Noord.
Informatie: Carmen de Haan, telefoon: 023-526.11.44 - fax: 023-584.21.45
email: info@carmendehaan.nl - website: www.carmendehaan.nl



Illustratie: Annemarie van Unnik

Elke keuze die ingaat tegen wat we in wezen zijn,
is een zeer pijnlijke keuze,
omdat die ingaat tegen wat 'waar' is over onszelf.

WWW.AHNL.ORG
Voor informatie over workshops, trainingen, lezingen, het tijdschrift ...van hart tot hart... en voor aanmelding deelname aan activiteiten