...*van* hart *tot* hart...

VOOR WIE DIT WIL LEVEN

Het verlangen van de ziel

Jaargang 10, februari 2010. Los nummer €4,25

1

Colofon
Jaargang 10, nr. 1, februari 2010
…van hart tot hart… (voortgekomen uit Attitudinal Healing en Een Cursus in Wonderen) is een uitgave van de Stichting Centrum voor Attitudinal Healing en verschijnt vier keer per jaar (feb., mei, aug. en nov.).

Stichtingsadres, redactie en administratie:
Stichting Centrum voor Attitudinal Healing
Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld.
Telefoon: 043-3647987;
e-mail: ahnl@elsthissen.nl
KvK: 41194138

Abonnementenadministratie:
e-mail: anjavanaarle@elsthissen.nl;
website: www.ahnl.org; www.elsthissen.nl

Eindredactie: Anita Koster en Els Thissen

Redactie: Anja van Aarle, Boukje Grashuis, Anita Koster, Els Thissen en Annemarie van Unnik

Medewerkers aan dit nummer:
Anita Koster; Annemarie van Unnik; Baukje van Kesteren; Boukje Grashuis; Clea Betlem; Els Thissen; Hasan Gadellaa; Janny Buijs; Joost Maarschalkerweerd; Liduïne Jansen; Marja Huibers; Niek Zervaas; Wiek van Lieshout; Wil Rijsterborgh.

Vormgeving: René de Vos reklamestudio, Amsterdam
Druk: Drukkerij Keulers, Geleen
Oplage: 1500

Advertenties: 1/1 pag. €390;
1/2 pag. €210; 1/4 pag. €125; 1/8 pag. €70.
Losse nummers: €4,25 excl. verzendkosten

ABONNEMENT
Zie pagina 28

Donaties voor ondersteuning van de activiteiten van de Stichting zijn welkom op: Rabobank: 33.49.31.061 of ING-nummer: 47.84.297; België: Dexia Bank Maasmechelen 088-2190186-18 t.n.v. Stichting Centrum voor Attitudinal Healing.
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.*

Nr. 1 van 2010 verschijnt begin februari

ISSN: 1571-3784

INHOUDSOPGAVE

3 Van de redactie

ARTIKELEN
4 Interview met Brandon Bays
8 Waarom doen alsof je ergens anders heen moet?
10 Interview met Ton Peters
18 Plaats voor iedereen - een verhaaltje

RUBRIEKEN
14 Column Annemarie van Unnik
15 De principes oefenen - Principe 1 van AH
16 Uit de workshops en trainingen - Buig en doe het NU
20 Muziek vanuit het hart (1) - Interview met Karen Drucker
23 Muziek vanuit het hart (2) - Ik wens je liefde toe
22 Column Niek Zervaas
24 Lezers, van hart tot hart - Marjo de Vries

BOEKEN, KAARTEN, FILMS EN CD's
12 Tarot; liefdevolle zelfrealisatie
25 De helende kracht van de werkelijkheid
25 Naar het hart van mijn ziel
26 De helende reis in de praktijk
26 Pepijns Geheim
27 Bewustzijn, het nieuwe kapitaal

EN VERDER
3 Een andere wereld
7 Engelen - oproep
13 Meditatie - Lieve Maria

HET HART
Activiteiten, AH-Groepen, CD-Lijst, enz.

Interview met Brandon Bays
Pagina 4.

Plaats voor iedereen
Pagina 18.

Interview met Karen Drucker
Pagina 20.

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.
Uitleg verwijzing citaten: p. 109, Aanhangsel ECIW.

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: Annemarie van Unnik/Brent Visser; **Foto pagina 14 & 24, tekening pagina 3 van Het Hart & 15:** Annemarie van Unnik; **Foto pagina 3 & 2 van Het Hart:** Clea Betlem; **Tekening pagina 7:** Marja Huibers/ www.marjahuibers.nl; **Foto pagina 8:** Flickr Metrix X; **Foto pagina 9, 10 & tekening pagina 17:** Els Thissen; **Tekening pagina 13:** Janny Buijs; **Foto pagina 16:** Wiek van Lieshout; **Tekening pagina 18:** Liduïne Jansen; **Foto achterpagina:** Joost Maaschalkerweerd.

…VAN DE REDACTIE

Verlangt mijn ziel naar sneeuwruimen? Mijn ego, mijn persoonlijkheid denkt van niet, want ik, kleine ik, verlang er niet naar. En mijn achterburen ook niet, zodat ik alleen sta te scheppen en te vegen.
Een beetje wrokkig. Maar.
Het Moet Gebeuren.
Verlangt mijn ziel naar sneeuwruimen? Mijn ziel verlangt in ieder geval naar liefde, vrede en compassie, naar het openen van mijn hart. Mijn hart is echter gesloten en ik ruim sneeuw. Niek Zervaas zegt in dit nummer van …van hart tot hart… met als thema *Het verlangen van de ziel* in zijn column, dat je het verlangen van je ziel kan helpen vormgeven door dicht bij je hart te blijven. Open je hart en voel de liefde stromen. En Brandon Bays heeft zelfs een hele methode ontwikkeld, *De helende reis*, waarmee je je afgeslotenheid, blokkades en pijn kan afpellen, laag voor laag als de schillen van een ui, zodat je je tenslotte kan openen voor de grenzeloze potentie van je ziel, voor de waarheid van wie je bent.
Verlangt mijn ziel dus naar sneeuwruimen? Ja, denk ik nu, als een mogelijke les die ik kan leren in vergeving, vergeven van mijn wrokkigheid en mijn buren, en zo mijn hart te openen voor de liefde die wil stromen. Dat is waar mijn ziel naar verlangt.

In een interview met Brandon Bays, door Annemarie van Unnik, vertelt zij over die wonderbaarlijke methode van haar, die ons helpt om bij onze essentie te komen, de lampenkap af te zetten en ons licht helder te laten stralen. Brandon zelf genas zo binnen zeven weken van een tumor zo groot als een basketbal. Geen wonder dat de ziel verlangt, en door ons ego duurt dat langer. 'Don't stand on the doorstep, Baby' parafraseert Hassan Gadellaa een songtekst van Petula Clark.
Verder een interview met Ton Peters, die de Tarot heeft verbonden met Een Cursus in Wonderen, en met Karen Drucker, een zangeres die zich laat inspireren door het gedachtegoed van de Cursus, Attitudinal Healing en Byron Katie. Het verhaal van Baukje van Kesteren laat zien dat er in de hemel plaats is voor iedereen. En dan natuurlijk nog onze rubrieken. Els Thissen oefent de principes van Attitudinal Healing met ons en dat gaat dit keer 'uiteraard' om principe 1: De kern van ons wezen is liefde. De meditatie, een gebed tot Maria: 'Help mij om mijn Goddelijke essentie volledig te doen ontwaken,' helpt ons om het verlangen van onze ziel vorm te geven. Tot slot natuurlijk nog het interview met een van onze lezers, Marjo de Vries dit keer, en enige boekbesprekingen, die ook regelmatig aan het thema raken.
De redactie, die in 2009 een groot aantal nieuwe lezers heeft mogen verwelkomen, en daar dankbaar voor is, wenst u in 2010 opnieuw veel leesplezier toe met dit, ons harteblad.

Anita Koster

Een andere wereld

Daar ging ik dan. Vol goede moed en vast van plan niets dan liefde te zien en mijn innerlijke vrede niet te laten verstoren door wat er ook maar buiten me gebeurde. Mijn eerste werkdag als geestelijk verzorger, zeg maar pastor, in de psychiatrie.
Nadat mijn wachtwoord voor de computer bleek te werken en ik alle benodigde sleutels in m'n broekzak had, ging ik op weg naar een afdeling 'chronische psychiatrie'.
De eerste man die ik ontmoette was Jan. Ik stelde me voor als de nieuwe geestelijk verzorger. 'Ik hou niet van mensen,' zei Jan. 'Ik hou niet van mensen!' riep Jan. 'IK HOU NIET VAN MENSEN!!' schreeuwde Jan.
En daar stond ik, met een totaal verstoorde innerlijke vrede en met angst in plaats van liefde, omdat ik niet wist wat te doen. Jan werd meegenomen door een verpleegkundige, omdat hij de hele ochtend al zat te schreeuwen.
Er kwam een vrouw aangelopen met twee douchemutsen op haar hoofd: 'Jansen ligt languit in de lift, dan ben je toch wel echt gestoord,' mompelde ze in het voorbijgaan. Jansen werd door de verpleging uit de lift getrokken en voor z'n kamer neergelegd. Toen ik even later door de gang liep lag hij daar nog steeds: 'Ik ben een verlamde man, help me dan toch, help me dan toch'. Het kwam in me op om te zeggen: 'En ik ben Jezus, sta op en wandel'.
Maar dat durfde ik niet. Niet helemaal gelukkig met mezelf liep ik door.
Na nog een voorstelrondje in de rookkamer liep ik weer naar buiten.
'Innerlijke vrede en liefde,' repeteerde ik voor mezelf, 'niets dan liefde'. Je zal daar maar zitten, al 25 jaar in die vieze, gele rookkamer, met een schizofreen hoofd.
Ik fietste terug naar huis een andere wereld in. Het is er niet beter, maar mensen houden er hun gekte achter hun aangepaste gedrag verborgen. En dat vond ik na deze eerste werkdag wel een rustige gedachte.

Boukje Grashuis

Brandon Bays, Amerikaanse van geboorte, woont met haar man in Engeland. In 1992 ontwikkelde zij een methode die nu de wereld over gaat. De essentie ervan is het opruimen van emotionele blokkades die beletten dat we onze grootsheid leven. Verder is het haar passie mensen wakker te schudden voor een nieuwe manier van leven. En dit, als antwoord op wat deze uitdagende tijd van ons vraagt.

Annemarie van Unnik

Vrij van grenzen

'Wie ik ben? Dat is de meest diepe vraag die gesteld kan worden. Ik voel me een aanwezigheid van waarheid, van vrede en vreugde. En ik heb een lichaam. Maar voel me niet een lichaam. Ik ben moeder, leraar, zakenvrouw, Brandon Bays, maar als ik mezelf werkelijk afvraag wie ik ben, ga ik aan die oppervlaktelaag voorbij. Dan vallen de etiketjes weg en kom ik uit bij de essentie - die liefde is. En die is hetzelfde in ons allemaal. De methode *De helende reis* (DHR) vond zijn oorsprong in het feit dat er op 39-jarige leeftijd bij mij een tumor werd vastgesteld ter grootte van een basketbal.
Omdat ik erg thuis ben op het gebied van natuurgeneeswijzen, had ik dat nooit verwacht. Het schudde me wakker. En tijdens een intense, spirituele en helende reis naar binnen, bracht het me bij opruimwerk op diep niveau. Het grote cadeau was het vinden van een manier om uit te komen bij mijn essentie, mijn ziel - en de mogelijkheid de ziekte van binnenuit te laten oplossen. Dit door oud en verdrongen celgeheugen bloot te leggen. Toen ik dat door middel van een vergevingsproces kon loslaten, kon het lichaam genezen. Zes weken later was er van de kanker geen spoor meer terug te vinden. In mijn boek *De helende reis* neem ik de lezer met me mee op die innerlijke reis. Inmiddels wordt de methode wijdverbreid gebruikt. Ook in ziekenhuizen, scholen, de verslavingszorg en gevangenissen. DHR is een proces waarbij dingen worden weggenomen: afgeslotenheid, pijn, blokkades, patronen. En het opent je voor de grenzeloze potentie van je ziel, voor de waarheid van wat je bent. En die aanwezigheid bewerkstelligt het herstel.'

Celgeheugen

'Tijdens mijn eerste DHR wist ik van celgeheugen. Maar een methode om het te neutraliseren bestond nog niet. Dus bad ik om begeleiding bij het vinden van middelen die daartoe toegang zouden verschaffen. Ik moest weten wat er lag opgeslagen in het celgeheugen van de tumor. Toen dat naar boven kwam, dacht ik: dit overbekende onderwerp, misbruik en geweld in mijn jeugd, kan het niet zijn! Jarenlang had ik aan mezelf gewerkt, ook als therapeut. En ik was er al lang klaar mee. Maar mijn lichaam en mijn ziel zeiden: nou Brandon, misschien is dat wel niet zo. Ermee aan de slag gaande, kwam ik uit bij een vorm die ik *De helende reis* ben gaan noemen. En nog steeds doe ik die eens per week. Er zijn miljoenen celgeheugens en ik blijf leerling tot aan mijn dood. En wat ik aanbied wil ik leven. Iemand die zegt alles onder controle te hebben, geloof ik niet. Mijn ervaring is dat met elke laag die verdwijnt, meer vrijkomt van mijn ware authentieke zelf. In essentie zijn we nu al vrij. Wanneer kinderen geboren worden, ervaren zij zichzelf als oneindig bewustzijn van liefde; één met alles. De hand van moeder voelt als de eigen hand. Maar door het leven met zijn uitdagingen en pijn raakt de stralendheid toegedekt. DHR pelt die laagjes af, waardoor er weer meer van dat natuurlijke bewustzijn ter beschikking komt. Wetenschappers ontdekten dat als je een sterke emotie voelt en die onderdrukt, dit een biochemisch proces op gang brengt in de bloedvaten. En die blokkeert receptoren in bepaalde cellen. Als dat zo blijft, kan daar een ziekte ontstaan. Echter, als een proefpersoon een emotie vrijelijk doorvoelt, blijven de receptoren open. Bij DHR ga je naar gebieden in het lichaam waar blokkades liggen en je laat het opgeslagen bewustzijn van pijn los. Dit, in een proces van begrip - voor wat zich nu eigenlijk afspeelt in je leven. Vergeven speelt daarbij een sleutelrol. Het geeft aan dat je er eindelijk klaar mee bent. DHR is een proces van je eigen antwoorden vinden, je eigen waarheid. Je eigen weg naar huis, naar de heelheid in je.'

Deel worden van de oplossing

'De helende reis heeft zich in de loop der jaren enorm verdiept en uitgebreid. Het boek is in vele talen vertaald en seminars erover worden gehouden in tientallen landen. De afgelopen jaren kenmerkten zich door crisissen, onder meer op het gebied van klimaat, oorlogen, financiën en terrorisme. En waar ik ook ben op de wereld zie ik dat mensen op slot gaan. Men is verstrakt, bang voor het verlies van banen, angstig om huis en haard. Waar het angstbewustzijn betreft, spant Amerika op dit moment de kroon. En dat is schokkend om te zien. Het is alsof er een deksel is neergelaten op het land. En dat terwijl het

In essentie zijn we nu al vrij

in principe mensen zijn als de Nederlanders. Ze groeiden op met geloof in onbeperkte mogelijkheden. Angst verstart en verspert de toegang tot onze natuurlijke genialiteit, talenten, creativiteit en oplossingen.
Het door mijn man en mij geschreven boek *Bewustzijn, het nieuwe kapitaal* is een zeer bruikbaar handboek om te komen tot de diepste oorzaak van dit gevoel van beperktheid, zodat het opgeruimd kan worden. Wanneer wij ons openen voor het oneindige veld van alle mogelijkheden, gebeurt er iets heel anders. De lampenkap afzetten en ons licht helder laten stralen, moedigt anderen aan dit ook te doen. Daarmee worden we deel van de oplossing die de wereld nu nodig heeft.
Het is mijn wens dat de middelen om dat te bereiken binnen ieders bereik liggen, zodat men deel kan worden van de verschuiving in bewustzijn. Het boek biedt een volledig nieuw paradigma voor het manifesteren van overvloed vanuit bewustzijn. Voor duurzame vervulling en een leefbare toekomst. Het oude op hebzucht gebaseerde systeem heeft totaal afgedaan. Het leidde tot de toestand waarin de wereld nu verkeert. We kunnen leven op een meer holistische manier. Eén waarin werknemers mogen floreren - en daardoor de bedrijven. Een manier van leven waarbij mensen dingen doen die ze fijn vinden om te doen - en dit tot hun recht laten komen. Een leven van groei, waarbij je ook teruggeeft aan het leven. Het gaat niet om mij en mijn volgende hebbeding. Het gaat om mij en al het leven om mij heen. Dat vraagt om een ruimere blik.'

Bewuste bedrijfsvoering

'Mijn echtgenoot werkt aan bewuste bedrijfsvoering. Hij zet ons bevrijdende werk in binnen bedrijven. Op dit moment begeleidt hij in Nieuw-Zeeland een enorme bijeenkomst met zelfstandige ondernemers. Die komen naar de conferentie om te leren hoe zij bewustzijn kun-

Het oude op hebzucht gebaseerde systeem heeft totaal afgedaan

nen brengen in hun bedrijfsvoering! De Canadese justitie benaderde ons onlangs met de vraag voor een DHR-programma voor bewust leiderschap voor al hun rechters. Men wil meer bewustzijn en ethiek in de rechtszaal. De minister van onderwijs in Israël vroeg mij schoolleiders en leerkrachten bekend te maken met DHR. Geweldig! De drie meest gebruikte woorden in Engeland zijn op dit moment: bewustzijn, ethiek en duurzaamheid. Bedrijven willen dit, want de tegenstellingen ervan zijn niet gericht op een leefbare toekomst. Het is mogelijk manifeste overvloed te creëren, waarin al het leven is opgenomen. Ik raak daar gepassioneerd over. Ons eigen bedrijf begon in een soort woonkamer. Het groeide uit in de mate waarin we zorg konden dragen voor alle mensen en alle onderdelen. Als werkgever zoek ik naar wegen om het personeel te laten bloeien. Zij moeten het gevoel hebben volledig in hun kracht te kunnen gaan staan. Een bedrijf groeit in die mate waarin de medewerkers kunnen groeien. En dat is een heel nieuwe manier van kijken naar zaken doen en het leven.'

Goede doelen

'Het raakt me dat het op dit moment een rage is dat miljardairs als Bill Gates gigantische bedragen investeren in moeder aarde, in goede doelen, in zaken die de mensheid dienen. Het getuigt van weten dat er niets gebeurt zolang ik er niet zelf aan meewerk. Mensen voelen van binnenuit een oproep om te reageren en mee te werken aan de verandering ten goede. Dat is nodig voor onze planeet. En ik vind het geweldig dat de witte

Alle grenzen vielen weg

boordensector daar nu ook mee aan de slag gaat. Het is niet alleen een spirituele aangelegenheid. In zijn inaugurele rede sprak Barack Obama erover, dat iedereen in de wereld zich verantwoordelijk moet gaan opstellen. Alleen reikt hij ons daarvoor geen middelen aan. Dan wil ik wel schreeuwen: Lees dit boek, dan weet je hoe! Aan de ene kant willen mensen bijdragen aan verandering, aan de andere kant sluiten mensen zich af en dragen bij aan angstdenken. Welke kant gaat overheersen weet ik niet.

DHR is maar een klein onderdeel van het ontwaken en de heling die gaande is op onze planeet.
Ik vind het super dat het gebruikt wordt in de ziekenhuizen in Johannesburg. Onmiddellijk nadat iemand door de artsen is opgelapt, wordt die door het traumapersoneel door een helende reisproces heengeleid.

Daardoor geneest het lichaam sneller en zijn er ook minder revalidatiekosten. We hebben ook een charitatieve afdeling die werkt met Australische Aboriginals en Canadese indianen, en er zijn vele projecten in Afrika

Je kunt een paard naar water leiden, maar het niet dwingen te drinken

en India. Met andere instellingen samen runnen we een gezondheidstrein. Die rijdt naar en voor mensen die geen ziektekosten kunnen betalen. Aan boord wordt geopereerd, en zijn er artsen, psychiaters en DHR-therapeuten. Die laatste zijn er bijvoorbeeld voor kinderen die gepest worden op school. Een kind dat zich niet veilig voelt, kan zich niet concentreren. Veiligheid is een voorwaarde om te kunnen leren. Waar de trein komt, wordt leerkrachten geleerd hoe zij DHR kunnen inzetten. En het gebeurt al op grote schaal. Onderzoek toont aan dat het percentage leerlingen dat slaagt, daardoor toeneemt. Als trauma's verdwijnen, kan de natuurlijke intelligentie en creativiteit en vreugde van het kind weer naar boven komen. Het kan zich dan focussen op de lesstof - en het fijn hebben op school.
Of DHR werkt voor iedereen? Ik merkte dat het afhangt van je gebed. Als er een waarachtige wens is om je te openen, te helen, jezelf te ontdekken, dan maakt het niet uit wat je leeftijd, achtergrond of religie is. Maar als je het doet omdat je vriendin vindt dat je er hard aan toe bent, is er die muur van weerstand. Het moet iets zijn wat je ziel je wil laten ervaren.
Wanneer bij wie ook, het ware verlangen rijst, verschijnt DHR of welke leraar of lering ook, die je de weg wijst naar Jezelf. Dus of iedereen het kan doen? Ja. En... je kunt een paard naar water leiden, maar je kunt het niet dwingen te drinken.'

Alle grenzen vielen weg

'De reden voor het schrijven van mijn nieuwste boek was een seminar in Oost-Duitsland. Op die plek, op loopafstand van een concentratiekamp, kon men Hitler werkelijk vergeven. Sterker nog, mensen uit veel verschillende landen vonden een manier om elkaar te vergeven. Het was het meest aangrijpende wat ik ooit had meegemaakt. Nederlanders vergaven de Duitsers, Japanners de Amerikanen, Moslims de Hindoes, enz. Op het punt waarop iedereen echt iedereen vergaf... was het alsof alle opgetrokken muren wegvielen. Alle grenzen vielen weg. Religies vielen weg. Landen vielen weg. Er was alleen nog die ervaring van liefde, van eenheid. Doordat dit in die microkosmos kon gebeuren, houd ik voor ogen dat dit ook mogelijk is voor de wereld. Daarom voel ik me zo betrokken! Ik wil dat iedereen de mogelijkheid krijgt blokkades op te heffen - om zich zo te openen voor dat natuurlijke verlichte bewustzijn. Zodat we als mensheid kunnen samenwerken, onbegrensd. De helende reis is een universele lering. Ik werk grenzenvrij. Het wordt gebruikt in kerken en ashrams. Het gaat over het uitkomen bij liefde, waarover gesproken wordt in alle religies. Het gaat over de middelen om te komen tot ware vergeving, waarover gesproken wordt in alle religies. Het gaat over compassie voelen, waarover gesproken wordt in alle religies. En het gaat dit keer niet over een mooi ideaal. Het gaat nu vanuit de directe ervaring!' ●

Engelen - oproep

Er zijn allerhande mensen die spreken en schrijven over engelen. Lorna Byrne, met wie wij een interview hielden dat in het volgende nummer verschijnt, zegt dat engelen er alles aan doen om ons vrede te brengen. Ieder mens heeft een beschermengel, ongeacht afkomst of geloof. Ook Doreen Virtue spreekt in die termen over engelen. Binnen kringen van ECIW en Attitudinal Healing hoor ik mensen er zelden over. Toch spreekt ook de Cursus over engelen en vertelt ons wat ze voor ons doen. Wat denkt u van: 'Liefdevol omzweven engelen jou, om alle duistere gedachten van zonde van je af te houden, en het licht vast te houden waar het binnenkwam' (T26.X.7:1). Of: 'Engelen verlichten de weg, zodat alle duisternis verdwijnt en jij in een licht staat zo helder en duidelijk, dat jij alle dingen die je ziet kunt begrijpen' (WdI.131.13:2). Het kan zijn dat u de steun van engelen dagelijks voelt, of dat u iets hebt meegemaakt waarbij u duidelijk de hulp van een engel hebt gevoeld. Misschien is er iets gebeurd, terwijl u niet in engelen gelooft, en waarbij u toch denkt: dat moet wel een engel zijn geweest. Het volgende nummer van ...van hart tot hart... heeft als thema Engelen. Wij vragen u om uw ervaringen met engelen met ons te delen. Wat het ook is, schrijf het op en stuur het ons (de redactie) toe per e-mail: cms@elsthissen.nl. Lengte max.1 pagina A4 of 700 woorden. Misschien treft u in een van de komende nummers uw verhaal aan.

Waarom doen alsof je ergens anders heen moet?

Ik lees ECIW en ben in het werkboek aangekomen bij de lessen die aangeven dat we zijn verlost (Les 231 en verder). Het zijn lessen waarvan ik voel dat ze nog niet diep genoeg bij me doordringen. Alsof ik iets in de eerdere lessen heb gemist en het niet begrepen heb. Toch hoop ik dat eens het kwartje zal vallen. Of is het misschien al gevallen?
Ik voel me hiermee wat hulpeloos. Ook 's nachts in mijn dromen kom ik dit tegen. Ik dool doelloos plaatsen en gebeurtenissen in en uit, die de droom spint tijdens mijn slaap (vgl. T27.VIII. De 'held' van de droom). Het is een zich herhalende droom waarin ik in een vreemde stad ben en niet weet waar ik naartoe moet. Vaak ben ik in een onbekend gebouw, waar ik niet thuishoor en waarvan ik de uitgang niet kan vinden. Maar nu sta ik zelfs 's ochtends op met dit doelloze gevoel en het lijkt alsof mijn droom zich voortzet in mijn dagelijks leven, waarin ik denk dat ik wakker ben!
Sinds twee dagen komt er een oud wijsje in mijn hoofd met een Beach Boys-achtige sound en met de tekst: 'Don't stand on the doorstep, Baby'. Ik besluit de tekst op te zoeken. Uiteindelijk vind ik het bij Petula Clark, een liedje uit 1967: Don't sleep in the subway. Ik heb in de derde zin een wijziging aangebracht om duidelijk te maken hoe ik de tekst lees. Er stond 'me' met een aardse, kleine letter. Ik heb er een grote letter van gemaakt. En daarna nog drie keer.

DON'T SLEEP IN THE SUBWAY

You wander around on your own little cloud
when you don't see the why, or the where for.
You walk out on Me when we both disagree,
'cause to reason is not what you care for.

I've heard it all a million time before.
Take off your coat, My love, and close the door.

Don't sleep in the subway, darling.
Don't stand in the pouring rain.
Don't sleep in the subway, darling.
The night is lonely. Forget your foolish pride.
Nothing's wrong. Now you're beside Me again.

You try to be smart, then you take it apart,
'cause it hurts when your ego is deflated.
You don't realize that it's all compromise,
and the problems are so overrated.

Goodbye means nothing when it's all for show.
So why pretend you've somewhere else to go.

Don't sleep in the subway, darling.
Don't stand in the pouring rain.
Don't sleep in the subway, darling.
The night is lonely. Forget your foolish pride.
Nothing's wrong. Now you're beside Me again.

SLAAP NIET IN DE ONDERGRONDSE

Je zwerft rond op je eigen kleine wolkje
als je niet het hoe of waarom ziet.
Je loopt bij Mij weg als we het niet eens zijn,
want erover praten doe je niet graag

Ik hoorde het al miljoenen keren.
Doe je jas uit, Mijn lief, en doe de deur dicht.

Slaap niet in de ondergrondse, schat.
Sta niet in de stromende regen.
Slaap niet in de ondergrondse, schat.
De nacht is lang. Vergeet je dwaze trots.
Er is niets mis nu je weer bij Mij bent.

Je probeert bijdehand te zijn, neem dit dan ter harte,
want het doet pijn als je ego leeggelopen is.
Je beseft niet dat alles een compromis is,
en dat moeilijkheden zo overgewaardeerd worden.

Vaarwel betekent niets als het alleen voor de show is.
Dus waarom doen alsof je ergens anders heen moet.

Slaap niet in de ondergrondse, schat.
Sta niet in de stromende regen.
Slaap niet in de ondergrondse, schat.
De nacht is lang. Vergeet je dwaze trots.
Er is niets mis nu je weer bij Mij bent.

Bij het lezen van de tekst barst ik in tranen uit en ben geraakt door de liefdesboodschap die Hij deelt met 'Zijn schat'. Dit is toch niet een lied dat je als mens, op je eenzame wolkje op deze aarde kan bedenken. Of misschien toch wel als 'alone' tot 'All One' is gerealiseerd? Of wanneer je geïnspireerd bent door de Heilige Geest met zijn Liefde? Of wanneer je simpelweg ECIW hebt begrepen? Het is natuurlijk geen intellectueel begrijpen dat nodig is, maar een overgave van het hart, als je niet langer wilt afdrijven op je kleine eenzame wolkje.
Maar gelukkig, ook al heeft Hij ons geweeklaag al miljoenen keren eerder gehoord, de deur is nog altijd wagenwijd open. Net zoals in het soefi-verhaal wat mij altijd weer ontroert en waarin Rumi zegt: 'Kom, kom maar, wie je ook bent, ook al heb je je beloftes duizend keer verbroken, kom, kom terug.'

Prachtig vind ik hoe in de tekst van Petula Clark gezegd wordt dat het pijn doet wanneer je ego leeggelopen is, daarmee aangevend dat het ego slechts gebakken lucht is. Het spat al snel als een luchtballon uiteen door slechts een klein speldenprikje Liefde.

Dat doet me denken aan die keer dat een klein meisje aan de hand van haar moeder met een prachtige gasballonstripfiguur de overvolle winkel binnenkwam. Ze lachte trots en blij totdat even later de ballon in het niets uiteen knalde. Er was ineens zo'n stilte in de zaak die me tot nu toe is bijgebleven. Alsof er iets essentieels gebeurde. De stilte werd verbroken door het meisje dat in tranen uitbarstte en de moeder die onmiddellijk een nieuwe ballon beloofde! Ik vond het verbreken van die stilte erg ontnuchterend en werelds.

Ik wil het anders zien. Moeilijkheden zijn zo overgewaardeerd. Ik wil niet meer in de ondergrondse zijn van dit aardse tranendal met de stromende regen. En mijn 'dwaze trots?' Die wil ik graag loslaten, net als het bijdehand zijn, met als gevolg die pijnlijke afscheiding die door mijn oordelen teweeg wordt gebracht. En ik hoef nergens meer heen te gaan, want die hele afscheiding schijnt niet eens te hebben plaatsgevonden. Het was maar voor de flauwekul, waarom een Mensenzoon vergat te lachen: Vaarwel betekent niets als het allemaal voor de show is. Dus waarom doen alsof je ergens anders naar toe moet.
Ik ben benieuwd en kan bijna niet wachten of ik in mijn dagelijkse en nachtelijke dromen nu voorgoed thuis kan komen bij 'mijn' Zelf en 'weer bij Hem.'

Hasan Gadellaa

VHTH, jrg.4 nr. 1

Dienstbaarheid betekent je plek innemen in het grote geheel.
En dat is tegelijkertijd ook waar je geluk ligt,
dat te doen waarvoor je gekomen bent.

Willem Glaudemans

Terugkeer naar Liefde

Ton (Antonius Hubertus Bernardus Maria) Peters. Geboren in Wageningen, Suriname op 5 januari 1960. Beroep: Therapeut. Vader van 3 zonen (23, 20, 18 jaar) en sinds 2008 samenwonend met Han.

Ton Peters heeft een boek over de Tarot geschreven en zijn uitleg ervan lijkt doordrenkt van het gedachtegoed van ECIW. Dat was voor Els Thissen voldoende reden om op zoek te gaan naar de mens erachter.

Els Thissen

‘Ik ben geest, denkgeest en ik vind het een hele tocht om uit te vinden hoe dat in elkaar zit. Ik weet inmiddels dat we niet ons lichaam zijn. Dat kan ik vooral voelen als ik in de praktijk met mensen werk. Dan merk ik dat ik tegen mezelf praat en realiseer ik me dat we één zijn in geest. Dáár horen we te zijn en dáár wil ik naar terugkeren. Ik ervaar het leven als een zoektocht gevuld met belevenissen. Ze zijn niet altijd leuk, maar als het doorstroomt denk ik “wat wonderbaarlijk”.
Ik was niet speciaal met de tarot bezig en voel me ook geen tarotspecialist. 15 jaar geleden heb ik een opleiding gedaan in intuïtieve ontwikkeling, healing en reading. De vrouw die dat gaf, werkte vol enthousiasme met de tarot. Ik hield me op dat moment intensief met de I-Tjing bezig. Met de tarot had ik niet veel, maar mijn mond viel vaak open als die vrouw er zo prachtig over vertelde. Ik wilde terugvinden wat zij erover zei en ging erover lezen. Maar dat wat zij zei, kwam ik nergens meer tegen.
Een kindertarot met uitleg die ik had gekocht om aan mijn kinderen voor te lezen, bleek een zeer dogmatische tekst te zijn. Dat maakte me zo kwaad dat ik besloot er zelf een te schrijven. Gaandeweg het schrijven, werd me duidelijk dat het geen kindertarot werd maar een tarot voor volwassenen. Ik werd stil en de tekst vloog uit mijn pen. In datzelfde jaar kwam ik ook in aanraking met Een Cursus in Wonderen die ik heel aantrekkelijk vond.
Ik heb me nooit gerealiseerd dat de Cursus een plek in de tarot zou krijgen. Inmiddels heb ik een tweede tarotboek geschreven dat in 2010 uitkomt bij Ankh-Hermes. Daarin zit de Cursus nog meer verwerkt. Ik begrijp de betekenis van vergeving nu beter.
Ik ben opnieuw begonnen met schrijven, maar er zit wel eenzelfde sfeer in het boek. Han, mijn vriend, heeft het taalkundig nagekeken. Mijn zusje is de kritische noot als het over het spirituele gaat. Ze zegt dan: “Van die tekst snap ik niks”. En met die stukken moet ik dan iets.
Ik heb er nooit over nagedacht of ik een missie of roeping heb. Het is wel zo dat de essentie van mijn werk Liefde is. Dat kan ik voelen. En tegelijkertijd begrijp ik niets van de grootheid daarvan.’

Terugkeer naar Liefde

‘Zowel de Cursus als de tarot is een terugkeer naar Liefde. Ik meen dat de tarot is ontstaan op Atlantis. Daar waren priestergenootschappen die voelden dat het einde der tijden nabij was. Zij zochten toen een vorm om later bepaalde ideeën weer op te kunnen pakken. Dat is uitgestuwd in de vorm van de tarot. Nu, in deze tijd, moet ik daarom lachen. Toen, in de tijd van Atlantis, dacht ik dat ik er goed aan deed. In al die genootschappen was het leven en denken in zekere zin beklemmend. En nu, met ECIW, herken ik dat het in de juiste context gezet moet worden. We moeten niet star doen en denken dat we de waarheid in pacht hebben. Ik heb herinneringen aan de tijd van Atlantis en zie mezelf figureren als één van de priesters.

Wat ik nu zie, is dat het weten van toen bij mij terug komt en ontdaan is van de dogmatiek van toen.
In Atlantis ben ik tot aan het einde gebleven, ook toen het vuur al immens was. Die tempels vond ik heilig en ik meende er goed aan te doen. Als ik nu tot me door laat dringen dat materie alleen maar gestolde gedachte is, dan vraag ik me nu af: waarom zo moeilijk doen over een tempel? De Ton van nu en de priester van Atlantis zijn allebei dienstbaar aan mensen. Maar nu kan ik veel meer mijn eigen proces erin vasthouden. Het is niet meer ingekaderd in een genootschap. Dan kun je veel sneller komen tot die eenheid van geest, waar je vroeger of later in oplost. De Cursus zegt: Waar wilt U dat ik ben, wat wilt U dat ik doe? Als ik die vraag stel krijg ik acht van de tien keer te horen: doe niets!
Dat vind ik lastig. Ik zou wel iets willen doen, iets aan willen pakken. En toch hoor ik: doe niets. Dat voel ik in mijn spieren... Gelukkig mag ik een enkele keer wel iets doen. Maar om écht te luisteren... Als ik een tarotkaart op een kwestie trek, word ik hebberig. Dan stel ik minstens tien vragen en raak ik weer verward, hahaha... Als ik de uitleg in het boek er dan bij pak, kan ik me soms niet herinneren dat ík het geschreven heb. De uitleg blijkt vervolgens heel duidelijk en van toepassing op die specifieke situatie.
ECIW beïnvloedt mijn leven nog steeds. Het wordt sterker en sterker. In het begin herkende ik veel en dacht: “O ja, zo is het”. Na verschijning van het boek van Gary Renard, *De verdwijning van het Universum*, besloot ik de Cursus echt van kaft tot kaft te lezen. Tot mijn verbazing kwam geen enkele tekst me bekend voor. Het was alsof ik nog nooit in de Cursus gelezen had. Eerder vond ik de Cursus ouderwetse taal. Bij herlezing vond ik het heel eigentijds.’

Van boerenafkomst

‘Toen ik 23 was ging ik naar schilderles. Ik ben van boerenafkomst en kwam niet vaak in die kringen. Bij les twee of drie zei de schilderjuf: “Je hebt een kleurgebruik van iemand die in de tropen geboren is”. Ik vond dat schokkend, want ik bén in de tropen geboren. Mijn vader werkte in Suriname in de rijstcultuur. Vóór mijn vierde jaar waren we weer terug in Nederland. Ik vond het schokkend dat je dat allemaal verraadt als je spontaan gaat schilderen. Ook mijn smaak en reuk zijn tropisch.
Op het gebied van gevoel wilde ik alles verborgen houden en ik ben er jong mee begonnen om dat allemaal te onderdrukken. Ook heldere gevoelens en het in dingen schouwen, waren al heel jong wakker in mij. In het milieu waarin ik opgroeide, kon dat niet. Dat werd een onderdrukking van laag op laag op laag. Ook seksualiteit zat daarin. Dáár zaten wel drie deuren voor. Als er één open ging, waren er gelukkig nog twee dicht! Nu durf ik te voelen. 20 jaar geleden liet ik dat niet toe, bang voor wat er allemaal open zou gaan. Nu is het veel meer verinnerlijkt.
Ik was boer, liep op een dag op het land en dacht: “God, doe me niet aan, dat ik dit mijn hele leven moet blijven doen”. Ik vond dat God me echt moest helpen. Ik ben op cursus gegaan in Amsterdam, Taoistische healing, en ik werd verliefd op een mannelijke medecursist. Toen had ik een probleem. Ik kan niet goed met iets leven dat wakker is geworden en waar ik geen gehoor aan geef. Ik was al bezig met het stoppen met de boerderij en ben toen ook gescheiden. De jongen waar ik verliefd op was, zei vervolgens dat-ie geen homo was. Haha...
Omdat ik van alles zag en voelde, en dat als probleem ervoer, ging ik naar een cursus voor paranormale geneeswijzen. Ook dat vond ik onthutsend en het maakte me helder hoe ik niet met mensen om wil gaan. Ik wil mijn eigen proces bij alles betrokken houden en me realiseren dat wat ik tegen mensen zeg ook of juist voor mij geldt.’

De dwaas is de kaart van vertrouwen

‘De vorm van hoe ik werk verandert steeds en ook daar

kan ik van in de stress raken. Dan ben ik bang dat ik de aansluiting bij m'n cliënten verlies. Daar kan ik beter niet over nadenken. Haha... Ik vind het innerlijk luisteren soms ook lastig. Ik organiseer een cursus in Italië en dan gaat het niet door. En toch voel ik dat het goed is dat ik het plande. Dan komt het denken erover heen met een oordeel. Ik vind het lastig om er altijd op te vertrouwen dat het zo goed is. Tegen mensen zeg ik dingen soms heel stellig, en zelf vind ik het moeilijk. Haha.. De dwaas is de kaart van vertrouwen. Dat is de eerste kaart in de tarot. Soms word ik gevraagd om met mensen mee te kijken als coach voor mensen in de financiële wereld. Dan kijken we naar hun manier van werken. Ook daarvoor is de Cursus een praktisch boek. In de financiële wereld wordt gesproken over doelstellingen. En de Cursus zegt dat een doelstelling altijd leidt tot innerlijke vrede, anders is het geen doelstelling. Deze teksten krijgen ze allemaal te horen. Want innerlijke vrede, innerlijke rust wil iedereen.
Ik realiseer me zo goed dat dingen anders in elkaar kunnen zitten dan ze eruit zien. Toen ik zes jaar was, dacht ik heel vaak: "dit is een film, dit is niet werkelijk!" Dat gaat vervolgens verloren, totdat je dit besef weer terugvindt. "Meesterschap of verlichting" is een symbool, het is niet wat het is. Het is resonantie. Ik voel meesterschap als een soort fase en dan laten we ook dat los. Durf maar terug te keren naar de eenheid van geest, dan zijn we er. Dan zijn persoonlijkheden overbodig. ' ●

www.tonpeterspraktijk.nl

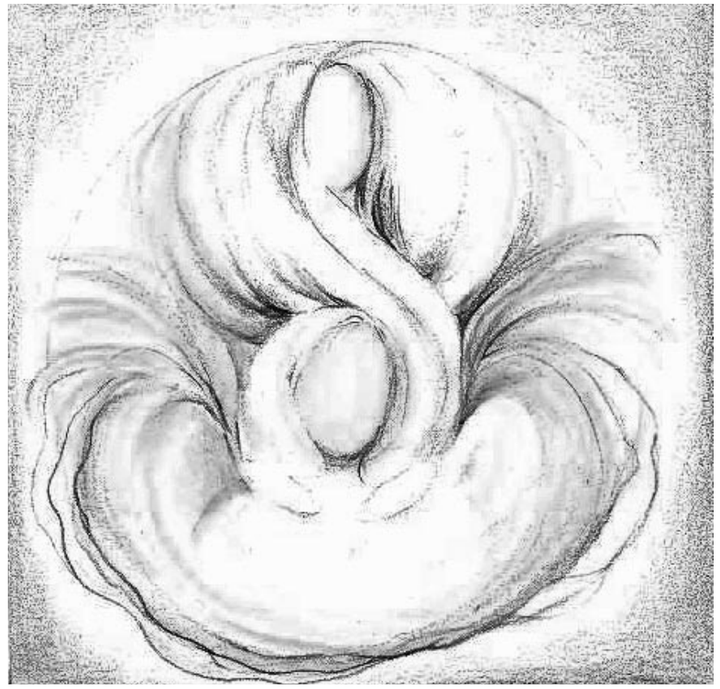
KAARTBESPREKING

Een warme en inspirerende bemoediging

Na afloop van een workshop kreeg ik van een van de deelnemers een doos met tarotkaarten en een boekje met uitleg cadeau. Het heet *Tarot; liefdevolle zelfrealisatie* en is van Ton Peters & Paul Kavelaars. Ik vond het bijzonder aardig en ook was er de gedachte: Ik heb al tarotkaarten! Maar gelukkig ben ik nieuwsgierig en 's avonds opende ik in klein gezelschap de doos om een legging van drie kaarten te doen.
Wat me onmiddellijk opviel, was dat de kaarten in een moderner jasje zijn gestoken dan de kaarten die ik tot dan toe gezien had. De afbeeldingen zijn getekend door Paul Kavelaars en spraken me meteen aan. Na de legging van drie kaarten, verleden, heden en toekomst, volgde het lezen van de beschrijving. De toon waarop de kaarten besproken worden en de uitleg is van een hartelijke, warme en inspirerende bemoediging. Wat de legging ook is, bij elke kaart wordt ingeplugd op de helende en liefdevolle aspecten die in een persoon aanwezig zijn. En ik stond versteld van de treffende toepasselijkheid van de kaarten. Het herkennen daarvan wordt ongetwijfeld vergemakkelijkt door het liefdevolle taalgebruik. Het is een waar genot om een legging te doen en de uitleg te lezen of voorgelezen te krijgen. Omdat de teksten van zachtheid en compassie doordrenkt zijn, is het makkelijk de hele tekst, meestal 2 tot 3 pagina's, bij elke kaart van de legging te lezen. Het meest verrassende voor mij was dat de teksten doorspekt zijn met wijsheden geput uit ECIW. Peters heeft de Tarot gekoppeld aan het gedachtegoed en de zienswijze van ECIW, zonder dat er naar specifieke delen uit de tekst van de Cursus verwezen wordt. En tegelijkertijd klopt het hart van de Cursus door de hele uitleg.
Ik geef u enkele voorbeelden.
10 van Zwaarden:
Je hebt een lichaam, maar je bent het niet;
7 De zegewagen:
God schept niet buiten Zichzelf maar binnen Zichzelf.
Het lijkt erop dat de auteur van de teksten de Cursus met hartstocht gelezen en ingenomen heeft en ons op deze wijze daarin laat delen.
Houdt u ervan om af en toe kaarten te raadplegen bij een vraag in uw leven en hebt u wat met ECIW, dan is dit een perfect pak tarotkaarten voor u.

Els Thissen

Ton Peters & Paul Kavelaars. *Tarot; liefdevolle zelfrealisatie.* Akasha, Eeserveen, 2005. € 29,95



Lieve Maria
Goddelijke moeder van hemel en aarde
Ontferm u over mij
Maak de liefde in mijn hart wakker
Voor alles wat bestaat
En voor mezelf
Help mij om onbevangen in het leven te staan
Als een Goddelijk kind
Dat zich over alles verwondert
En dat alles in dit Goddelijke paradijs
Met liefde en respect behandelt
Help mij om mijn Goddelijke essentie
Volledig te doen ontwaken
Om te zijn in hemel en op aarde
Wie ik werkelijk ben
En dat uw liefde en mijn liefde, lieve moeder
Eén mogen zijn
Voor nu en voor altijd
Amen

Uit: *Over de Goddelijkheid van de mens,*
Gabriela en Reint Gaastra-Levin

COLUMN

Pijn(lijden)

Iris (9 jaar) heeft haar been gestoten. Gillend... nee *krijsend* ligt zij op de grond. Ze rolt heen en weer. Huilt. Brult. Af en toe lijkt de intensiteit af te nemen, waarna het geloei en gedraai met hernieuwde vitaliteit wordt opgepakt. Een theaterstuk voor onwelwillend publiek. Ik schiet dan ook niet te hulp om haar te redden. Op een moment waarop het volume dusdanig laag is dat ik iets kan laten weten, zeg ik: 'Jij hebt je gestoten hè?' En in alle toonaarden bezingt zij haar verhaal van leed.

Een paar dagen later zit ik naast deze jongste aan de keukentafel. Het gesprek komt op de vraag wat nu het meeste pijn doet in geval van een ongelukje. De pijnlijke plek of onze gedachten erover? 'Drama!' zegt Iris abrupt. 'Goh dat is er een mooi woord voor,' zeg ik verrast. 'Uh... wat betekent dat eigenlijk mam, drama?' vraagt zij. Ik laat mijn knie met een ruk omhoog schieten tegen de onderkant van het tafelblad. Het veroorzaakt een harde klap en rammelend serviesgoed. 'Kijk,' zeg ik, 'ik heb mijn knie gestoten en ik voel een beetje pijn. En ik kan nu twee dingen doen: 1. Au zeggen en voelen wat er te voelen valt. Verder is er eigenlijk niets aan de hand. Uit ervaring weet ik namelijk dat de pijn meestal snel minder wordt. Of... 2. Au zeggen en diezelfde pijn voelen, maar met *dit* verschil dat ik er behalve tragisch uitziende gebaren ook nog een heel verhaal bij maak door bijvoorbeeld te zeggen:

- Vorige week stootte ik me ook al op *precies* diezelfde plek.
- Nog nooit eerder had ik zo'n erge, *niet* te verdragen pijn.
- *Niemand* troost mij ooit.
- Dit is al de *derde* blauwe plek op mijn been.
- Waarom moet dit *mij* nu weer overkomen, anderen hebben nooit wat.
- Ik heb ook *altijd* pech.

Dat is drama Iris. En van dat soort gedachten gaat de pijn niet sneller over. Eerder lijkt die er erger door te worden. Als ik er eerlijk over zou zijn, zou ik kunnen voelen dat het misschien inmiddels wel meevalt. Niet dat er iets mis is met drama hoor; het is gewoon een keuze. Een keuze tussen pijn hebben of pijn*lijden*. Pijn, met of zonder nare gedachten erover.'

'Ja,' zegt Iris, 'je kunt ook lichtend zijn'. 'Lichtend zijn?' roep ik verbaasd, 'wat is *dat* nu weer voor een prachtig woord'. Glimmend van trots vraagt ze na een korte stilte: 'Uh... wat betekent dat eigenlijk mam, lichtend?' Ik antwoord: 'Het lijkt me zoiets te zijn als liefde die door je heen naar buiten straalt'. 'Jij bent lichtend mam,' constateert ze. 'Ja net als jij,' zeg ik. 'En ik zal je verklappen Iris, dat ik soms ook voor drama kies.' 'Nou inderdaad mam, soms ben jij zo'n verschrikkelijk vervele...' 'Ja ho maar,' roep ik, 'daar gaan we het een andere keer over hebben'. Iris springt op haar stoel en stort zich vervolgens over mij heen in een wurgende omhelzing. 'Ik ga lekker al die liefde van jou afpakken,' roept zij. 'En, gaat dat lukken denk je?' pers ik de woorden uit mijn afgesnoerde keel. 'Nee mam,' zegt zij zwaar geïndoctrineerd, 'want die zit in mijzelf. In mijn wezen'. 'In je *wezen*... wat zeg je *nu* toch weer?' 'Uh... wat is dat eigenlijk mam, *wezen?*' 'Dat is een woord waaraan een klein stukje ontbreekt. Namelijk: *weg*.' Haar gezicht staat verbaasd als zij de woorden combineert: 'Weg-wezen?' 'Inderdaad,' zeg ik, 'wegwezen, hup je bed in!' Ik bevrijd mij uit haar greep, geef haar een kus en een zetje richting haar kamer. 'Dag lichtende Iris.' 'Dag lichtende mama.'

Annemarie van Unnik

VHTH, jrg.4 nr. 1

De invloed van ECIW en AH op mijn leven is...

gericht blijven op innerlijke vrede.

Willem Glaudemans

Activiteiten chronologisch

5-7 februari 2010, Wahlwiller
Training Familie- & Systeemopstelling
13 februari 2010, Den Haag
Familie- & Systeemopstelling
14 februari 2010, Den Haag
Familie- & Systeemopstelling
21 februari 2010, Moorveld
Miniworkshop ECIW
27 februari 2010, Moorveld
Familie- & Systeemopstelling
6 maart 2010, Lottum
Workshop ECIW
14 maart 2010, Moorveld
Miniworkshop ECIW
27 maart 2010, Eindhoven
Trainingsdag familieopstelling
3 april 2010, Hilversum
Landelijke Facilitatordag
10-11 april 2010, Groesbeek
Voorjaarsretraite 'Wie ben je zonder je verhaal?'
18 april 2010, Moorveld
Miniworkshop ECIW
1 mei 2010, Hilversum
Trainingsdag familieopstelling
12-16 mei 2010, Havelte
Stille voorjaars-retraite met sapmaaltijden 'Wie ben je zonder je verhaal?'
27-30 mei 2010, Wahlwiller
Meditatief Mandala schilderen
6 juni 2010, Moorveld
Miniworkshop ECIW
19 juni 2010, Eindhoven
Familie- & Systeemopstellingen
26 juni 2010, Hilversum
Trainingsdag familieopstelling
11 juli 2010, Moorveld
Miniworkshop ECIW
24 juli-2 augustus 2010, Havelte
Zomer-retraite 'Jij bent het op wie je gewacht hebt!'
24 september 2010, Hilversum
Familie- & Systeemopstellingen
2-3 oktober 2010, Groesbeek
Familie- & Systeemopstellingen
30 oktober 2010, Eindhoven
Trainingsdag familieopstelling
19-21 november 2010, Wahlwiller
Familie- & Systeemopstelling
4 december 2010, Hilversum
Trainingsdag familieopstelling

ACTIVITEITEN DOOR ELS THISSEN

RETRAITES

Wie ben je zonder je verhaal?
Een 2-daagse voorjaarsretraite en een 4-daagse stille voorjaarsretraite met sapmaaltijden.
Stilte en uitwisseling zullen elkaar afwisselen. Thema's die in jouw leven spelen kun je naar voren brengen. De vraag 'Wie ben ik zonder mijn verhaal?', en het antwoord daarop, zullen deze dagen centraal staan.
10-11 april 2010, Groesbeek
Za 10–zon 16 uur. De Poort, Biesseltsebaan 34, 6561 KC. Cursus €130. Verblijf 1pk €110; 2pk €100 (slapen & eten).
12-16 mei 2010, Havelte
Woe 18.00 - zo 11.00 uur. Meeuwenveen, Meeuwenveenseweg 1-3, 7971 PK. Cursus € 200. Verblijf 2pk € 225 (slapen & sapmaaltijden).

Jij bent het op wie je gewacht hebt!
In deze zomerretraite zoeken we de ervaring van waarheid, liefde en vrede in onszelf. Krachtige oefeningen brengen ons voorbij oordelen en schuld naar de ervaring van innerlijke vrede en eenheid. En daarin ontdekken we dat wij het zelf waren op wie we gewacht hebben. Voor iedereen die behoefte heeft aan een radicale ommekeer in zijn of haar denken door kennis te maken met de werking van The Work of Byron Katie, Attitudinal Healing, Een Cursus in Wonderen en Familie Opstellingen. De oefeningen werken door in je dagelijks leven en leiden tot een totaal andere ervaring dan die je gewend bent. Er is geen voorkennis vereist. De bereidheid deel te nemen is voldoende.
24 juli - 2 aug 2010, Havelte
Za 18.00 uur - ma 11.00 uur Meeuwenveen, Meeuwenveenseweg 1-3, 7971 PK. Cursuskosten € 575. Verblijf 2pk € 540; kamperen € 500 (beperkt mogelijk)

WORKSHOPS

Familie & Systeemopstellingen
'Ja' zeggen tegen dat wat er is! Die kans heb je in een familie- of systeemopstelling. Inzicht in de situatie en 'ja' zeggen voelt als het herwinnen van je vrijheid, die er overigens altijd al was. Het geboortegezin, het huidige gezin, een werksituatie of strijdende elementen in een relatie of persoon kunnen onderwerp zijn van een opstelling waardoor patronen en spanningsvelden zichtbaar

Aanmelding activiteiten e/o bestelling

O Ik wil deelnemen aan (naam activiteit): .....

op (datum): .....

O Ik bestel (titel): .....

Van (artiest): .....

Datum: ..... Handtekening: .....

Bij aanmelding voor een workshop of training ontvangt u schriftelijk bericht van aanmelding.
Als u een bestelling doet krijgt u deze met factuur thuis gezonden. (z.o.z)

worden. Deze aan het licht te brengen, leidt vaak tot harmonisering en genezing.

13 februari 2009, Den Haag
14 februari 2009, Den Haag
Za / Zon 9.30-17.30 uur. Buurtthuis de Hyacint, Annemoonstr. 25. Cursus € 60 per dag; € 115 voor 2 dagen. (Incl. koffie/thee).

27 februari 2010, Moorveld
Zat. 10-16.30 uur. Parochiehuis De Kollekamp, Heerenstr. 77, 6237 NC. Cursus € 50. (Incl. koffie/thee).

19 juni 2010, Eindhoven
Zat 10-16.30 uur. Doopsgezinde gemeente Eindhoven, Da Costaweg 16, 5615 NB. Cursus € 60.

24 september 2010, Hilversum
Vrij 10-16.30 uur. Nieuw Nazareth Dr. Cuypersplein 7, 1222 NC. Cursus € 70

2-3 oktober 2010, Groesbeek
Zat 10-zon 16 uur. De Poort, Bieseltsebaan 34, 6561 KC. Cursus € 150. Verblijf 1pk € 110; 2pk € 100

Mini-workshop ECIW
Moorveld, 10-12.15 uur. Op basis van donatie, tenzij anders vermeld.

21 feb; 14 mrt; 18 apr; 6 jun; 11 jul.

5 december 2010, Amersfoort
Zo 14-15.30 uur. Meridiaancollege, Daam Fockemalaan 12, 3818 KG.

Workshop Een Cursus in Wonderen
In deze interactieve workshop werken we met kwesties die door deelnemers worden ingebracht. Een Cursus in Wonderen is daarbij richtinggevend.

6 maart 2010, Lottum
Za 10-16.30 uur.
Hoofdstraat 44, 5973 NG.
Cursus € 50 (incl koffie/thee)

Meditatief Mandala schilderen
Mandala's tekenen/schilderen is een manier om een reis naar binnen te maken. Het is een momentopname van onze innerlijke staat. In stilte laten we ons leiden door onze intuïtie. We tekenen de beelden die zich aan ons tonen, en gebruiken de kleuren die zich aandienen. We werken met potlood, inkt en acrylverf. Om een mandala te maken hoef je niet gestudeerd te hebben of te kunnen tekenen. Gevraagd wordt de bereidheid om open te staan voor de impuls van het moment.

27-30 mei 2010, Wahlwiller
Do 10 - Zo 16 uur. Arnold Janssen Klooster. Capucijnenweg 9, 6286 BA. Cursus € 200. Verblijf 1pk € 165.

TRAININGEN

Training Familie & Systeemopstellingen
Voor mensen die zelf opstellingen willen (gaan) begeleiden. Heb je belangstelling? Neem dan contact met ons op.

5-7 februari 2010, Wahlwiller
vrij 10-zon 16 uur. Arnold Janssen Klooster. Capucijnenweg 9, 6286 BA. Cursus € 200. Verblijf 1pk € 125

Trainingsdagen Familie & Systeemopstellingen
Hilversum 2010: 1 mei; 26 jun; 4 dec.
Za 10-16.30 uur. Nieuw Nazareth, Dr. Cuypersplein 7, 1222 NC. Cursus € 60 per dag.

Eindhoven 2010: 27 mrt; 30 okt.
Zat 10-16.30 uur. Doopsgezinde gemeente Eindhoven, Da Costaweg 16, 5615 NB. Cursus € 60 (incl. Koffie/thee).

Landelijke facilitatordag
Voor facilitators van AH- en Course-groepen, mensen die de facilitator-training hebben gevolgd, en/of overwegen een groep te starten.

3 april 2010, Hilversum
Zat 10-16.30 uur. Nieuw Nazareth Dr. Cuypersplein 7, 1222 NC. Op basis van donatie.

Aanmelding activiteiten e/o bestelling

Naam: .....

Straat: .....

Postcode en plaats: .....

Telefoon: ..... E-mail: .....

Deze strook sturen naar: Centrum voor Miracles-Studies
Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld
tel: 043-3647987
Of uw aanmelding/bestelling mailen naar: cms@elsthissen.nl (z.o.z.)

Informatie en opgave

Centrum voor Miracles-Studies
Luipertstraat 12,
6237 NM Moorveld,
tel: 043-3647987
e-mail: cms@elsthissen.nl
website: www.elsthissen.nl

ATTITUDINAL HEALINGGROEPEN

In diverse plaatsen komen AH groepen bijeen die werken met de principes en richtlijnen van AH. Als je belangstelling hebt om aan een groep deel te nemen kun je contact opnemen met de facilitator. Gevraagde bijdrage: gratis tot maximaal € 7,- per bijeenkomst. Je mag méér betalen.

Groningen
Groningen:
Godelieve Bos 050-5420233
Haren (1):
Marrigje Dijksma 050-5340729
Onstwedde:
Johan Maarsingh 0599-331722

Gelderland
Apeldoorn (1):
Nicole Blaauw 055-5336916
Apeldoorn (2):
Emina van der Sluis 055-5226651
Nunspeet:
Jurja Kammeijer 0341-251181
Rheden:
Annie Bekker 026-4454004
Steenderen:
Pieter Vegter 0575-451799

Flevoland
Almere8:
Ellis Vleugels 06-22219910
Lelystad:
Mariet ten Doeschot 0320-256600

Friesland
IJlst:
José van der Werf 06-23885960
Lemmer:
Mirjam Rombouts-Overbeek 0514-563719
Oosterend (1) en (2)7:
Willem & Jacqueline Feijten 0515-332472

Noord-Holland
Amstelveen:
Renée van der Vijgh 020-6473075
Amsterdam(1):
Emma Veenstra 020-6969132
Amsterdam(2):
Nicolien Gouwenberg 020-4184947
Haarlem (1):
Ynze Keetlapper 023-5367538

Zuid-Holland
Alphen a/d Rijn:
Janny Buijs 0172-441543
Delft:
Wil Rijsterborgh 015-2615998
Den Haag (1):
Michelle Bauer 070-3542074
Den Haag (2):
Annemarie van Unnik 070-3467932
Den Haag (3):
Yvonne Scharis 070-3522379
Gouda:
Marianne Spoor 0182-532396
Lekkerkerk:
Jans Ooms 0180-663408
Monster:
Anne-Joke Vellinga 030-6920905
Streefkerk:
Krystyna Bergsma 0184-684340
Voorhout:
Anna Sedelaar 0252-225311
Voorschoten:
Anna Walraven 071-5764877
Zuid-Beyerland:
Anna Eppinga 0186-662055

Utrecht
Amersfoort (1) en (2)3:
Rozemarijn Ockhuysen 033-4728602
Bussum:
Marion & Harry Welch 035-6910589
Eemnes:
Inez Coolen 035-5260594
Hilversumse Meent:
Monique Veenstra 035-6982556
Huis ter Heide (1):
Fleur Smelt 035-6920802 & Anne-Joke Vellinga 030-6920905
Huis ter Heide (2)5:
Anne-Joke Vellinga 030-6920905
Nieuwegein:
Corrie van Zijl-van der Klij 030-6038241
Soest (1)6:
Maria de Wilde 035-6026486
Soest (2):
Rob Middeldorp 035-6025647
Utrecht (1):
Gera Wolswijk 030-2947944
Utrecht (2):
Marie-Alice Storimans 030-2712855
Utrecht (3):
Jeanette Rutting 030-2892507
Utrechtse heuvelrug:
Wim van Ginkel 0343-431577 & Loek Kattekamp 030-2721290
Veenendaal:
Leneke van der Velde 06-21506214
Werkhoven:
Cobi Schilp 0343-477517
Zeist:
Etty de Graaf 030-6990028

Noord-Brabant
Breda:
Jopie van Heeren & Henny van der Feer 076-5208377
Eindhoven:
Mieke Panhuysen 06-15354156 & Diny Smits 040-2425260
Mierlo:
Anneke van Haendel 0492-663226 & Diny van Liempd 073-5492692
Ossendrecht:
Kees Zwinkels 0164-671255
Schijndel:
Diny van Liempd 073-5492692 & Anneke van Haendel 0492-663226
Tilburg:
Anja Gussinko 013-5363784

Limburg
Berg en Terblijt:
Riny Blom 043-6041816
Echt:
Peter Winteraeken 0475-484833
Moorveld:
Els Thissen 043-3647987
Roermond:
Jeannette Fabrie 0475-341130
Sittard:
Beppie Cloo 046-4581597
Venlo-Blerick:
Jolanda Megens 06-17516018

Zeeland
Dreischor:
Trudy Huter 0111-406006
Middelburg (1):
Ria Castenmiller 0118-639949
Middelburg (2):
Pauline Klerkx & Paul Vreugdenhil 0118-644020

Overijssel
Oldenzaal (1):
Rogier Pondaag 0541-510844
Oldenzaal (2):
Trudy ter Braak 0541-539261

Drenthe
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
Houthalen:
Christiane Volders 0498461212 (B)
Oelegem:
Fons & Diane Melis 03-4816439
Schoten:
Beja Pingnet 03-6588287

OOST-SPANJE
Benitachell (Alicante):
Trudi van Dorp (0034) 965973199/639361999

[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
[5] Jongerengroep
[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.
[8] Leesgroep Jampolsky

Nieuwe groepen

Voorhout:
Anna Sedelaar
0252-225311

Intervisie-groepen

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

Noord-Brabant
Henny van der Feer
076-5208377

Midden Nederland
Fleur Smelt 035-6920802 & Anne-Joke Vellinga
030-6920905

Limburg/Sittard
Beppie Cloo
046-4581597

Set van 12 kaarten met de geïllustreerde principes van Attitudinal Healing door Annemarie van Unnik.
Prijs €3,- (excl. verzendkosten). Te bestellen bij:
Stichting Centrum voor Attitudinal Healing. Tel 043-3647987;
Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld;
E-mail: ahnl@elsthissen.nl

MIRACLES *in* CONTACT

PLATFORM VOOR EEN CURSUS IN WONDEREN

De principes en richtlijnen van Attitudinal Healing komen uit Een cursus in wonderen (A Course in Miracles©). Stichting Miracles in Contact (MIC), als platform voor Een cursus in wonderen in Nederland en België faciliteert lees-/studiegroepen, workshops en lezingen, een maandelijkse ontmoetingszondag in Amersfoort en geeft het MIC Magazine uit. Zij is het contact- en ontmoetingspunt voor studenten en leraren van ECIW.

MIC ontmoetingszondag
Iedere eerste zondag van de maand (met uitzondering van juli) bent u vanaf 13.30 u tot 17.00 uur van harte welkom in het Meridiaan College, Daam Fockemalaan 12, 3818 KG Amersfoort. Tijdens deze ontmoetingszondagen wordt een lezing met miniworkshop gegeven en verzorgt MIC een uitgebreide boekentafel, waar u de Cursus, boeken en CD's over de Cursus kunt inzien en aanschaffen. Er is een MIC-info-stand voor nieuwe Cursusstudenten en na de lezing is er ruimschoots tijd voor uitwisseling en kennismaking. Ook liggen er folders van leraren met hun cursusprogramma. Er wordt een bijdrage van €8 per persoon gevraagd, koffie of thee inbegrepen. **De agenda:**
7 maart / Koos Janson: Interactieve lezing: Hoor je de machtige Stem van de waarheid? Twijfelloos onderricht *'Een cursus in wonderen'* ons de kunst van het luisteren naar de Stem van God: *'Als je stem van het ego terzijde schuift, hoe luid die ook schijnt te roepen; als je zijn onbeduidende gaven, die jou niets geven wat jij werkelijk wenst, niet aanneemt; als je luistert met een open denkgeest, die jou niet alvast verteld heeft wat verlossing is; dan zul je de machtige Stem van de waarheid horen, kalm in kracht, sterk in stilte en volkomen zeker in Zijn boodschappen'* (W106).
Wat zégt die 'machtige Stem van de waarheid'? Wat zegt Gods Stem tegen je in een specifieke situatie waarin je dringend wijze leiding nodig hebt? Die je behoedt voor door angst ingegeven, niet-liefdevolle oplossingen? En hoe luíster je? Een lezing hierover in het licht van 'Een cursus in wonderen'. Met ruimte om dit meteen praktisch toe te passen op elke kwestie die om wijsheid vraagt. Alle vragen - en ieder probleem - welkom!
4 april / 10.30-12.00 u. Zingen met Een cursus in wonder o.l.v. Dick Kloosterman
14.00-15.30 u. Henny van der Feer / interactieve lezing: Het hemels bewustzijn. *'Wonderen roepen weer het bewustzijn wakker dat de geest, en niet het lichaam, het altaar van de waarheid is. Dit is het besef dat tot de genezende kracht van het wonder leidt'(T1.I.20:1-2).* Genezing heeft dus alles te maken met bewustwording. Het genezingsproces waar de Cursus het over heeft is ons vermogen steeds weer te (kunnen en willen) kiezen voor liefde in plaats van angst, anders gezegd de denkgeest ten dienste te (kunnen en willen) stellen aan de Stem namens God, de Heilige Geest, in plaats van aan het ego. De bewustzijns aspecten waar we het over zullen hebben zijn: de hemel, de aarde, de werkelijke wereld, de wereld die ik zie, de gelukkige droom en het heilig ogenblik.
2 mei / nog niet bekend
6 juni / Peter Winteraeken

MIC website / www.miraclesincontact.nl Hier kunt u het programma van de ontmoetingszondagen in Amersfoort bekijken en een routebeschrijving downloaden.
Verder vindt u hier de uitgebreide webwinkel met boeken, audio- en dvd materiaal, de dagelijkse Cursuslessen, een vraag- en antwoordservice, de activiteiten van leraren in binnen- en buitenland, een overzicht van de studiegroepen etc.
MIC Magazine 1/10 In het hoofdartikel van ons maartnummer gaat Kenneth Wapnick in op de betekenis van 'de herinnering' in ECIW: Het duistere verleden en de afgrond van de tijd.
De vraag - en antwoord rubriek behandelt de betekenis van 'loutering'. Het wonderprincipe is dit keer van Koos Janson en verder kunt u weer genieten van tante BetZ, de column van Margot Krikhaar en overpeinzingen, gedichtjes en ervaringen van onze lezers.
Wilt u een abonnement? Een abonnement (4 nrs. per jaar) kost €20 en een los nr. €5. Via de MIC website **www.miraclesincontact.nl** kunt u hiertoe een machtigingsformulier downloaden of het aanvragen via ons kantoor. Stichting Miracles in Contact, Postbus 3086, 3760 DB Soest, **tel 035 888 30 73 op di en vrij 10:00 - 16:00 uur.**
E-mail info@miraclesincontact.nl

REGELTJES

Regeladvertenties: € 2,50 per (deel van een) regel. Aanleverdata tekst 1/1; 1/4; 15/6; 1/10. Verschijningsdata: 5/2; 5/5; 5/8 en 5/11.
THE WORK OF BYRON KATIE workshops en consulten Joop Teggelove & Titia Kremer www.thework.nu - tel 06.533.67.534 - e-mail joop.teggelove@12move.nl
REIKI-CURSUSSEN EN CONSULTEN. Joop Teggelove (lid Reiki-Alliance) &Titia Kremer www.reikijoop.nl tel 06.533.67.534 - e-mail joop.teggelove@12move.nl
DE CIRKEL, praktijk voor gezond bewustzijn biedt aan:
* The Work of Byron Katie: met partners, jongeren, individuele consulten en open workshops, elke 1e zaterdag van de maand;
* Intuitive guidance (AngelWork);
* Adem- en lichaamswerk;

Geïnspireerd door A Course in Miracles. Aanmelding: Suchita Peeters, Kampen/Dronten, 06 27317717
HEALING: happybodyandmind.be. Voor lichamelijke en/of psychische problemen kun je bij ons terecht. Op het eerste consult laten we je eerlijk weten of we je hulp kunnen bieden. tel: 0032498461212.
INKEER: *Verzoeningswandelingen:* het verleden achter je laten vanuit vergeving en inzicht. *Huiskamerbijeenkomsten:* organiseer je eigen spirituele avond/middag, samen met huisgenoten/vrienden, waarin vergeving centraal staat. *Rouwverwerking:* kan ik mijn geliefde in vrede laten gaan. *Relaties:* van een speciale naar een Heilige Relatie. *Persoonlijke gesprekken:* ben ik bereid God's Plan te volgen. *Zieletocht:* inzicht door middel van een astrologisch consult. *Leesgroep Een Cursus in Wonderen:* 1e maandag van de maand. *Info:* www.franskok.nl; mail. frans@franskok.nl; tel. 0299-673404
ATTITUDINAL HEALING, *een weg naar innerlijke vrede* is een boekje door Pieter Vegter geschreven als introductie op de AH-groep. De principes worden toegelicht en gekoppeld aan onder andere ECIW. Ringband, A5 formaat. Prijs € 5 (excl. verzendkosten). Bestellen: Pieter Vegter: 0575-451799 / pvheng@hotmail.com

EN VERDER...

Ontmoetingspunt Utrecht voor Een Cursus in Wonderen
Maandelijkse uitwisseling rond thema's uit de Cursus via mini-workshops. Programma van 11.00 tot 12.30 uur; ruimte open vanaf 10.30 uur. Entree € 7 (U-pas € 5). Locatie: Angelshop, Oude Gracht 288a, Utrecht, ingang winkel (15 minuten lopen van station).
Info: 030-6565024.

21 februari	**Titia Kremer**: Waarom moet ik lijden om mezelf te leiden?
21 maart	**Wim van Ginkel** en **Loek Kattekamp**: Vriendschap en relaties.
18 april	**Gemma Blauw**: Ik hoef niets te doen. Hoe doe ik dat?
16 mei	Jubileumbijeenkomst met als thema: Een Cursus in Wonderen nu actueel. Ochtend: Inleiding door **Willem Glaudemans**. Middag: Parallel workshops Plaats: Stedelijk Gymnasium, Utrecht.

CD lijst

De volgende CD's zijn bij het Centrum te bestellen met de bestelbon of e-mail cms@elsthissen.nl. Prijzen exclusief portokosten.

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

Wild Roses/Beth & Cinde
Voices on the Wind € 19,00
Northren Lights € 15,00

Kathy Zavada
Trust there is love € 19,00
Union € 19,00
In Love Divine € 19,00
I'm right here € 19,00
Mother's Song € 19,00
Return to love € 19,00

Kirtana
Parrish Light € 18,50

Sophia
Hidden waters/Sacred ground € 19,00
Return € 19,00

Karen Drucker
Hold on to Love € 19,00
All about love € 19,00
Songs of the Spirit I € 19,00
Songs of the Spirit II € 19,00
Songs of the Spirit III € 19,00
Shine € 19,00

David Whyte
Close to Home € 20,50

DE PRINCIPES OEFENEN

Ten volle in liefde leven

In deze rubriek nodigt Els Thissen uit om ons samen met haar wat meer in de principes van Attitudinal Healing te verdiepen. Bij ieder principe dat zij bespreekt, geeft zij ook een oefening.

Principe 1
De kern van ons wezen is liefde.

Innerlijk weten we dat deze uitspraak totaal waar is. Als ik mensen vraag met hun aandacht naar hun hart te gaan en antwoord te geven op de vraag: 'wat is je essentie?' vertellen ze me dat dit 'liefde' is. Wie en waar ik het ook vraag, bij missionarissen, nonnen, huisvrouwen, dokters, oude en jonge mensen, gedetineerden en anderen, dit is telkens weer het antwoord.
Stel dat we dat ten volle zouden accepteren, zowel voor onszelf alsook voor anderen. Wat zou er dan met ons gebeuren? Hoe zouden we onszelf, anderen, dingen en situaties ervaren als we het wezen van dit principe doorgronden en accepteren?
Het principe zegt dat we - in onze kern - liefde zijn. Liefde is een woord dat in de Cursus ook omschreven wordt als vrede of vrijheid. Onze essentie is dus liefde, vrede, vrijheid.
En dat is een gegeven! Al zijn we ons dat niet bewust of verward door ideeën en beelden over onszelf en anderen. Ook al denken we bewijzen te zien dat het niet waar kan zijn. Hoezeer we ook denken dat wij of anderen niet binnen de reikwijdte van dit principe passen, het blijft hetzelfde: de kern van ons wezen is liefde.

Identificatie
Telkens als we onze kern niet herkennen of niet ten volle vanuit onze kern leven, identificeren we ons ergens anders mee. En dat is meestal iets als ons lichaam, ons denken, ons haar, onze baan, onze kinderen, onze auto, onze aandelen, ons banksaldo, of wat dan ook. Dan worden we bang voor de staat waarin ons lichaam, onze auto of ons banksaldo zich bevindt of kan gaan bevinden. We deinzen terug voor ziekte of dood, het verliezen van een baan, geld of iets anders. Door die identificatie zijn we het contact met onze kern verloren. Dan zien we slechts een beperkt deel van wat we zouden kunnen zien en we behandelen onszelf en anderen overeenkomstig deze beperkte blik.
De Cursus noemt dat in de Inleiding een 'blokkade' en is er duidelijk over dat zij niet beoogt 'de betekenis van liefde te onderwijzen, want dat gaat wat onderwezen kan worden te boven. Hij beoogt echter wel de blokkades weg te nemen voor het bewustzijn van de aanwezigheid van liefde, die je natuurlijk erfgoed is' (Inl.1:6-7).
De vraag is elk moment weer of we genoegen nemen met het uitdrukken van onszelf in een 'gemankeerde' vorm, geïdentificeerd met iets anders of willen leven met de volheid die principe 1 in zich draagt, als wezen waarvan de kern liefde is.
De Cursus is volkomen helder over wat wij zijn en wat ons natuurlijk erfgoed is, namelijk Liefde. Nu wij nog!

Susan Trout zegt in *To see differently* over dit principe: 'Elk individu is een vonk van het universele licht; deze vonk is ons wezen. Liefde is een bestaande, een permanente energie in het universum en in elk menselijk wezen; het is onze natuurlijke staat. Liefhebben is voorbij zien aan verschijningsvormen, voorbij de persoonlijkheid en voorbij speciaalheid in onze relaties. Negatieve emoties en houdingen schermen het bewustzijn voor de aanwezigheid van liefde in onszelf en anderen af. Liefde reflecteert naar ons terug en activeert het bewustzijn van de aanwezigheid van liefde in onszelf. Het meest voorkomende obstakel voor het bewustzijn van de aanwezigheid van liefde is zelftwijfel. Het bewustzijn dat we liefde zijn neemt toe, als we deze liefde naar anderen uitbreiden. Liefde is de genezende kracht.'

Twee oefeningen bij principe 1
* 'De kern van ons wezen is liefde,' is een prachtige zin om te oefenen in het dagelijkse leven. Lopend over straat, rijdend in de auto of trein, iedereen die in mijn blikveld komt bezie ik met in gedachten zeggend: 'De kern van ons beider wezen is liefde'.
Als ik deze zin oefen in rustige situaties, dan herinner ik me de zin misschien in situaties waarin ik mijn innerlijke vrede dreig te verliezen.
* Als ik me met iets anders dan liefde heb vereenzelvigd, kan ik mezelf toespreken met de volgende woorden: 'Dit is mijn ego. Het is niet wat of wie ik ben. Ik bemoei me er niet mee en laat het gaan'.
Veel plezier met oefenen.

Els Thissen

Buig en doe het NU

Elke facilitatortraining of workshop heeft bij mij veel naar boven gehaald. Ik vind het bijna verbijsterend om te ontdekken en gewaar te worden door hoeveel lagen ik in mezelf heen moet, om tot de ontdekking te komen en te bekennen dat ik mij nog nooit heb overgegeven. Ik ben altijd in de veronderstelling geweest een vrij meegaand type te zijn en daarin zag ik in mezelf, denk ik, een soort overgave. Wat heb ik me vergist. Tot dat inzicht kwam ik tijdens een facilitatortraining toen Els Thissen de groep in een meditatie leidde en vroeg naar de meest vredige plek in onszelf te gaan. In deze meditatie vroeg Els om de onschuld wijd uit te spreiden en daarna tot een punt samen te brengen. Ik vond het fantastisch om mijn onschuld wijd uit te spreiden, maar wat zag ik mezelf doen? Ik spreidde mijn onschuld wijd uit en kortte hem vervolgens in. De randen liet ik als het ware open. De randen van mijn 'schuld' liet ik zichtbaar. Ik schrok en dacht: 'Wil, wat doe je nu?' En toen ik nader-hand iemand hoorde vertellen hoe zij haar onschuld uitspreidde en tot een punt terugbracht, waarbij deze beide keren geheel oploste, voelde ik me verdrietig. Als ik dit gevoel zou willen duiden, dan was het alsof er iets in de buurt van mijn linkerzij vastzat, me hinderde en zeer deed.
Toen ik zondagavond thuiskwam voelde ik me down. Ik wist niet echt wat er met me aan de hand was. Ik dacht dat ik mijn onschuld stil in mezelf bleef ontkennen en dat het dat was wat me dwarszat. Ook de maandag bleef ik me bedrukt voelen. Toen ik me op dinsdagochtend nog steeds zo voelde, besloot ik Els te bellen. Zodra ik haar vertelde welk gevoel ik na de meditatie had overgehouden zei ze: 'Buig Wil, en doe het NU. Denk niet na'. Ik herkende dit als waar en zei dat ook. Even voelde ik me nog verdrietiger worden. Daarna blij, dan weer boos en dan weer verdrietig. Ja, mijn ikje had knap te lijden gehad van dat weekend. Ik vroeg me af hoe ik moest buigen. Met mijn hoofd was niet moeilijk, maar hier ging het om iets innerlijks. Ik moest van binnen buigen en ik wist niet hoe ik dat moest doen. Ik voelde me angstig, want ik wist dat buigen met nederigheid te maken had, met overgave. Maar hoe boog ik in oprechtheid?
Ik herinnerde me les 48 uit de cursus 'Er valt niets te vrezen'. Ik las: 'De aanwezigheid van angst is een onmiskenbaar teken dat jij (ik) op je eigen kracht aan het vertrouwen bent.' O, wat een waarheid voor mij, voor mijn ego.
Op een avond zette ik koffie. Ik stond met mijn billen tegen de verwarming, terwijl het water door de filter sijpelde, en ineens zag ik heel duidelijk wat buigen was. Ik zei: 'Jezus, als Ik Liefde Ben, dan geef ik me NU over aan Liefde, want ik heb niets te vrezen'. En in gedachten dook ik voorover en ging kopje onder in Liefde. Ik heb dat diezelfde avond heel vaak gezegd en heel geleidelijk werd ik in mezelf een ruimte gewaar.
Toen ik die avond in bed lag, voelde ik echter heel duidelijk dat er iets nog niet af was, er was nog iets niet klaar. Ik dacht voortdurend aan Liefde en hoe graag ik me eraan over wilde geven. Ik besefte nu voor het eerst heel duidelijk dat mijn ik niet tot liefhebben in staat is en bracht dit in gedachten onder woorden. Ik zei: 'Vader, ik heb nog nooit plaats voor U gemaakt. Altijd heb ik mijn ideeën, mijn concepten, mijn verlangens, mijn inzichten over hoe Liefde eruit moet zien op de plaats van Uw gedachten geplaatst. Ik maak plaats.' Zodra ik dit innerlijk gezegd had, was er alleen maar ruimte en Liefde doorstroomde me. Ik herinnerde me de woorden: 'Onder jouw woorden staat het woord van God geschreven'. Een intense dankbaarheid vulde me en maakte me klaarwakker.
Nu zag ik het verband met de oefening die Els eerder met me deed tijdens een meditatieve workshop. Daar vroeg ze me waarom ik me niet overgaf. En ik zei: 'Nu nog niet, want ik weet niet wat er onder zit'. Eigenlijk zei ik toen dat ik niet wist hoe ik me over moest geven en daar ook nog niet zo heel graag naar keek. Maar de voorbereiding voor de buiging was toen begonnen.
De pijnlijke plek bij mijn linkerzij was weg. Ik kon weer vrij ademhalen, het stroomde in me. Ik zag nu heel duidelijk dat Ik onschuldig Ben. Dat Liefde niets kwalijk neemt, maar alles omarmt ook mijn zogenaamde donkere kanten die ik zo graag wegmoffel.
De volgende woorden van Jezus in de Cursus hebben de weg naar mijn hart bereikt: 'Waarom zou je niet overlopen van vreugde als jou wordt verzekerd dat al het kwaad dat jij denkt te hebben gedaan nooit is gedaan. Dat je werd geschapen als zuiver en heilig, en dat licht en vreugde in jou wonen. Jouw zelfbeeld kan de wil van God niet weerstaan! Daarom is het niet jouw taak op zoek te gaan naar Liefde, maar enkel in jezelf alle hindernissen te zoeken die jij ertegen opgeworpen hebt, en die te vinden'.
Dit innerlijke licht heeft me een intenser licht op principe 7 van Attitudinal Healing gegeven. 'We kunnen liefde zien in plaats van fouten' lees ik momenteel zo: 'Ik zie Liefde in mij en jou in plaats van fouten.'

Wil Rijsterborgh

Mandala kaarten

Te bekijken en bestellen via www.elsthissen.nl of met de bestelbon in VHTH.
2 identieke kaarten met enveloppe € 3,-
12 verschillende kaarten met enveloppe € 15,- (excl. verzendkosten).

Plaats voor iedereen

Baukje van Kesteren

Hoe ik hier terechtgekomen ben zou ik op dit moment niet kunnen zeggen, maar het is duidelijk dat ik me op een bijzondere plaats bevind. Voor me zie ik een hoge, openstaande poort, waardoor een wondermooi licht naar buiten stroomt. Bij de deurpost staat een man van middelbare leeftijd, met een baard en een grove, donkerbruine pij aan. Hij doet me denken aan portretten van Petrus, zoals die door oude meesters werden uitgebeeld. Naast hem bevindt zich een tafeltje, waarop een bordje staat met
de woorden: 'Hier melden'. De man glimlacht me vriendelijk toe, maar zegt niets.
Dan hoor ik vanuit de ruimte achter de poort een stem, met de diepe, warme klank van een bronzen klok.
'Kom er maar in,' klinkt het, 'er is op je gerekend'.
Ik kijk de man bij de poort twijfelend aan. 'Ja,' knikt die, 'ga maar gerust naar binnen. Tegenwoordig mag iedereen er zomaar in'.
'Maar waar ben ik dan?' vraag ik.
De man lacht me opnieuw vriendelijk toe.
'Had je dat nog niet in de gaten? Dit is de hemelpoort. En ik ben Petrus, aangenaam.'
'O sorry,' zeg ik, want ik had me nog niet voorgesteld.
'Ik ben Baukje, maar dat wist u zeker al?'
'Ja,' zegt Petrus, 'dat wist ik al. Dat is mijn taak, hè. Goed opletten wie eraan komt, zodat ik iedereen op de juiste manier kan verwelkomen.'
'Maar wat bedoelde u dan met: Tegenwoordig mag iedereen er zomaar in?'
'Ach, dat is wat nieuws. Vroeger moest ik van iedereen die naar binnen wilde de antecedenten natrekken. Uitzoeken of die persoon voldoende goed had gedaan in z'n leven, en niet te veel kwaad; of hij gelovig was geweest en zo ja of hij dat geloof in praktijk had gebracht. Dat soort dingen. Niet dat het zoveel uitmaakte, want als iemand zich niet zo best had gedragen, wist God altijd wel verzachtende omstandigheden aan te voeren. En anders Jezus wel. En ikzelf soms ook wel, moet ik toegeven.

Maar er was toch een soort van structuur, hè. Er waren toch wat richtlijnen, op basis waarvan ik iemand wel eens de deur moest wijzen. En soms vond ik dat echt nodig. Dan dacht ik: "Ga jij je leven eerst maar eens beteren en kom dan nog maar eens terug".'
'En is dat nu veranderd?'
'Nou ja, ik zei al, God wist altijd wel verzachtende omstandigheden aan te voeren als iemand zich niet goed gedragen had. Met andere woorden, als 't aan God lag, zou iedereen die zich hier meldt, binnen mogen komen. En dat niet alleen, ook mensen die zich niet melden, toevallige voorbijgangers, zeg maar. "Hoe meer zielen, hoe meer vreugd," zegt Hij altijd. En op een gegeven moment heeft Hij daar de consequenties uit getrokken, en zei Hij: "Weet je wat, we werpen geen enkele drempel meer op. Wat zouden we hier al die eeuwen gaan zitten wachten, totdat iedereen aan onze eisen voldoet? Ik ben het toch zelf die die eisen stelt? Dan kan ik ze ook veranderen. Of helemaal achterwege laten".
Nou, dat was voor ons wel even wennen. Voor mij dus, als poortwachter, en voor de engelen, die de mensen hier naartoe brengen en ze wegwijs maken in de hemel.
Ik werd er in 't begin zelfs een beetje knorrig van.
"Dat kan nooit goed gaan," dacht ik, "als alles en iedereen hier zomaar naar binnen mag". Hele drommen mensen zag ik voor mijn geestesoog voor de poort staan, allemaal tegelijk naar binnen willend - ik zag ze de deur en elkaar al platlopen.'

Stiller dan ik verwachtte

Ik kijk eens om me heen, maar op dat moment sta ik daar als enige. Petrus ziet me kijken, en zegt:
'Ja, gek, hè, het is veel stiller gebleven dan ik verwachtte. Dat vond ik zelf eerst ook wel raar. Misschien kost het wat tijd voordat het tot iedereen doordringt. Maar wat sta je daar nog, kom toch binnen en kijk wat om je heen, of zoek een plaats en ga zitten. We hebben nu tenminste alle tijd voor je, dat is dan weer het voordeel.'
Ik wil een stap over de drempel zetten, of liever, over de plaats waar volgens Petrus ooit een drempel gezeten heeft. Maar iets houdt me tegen. Zou dat nou zomaar kunnen, dat ik hier en nu de hemel binnenstap, om nooit meer terug te gaan? Dat is toch wel een enge gedachte.
Petrus ziet me aarzelen.
'Wat is er nou, wil je niet binnenkomen?'
'Ja... nou ja, dat weet ik eigenlijk niet. Ik dacht van wel. Maar het is toch een hele stap. Wat laat ik allemaal wel niet achter?'
'O, is het dat? Nou, dat kan ik je wel vertellen. Je laat helemaal niets achter. Of liever: alles wat je achterlaat is vorm. En vorm is alleen maar de weerspiegeling van wat jij denkt. Van hoe jij de wereld ziet. In de hemel is alles essentie, daar speelt vorm geen rol. Dus laat je ook niets achter. Op aarde moet je telkens weer de essentie zien te vinden achter de vorm. Hier hoef je niet te zoeken. Hier *ben* je essentie, en word je omgeven door essentie.'
Ik weet dat allemaal wel, ik heb tientallen jaren op dat soort ideeën gestudeerd, en dagelijks geoefend om ze in praktijk te brengen. Maar toch blijkt het nu niet zo gemakkelijk om die stap te zetten. Om de hemel binnen te gaan, zomaar, zonder plichtplegingen. Zonder toelatingsexamen te doen, zeg maar. Dat is een vreemd idee. Mijn leven lang heb ik aan allerhande eisen en verwachtingen moeten voldoen, en ik geloof dat ik daar in het merendeel van de gevallen niet in geslaagd ben. Dat was een belangrijke reden om niet gelukkig te zijn. En nu zou ik zomaar mezelf mogen zijn, en toch toegelaten worden tot een omgeving, mooier en heerlijker dan een mens zich kan voorstellen? Ik zou niet eens weten hoe dat moest: helemaal mezelf zijn!'

Onze eigen verzinsels

Terwijl ik zo sta te twijfelen en te delibereren, hoor ik ineens diezelfde stem van zojuist, met een humoristische ondertoon: 'En, komt er nog wat van? Er is plaats voor iedereen, maar jij bent er nu! Kom binnen en geniet!'
Ik doe een stap. Ik merk dat ik mijn voet optil om over de drempel te gaan - een drempel die er niet is. En dan begrijp ik het. Wij mensen werpen allerlei drempels op. We mogen dit niet en we moeten dat. En pas als we ons daar volmaakt aan houden, zijn we goed genoeg. Tenminste, dat denken we. En daardoor zijn we nooit helemaal onszelf. Maar die drempels, dat zijn onze eigen verzinsels. Het is niet God die ze opwerpt. Als 't aan God ligt, mogen we allemaal in de hemel zijn, hier en nu.

Ik kijk achterom naar Petrus, en zie aan zijn gezicht dat hij het ook begrijpt. ●

VHTH, jrg.4 nr. 1

Anders leren denken moet geoefend worden.
Wil je genezen en gelukkig worden?
Oefen dan in vergeven,
affirmeren, mediteren,
hulp vragen en bidden.
En schep plezier in het oefenen zelf.

Marrigje Dijksma

INTERVIEW MET KAREN DRUCKER

Karen Drucker vertolkt in haar 'songs' het denken van de nieuwe tijd. Bekend met Attitudinal Healing, de Cursus, The Work of Byron Katie klinkt het gedachtegoed daarvan door in haar teksten. Els Thissen interviewde deze geïnspireerde artieste die door haar leven en muziek wil bijdragen aan heelheid en liefde in deze wereld.

Els Thissen

Alles heeft me op dit pad gezet

'Toen ik een klein meisje was, keek ik vaak uit het raam en zag ik in de verte een bord met de naam Hollywood erop, zodat iedereen wist dat dit de magische plaats Hollywood was. Ik was 12 of 13 jaar toen ik hoorde dat het bord verwijderd zou worden bij gebrek aan geld om het te repareren. Toen gebeurde er iets met me dat mijn leven sindsdien heeft beïnvloed. Ik wist dat ik iets moest doen en dat mijn inspanningen een verschil zouden kunnen uitmaken.
Ik organiseerde een fietstocht door Hollywood met kinderen van mijn school, waarbij we donaties kregen voor de afstand die we fietsten. Ik kreeg de media zover er verslag van te doen, het lukte om enkele filmsterren te laten komen en wat geld te verzamelen om het bord met Hollywood erop te redden. Alhoewel mijn fietstocht dat niet deed, riep deze wel voldoende interesse en publiciteit op, waardoor enkele bedrijven donaties gaven en het bord behouden bleef.
En ik leerde daardoor een enorme les. Het zette me op een pad dat ik ook vandaag de dag nog volg. Ik wil een persoon zijn "who makes a difference", die iets kan betekenen of uitmaken in de wereld. En het maakt niet uit of het gaat om een fietstocht van San Francisco naar Los Angeles voor AIDS-onderzoek, lopen van Santa Barbara naar Los Angeles voor borstkankeronderzoek, het Kanaal overzwemmen (in het eerste Amerikaanse vrouwenteam dat de overkant haalde) of het zingen van mijn liedjes met positieve affirmaties en helende teksten. Als ik terugkijk op mijn leven heeft alles me op dit pad gezet. Al deze ervaringen leverden een bijdrage aan mijn groei.'

Het zaadje was geplant

'Ik begon in mijn tienerjaren met het maken van muziek. Ik wilde altijd al zangeres worden, maar heb jaren besteed aan wedstrijdzwemmen. Uren en uren in het zwembad. Toen ik 15 jaar was kwam zangeres en liedjesschrijfster Carol King in mijn straat wonen. Ik werd de oppas van haar kinderen. Opeens had ik aan haar een rolmodel en zag ik dat dit was wat ik echt wilde: mijn eigen liedjes schrijven en zingen. Ik leerde mezelf piano spelen en ondanks dat ik een slechte zangeres was, begon ik met het spelen op elk 'open podium' waar ze me maar wilden hebben. Het zaadje was gepland en ik wilde meer.
Jarenlang zong ik op bruiloften en partijen en bedrijfsfeesten, en deed ik gezongen telegrammen. Pas toen ik begon met zingen in een "New Thought Church", een kerk gebaseerd op het nieuwe gedachtegoed, begon alles op z'n plek te vallen. Ik werd daar uiteindelijk muzikaal directeur en schreef liedjes die te maken hadden met de positieve boodschap van de voorganger. Ik had niet kunnen dromen dat de eerste CD met liedjes zoveel mensen over de hele wereld zou raken en dat ze de CD dagelijks draaien.
De natuur is mijn grootste inspiratiebron. Omdat ik in een prachtig gebied woon, net ten noorden van San Fransisco in Mill Valley, ben ik gezegend met bossen, water en de mogelijkheid er dagelijks van te genieten. Ook word ik geïnspireerd door de schrijvers met wie ik werk zoals Joan Borysenko, Alan Cohen en anderen. En door de vele mensen die naar mijn workshops komen en die zichzelf toestaan zo kwetsbaar te zijn en door datgene heen te gaan wat ze afhoudt van het besef van hun eigen grootheid.
Ik houd ervan te groeien, uit te breiden, nieuwe gebieden in mijn leven te vinden en onderzoeken. Ik houd van lachen, heerlijk eten, prachtige vrienden en het spirituele pad dat ik bewandel... en tegelijkertijd niet te weten wat er mij na de volgende bocht te wachten staat. Mijn opdracht in het leven is om de beste persoon te zijn die ik mogelijkerwijs kan zijn. Om mijn leven op de meest "volle" manier te leven. Om iets te kunnen betekenen en om liefde te geven en ontvangen. Het is een dagelijkse spirituele oefening om helder en bewust te zijn en om telkens, zelfs als ik tekort schiet, het opnieuw te proberen en verder te groeien. De essentie van mijn werk is om de kracht in jezelf aan te spreken, van jezelf te houden en lichtheid in het leven te brengen, om niet zo hard voor onszelf te zijn. En bovenal om te genieten van de levensreis. De oefening is, elke dag weer, om in alles evenwicht te vinden. Als ik het te druk heb, als ik teveel werk, teveel onderweg ben, zie ik hoe ik van mijn pad raak op al deze terreinen. Dan moet ik mezelf vriendelijk en met compassie terugbrengen naar de essentie.'

ECIW

'Ik ben bevriend met Jerry Jampolsky. Het Centrum voor Attitudinal Healing, waarmee Jerry gestart is en waar ik als vrijwilliger heb gewerkt, is hier in de regio gevestigd. Ook heb ik ECIW bestudeerd en The Work of Byron Katie gedaan. Al dit werk, samen met het pad van Religious Science van Dr Ernest Holmes dat ik nu bewandel, heeft me alleen maar geholpen me voor nieuwe ideeën te openen en om op een frisse manier naar de dingen te kijken. Wandelen in de Muir Woods, zwemmen in San Francisco Bay, mezelf omringen met creatieve mensen, liedjes schrijven of iets anders creatiefs doen, inspireert me enorm. Ik ben er dol op om in mijn huis te rommelen en met bloemen te spelen. Het is de hemel! Graag zou ik willen dat mijn muziek aan een groter publiek bekend wordt en dat mensen door de positieve boodschap daarvan geïnspireerd raken. Ik werk op terreinen waar met name vrouwen geïnspireerd moeten worden, namelijk op het gebied van huiselijk geweld en in vrouwenopvanghuizen. Ik wil dat de vrouwen die daarmee te maken hebben, toegang hebben tot mijn muziek. En mijn grootste droom is om eigenaar van het huis te zijn waar we nu in wonen. Ik hou van dit huis!
Ik wil iets betekenen in het leven. "To make a difference" is een van mijn doelen in het leven. En ook wil ik van het leven genieten, plezier hebben en liefde ontvangen. Mijn grootste inzicht is dat alles wat er met me gebeurt een goede reden heeft en dat het een hoger doel kan hebben dan ik me ooit kan voorstellen. Als iets "fout" gaat, of niet in de richting die ik gewild heb, heb ik er geen idee van welk beter of ander ding ervoor in de plaats komt. Mijn leven gaat over dienstbaarheid, geven en ontvangen en kijken hoe ik van betekenis kan zijn voor de mensen in deze wereld. Dat betekent naar iemand luisteren als het op dat moment nodig is. Iets doen voor iemand als erom gevraagd wordt. En anticiperen op wat er nodig is in een situatie. Verbonden zijn is in een staat van eenheid zijn, verbonden met mezelf, met de natuur, met anderen en met de hele mensheid. Voor mij is helder dat alles in het leven een kans om te groeien is. We trekken aan waar we in geloven of wat nu voor ons nodig is op ons pad van heling.'

Mijn tijd

'Ik houd van de vroege ochtend. Dan zit ik met mijn spirituele boeken en een kop koffie op het terras en kijk ik naar de bergen. Dat is "mijn tijd". Alles wat me in mijn centrum brengt is voor mij meditatie. Dat heeft voor mij niets te maken met 30 minuten op een kussen zitten.
Daarna begin ik de dag met iets creatiefs, bijvoorbeeld door te werken aan een nieuwe songtekst, of aan het boek dat ik momenteel schrijf. Ik doe geen e-mail tot 11 uur en dat is soms makkelijker gezegd dan gedaan. Drie maal per week zwem ik in teamverband of maak ik 's middags een wandeling. Ook besteed ik veel tijd aan zakelijke dingen. Daar gaan heel wat middagen aan op. Ik ben een huismus en breng veel tijd met mijn man en de poezen door, terwijl ik wat rommel in en rond het huis. Ik geef nu ongeveer 30 jaar les in van alles en nog wat. Performance workshops, het schrijven van liedjes, workshops waarin je je doelen helder krijgt en momenteel met name workshops rond empowerment en het leven van je beste leven.
Je vraagt me hoe een "meester" er uitziet. Voor mij is dat iemand die zijn waarde kent, die zijn licht laat schijnen en alles wat er gebeurt als een kans ziet. Ik denk dat een echte meester zichzelf nooit als een meester ervaart, omdat ze altijd verder evolueren naar een groter bewustzijn en ze hebben niet het gevoel dat ze er al "zijn". Het is allemaal onderdeel van een doorgaand proces.
Er zijn massa's momenten in mijn leven dat ik bang ben. Op dit moment, nu ik dit schrijf, zit ik in een vliegtuig.

We gingen zojuist door een verschrikkelijke turbulentie. Ik vind dat afschuwelijk. Ik word bang zodra ik uit mijn comfort-zone ga. Maar ik ben zo toegewijd aan mijn groei en leerproces dat ik, als hij er is, de angst voel, erken en er toch voor ga, dus doorga met wat er aan de orde is. Ik zie het leven als een gigantische ui waar we almaar schillen afpellen om bij de essentie te komen.
Ik ben op dit moment meer bewust dan ik in mijn jeugdjaren was. En ik groei nog steeds en pel nog steeds schillen af van die ui.
Mensen doen niets fout als ze zich ongelukkig voelen. Soms moet je aan dat "ongelukkig voelen" raken om authentiek te kunnen zijn, de waarheid te kunnen zeggen en vanaf daar een verandering in te zetten. Ik ken mensen die er gelukkig uitzien, maar niet eerlijk zijn over hoe ze zich werkelijk voelen. Het gaat in het leven alleen over trouw zijn aan authenticiteit, innerlijke integriteit.'

Ik wil bijdragen

'Nu, na het maken van 11 CD's, reis ik door het land, treed ik op, spreek ik op conferenties en bijeenkomsten, geef ik concerten en workshops en mijn eigen spirituele retreats. Ik wil zingen over vreugde, geluk, gaan voor mijn dromen en alle aspecten van het leven. En ook over affirmaties en kwesties die in mijn eigen leven een rol spelen. Als mensen schrijven dat mijn liedjes hen helpen om om te gaan met ziekte, verlies, rouw, of helpen om helder te blijven, laat dat mij zien dat ik het juiste werk doe. Net als dat kleine meisje dat het bord in Hollywood wilde redden. Ik wil bijdragen aan de wereld met mijn muziek.
Wat ik de lezers wil zeggen is: blijf positieve muziek steunen. Er is een verbazingwekkende hoeveelheid zangers en liedjesschrijvers die vanuit "het nieuwe denken" schrijven en zingen. Zij maken een geheel nieuw genre in de muziek. Als onze muziek door meer en meer mensen gekend wordt, helpen we op die manier de wereld te helen, liedje voor liedje. Moeder Theresa zei:
"We kunnen geen grote dingen doen, alleen kleine dingen met liefde". Dat is ook mijn intentie met mijn muziek. Als ik iets kan betekenen op een kleine manier ben ik gelukkig.' ●

www.karendrucker.com

VHTH, jrg.4 nr. 1

Ontdek dat geen enkele gedachte absoluut waar is.
En het bevrijdt ons van de invloed
van beperkende gedachten op ons leven.

Els Thissen

Het verlangen van de ziel

Het verlangen van de ziel is de rode draad in ons leven. Het is de verbinding met de manifestatie in de stof van ons zielenbewustzijn. Het is de passie in ons leven, die ons een gelukzalig gevoel geeft.

Niet iedereen is zich bewust van het verlangen van de ziel. Soms kan de manifestatie dan moeilijk zichtbaar worden. Zij is er wel, maar de menselijke blik is er niet op gericht. Wij leven in een maatschappij, die veel eisen stelt en hoge prestaties verwacht. De drang van de persoonlijkheid wil hieraan gehoor geven, bang om niet voor vol te worden aangezien.

Het verlangen van de ziel heeft een andere kwaliteit, gericht op liefde, vrede en voldoening.
Als het verlangen van de ziel wordt bevredigd, dan is de allesdoordringende, stralende warmte met niets te vergelijken. Het is een kwestie van het hart openen en de liefde voelen stromen. Dicht bij dit gevoel van het hart proberen te komen en te blijven, helpt het zielsverlangen vorm te geven in de stof.

Verbind je met hart en ziel, leef met een open hart. Dat betekent dat je de daadkracht van je persoonlijkheid eerst toetst aan je hartskwaliteit. Zo geef je het verlangen van de ziel ruimte om haar passie te volgen en te verwezenlijken in de stof.

Niek Zervaas

www.niekzervaas.nl

Ik wens je liefde toe

Enkele jaren geleden nam ik deel aan de - tot nu toe - laatste Internationale Attitudinal Healing Conferentie in San Rafael, Californië. Daar zong elke ochtend tijdens het ontbijt een zangeres, met een grote bos rood haar, de meest swingende en vrolijke liedjes die je je maar kunt voorstellen. Die zangeres bleek Karen Drucker te zijn!
Ik kocht een aantal CD's van haar waarvan ik bij vrijwel elke workshop wel iets laat horen.
Op alle CD's getuigen haar teksten van een diep spiritueel inzicht en ze hebben een grote dosis humor. De muziek varieert van blues, naar pop en jazz. Karen Drucker laat haar stem met groot enthousiasme horen, stevig en subtiel. Ze maakt een scala aan prachtige verstilde luistermuziek, geweldige meezingers tot swingende dansmuziek. Op elke CD staan verschillende nummers die zowel wat de tekst, alsook wat de muziek betreft echte 'pakkers' zijn. Ik zie een zangeres die met hart en ziel doet wat ze het liefste wil, muziek schrijven en zingen.
Ik pik er twee CD's uit om u een voorbeeld te geven van wat u verwachten kunt van Druckers muziek.
Op de CD *Hold on to Love* staat de humorvolle song 'I lost the right to sing the blues' waarin ze vertolkt dat ze 's ochtends wakker wordt met een vreemd gevoel.
Er is namelijk een deel van haar gestorven en dat voelt erg onbekend. Dan roept ze haar Hoger Zelf aan om te horen wat er aan de hand is. Die geeft haar het slechte nieuws:
'Your life is just to good, you lost the right to sing the blues.
You can sing the blues / when your best friend puts you down / You can sing the blues / if your man has done left town / But what gives me the right to sing that mournful tune / when I'm steamin' with my honey / in my sauna in Cancun.
So now you've heard my story / and you understand the pain / of searching and not finding / any reason to complain / Cause my stars are in alignment – my house is all feng shui-ed / I'm filled with peace and harmony – my bills have all been paid / I've let go of the struggle – you know I've paid my dues.'
Op de CD *Shine* treft u de prachtige song 'I wish for you' aan. Een kort stukje daarvan:
'I wish for you love, I wish you success and knowing you are worthy / of having it all you've answered the call to serve your highest good / You have a power within & now you'll begin to share your hearts desire / I wish for you joy, I wish for you peace, but most of all, I wish you love.'
In dit nummer wordt duidelijk vertolkt wat Drucker telkens weer benoemt in het interview: Ze wil, ook met haar muziek, iets betekenen voor deze wereld en de mensen. Wat mij betreft maakt ze dat helemaal waar. Op de website van Karen Drucker zijn enkele van haar muzieknummers te beluisteren. En mocht u een van mijn workshops bezoeken dan maakt u gerede kans Drucker te horen.

Els Thissen

Wie zijn onze lezers? De redactie van ...van hart tot hart... wil ze graag beter leren kennen en... aan u voorstellen. Marjo de Vries (1969) woont met man en kinderen in Utrecht en startte een coachingspraktijk.

Er wordt voor ons gezorgd

'Geabonneerd op het blad ben ik niet. Mijn moeder geeft het me altijd, of anders mijn zus wel of mijn schoonmoeder. Tijdens het lezen ervan word ik rustig. En inspirerend vind ik de ervaringsverhalen. Dit door de herkenning - en door de uitnodiging om zelf bewust te leven. Ik zou na een maand alles gerust opnieuw kunnen lezen. Van mij mag het blad wel in kleur, dat zou de foto's en tekeningen beter doen uitkomen. Van hart tot hart leven, doe ik door eerlijk te zijn. Ook in vriendschappen. Ik laat me zien, vertel hoe ik dingen ervaar en laat mijn waardering blijken. Na een fijn bezoekje stuur ik thuis nog even een berichtje. En als ik iemand kan helpen doe ik dat, bijvoorbeeld door de buurvrouw wederom geld te lenen.'

Ieder loopt zijn eigen pad

'Spiritualiteit is voor mij iets gewoons, iets waarvoor ik niet de deur uit hoef. Het heeft te maken met weten dat ik goed ben zoals ik ben. Met erop vertrouwen dat er voor me gezorgd wordt. Weten dat wat nodig is op mijn pad komt. Enige tijd geleden dronk ik ayahuasca in de Santo Daime-kerk. Mijn denken stopte erdoor en het gevolg was een langdurige en overweldigende ervaring van eenheid. Het sterkte me in mijn idee dat er voor ons gezorgd wordt. Eigenlijk kan ik dus ook niet voor een ander zorgen. Ieder loopt zijn eigen pad en ik kan er niets van overnemen, geen stap en geen traan. Wel kan ik een stukje met iemand oplopen. In mijn praktijk werk ik met het talentenspel, ontwikkeld door Willem Glaudemans. Gedeeltelijk is het gebaseerd op het gedachtegoed van ECIW. Samen met een cliënt probeer ik de informatie helder te krijgen die de ander diep in zichzelf eigenlijk al weet. Intuïtieve impulsen volg en gebruik ik daarbij. Dat geeft me het gevoel dat ik het niet ben die het verzint. Het spel werkt met het beeld van een koninkrijk - en resulteert er in het dagelijks leven nogal eens in, dat de cliënt weer gaat regeren over zijn eigen rijk. Alleen nu meer vanuit de ziel, vanuit innerlijke wijsheid. Verder is niet ongebruikelijk dat men de verdeling van arbeid en vrije tijd herziet. Het talentenspel schudde in mij de kunstenaar wakker. Ik ben minder gaan werken en vond een mooi atelier in de Utrechtse binnenstad. Dat creatieve is een belangrijke voedingsbron voor mij - en leidde uiteindelijk ook tot mijn werk als begeleider. Voorheen was ik communicatiedeskundige. Ik was goed in het organiseren van grote evenementen maar het gaf me geen voldoening. Wat me wel gelukkig maakt is mooie muziek, dansen, schilderen, fijne gesprekken, stilte, zon en het werk in mijn praktijk. Op dit moment doe ik de opleiding Familieopstellingen bij Els Thissen.
Mooi eraan vind ik dat zonder veel woorden zoveel bereikt kan worden op het gebied van verandering en heling. En het levert veel inzichten op. Zo weet ik nu dat het prima is om dood te zijn. Dat is goed voelbaar wanneer je in een opstelling de overledene vertegenwoordigd.'

Nathan-wonderdag

'Mijn man Michel leerde ik kennen op de HEAO. Hoewel ik zelf nog leerling was gaf ik er fotografieles, onder meer aan hem. Ik viel op zijn ondeugende blik en vrolijkheid en we hadden mooie gesprekken. Hij waardeerde mij om mijn andere kijk op de dingen en vond me een lekker wijf. We hebben een tweeling van elf: Merel & Nathan. Zij zijn een enorme spiegel van mijn gedrag en dat is heel leerzaam. We hebben het leuk met hen, veel lol ook.
Iets opmerkelijks maakten we mee op een zondagochtend, op de datum die we sindsdien de Nathan-wonderdag zijn gaan noemen. De kinderen hadden ruzie. Hun kamers liggen op de eerste verdieping naast elkaar. Nathan gooide vanuit zijn raam dingen de kamer van Merel binnen en viel daarbij naar buiten. Echter, zijn leren enkelbandje bleef bij het raamkozijn ergens achter haken. En zo hing hij op z'n kop uit het raam. Zijn vader probeerde hem eerst vanuit Merels kamer te redden maar dat lukte niet. Rustig gaf Nathan zijn vader de instructie hem los te laten en het vanuit zijn kamer te proberen. Voor die tijd had ik vaak een onbestemde angst dat er iets met mijn zoon zou gaan gebeuren; dat hij vroeg dood zou gaan. Sinds die dag is dat gevoel weg. Nathan had dood kunnen vallen, maar... het liep anders.'

Annemarie van Unnik

Het verlangen van de ziel

De helende kracht van de werkelijkheid; familieopstellingen en het werk van Bert Hellinger van Wilfried Nelles is een buitengewoon toegankelijk boek. Het is een soort inleiding op het opstellingswerk van Hellinger en geeft een beschouwend overzicht van dat werk, op punten aangevuld en nader toegelicht. Nelles doet dat onder andere op basis van zijn eigen werk met opstellingen.
Wat me buitengewoon aanspreekt in dit boek, is het belichten van de helende werking die opstellingen (kunnen) hebben. Zo is het ook mijn ervaring dat door het in openheid 'oog in oog' staan van bijvoorbeeld een dochter met een moeder, er onmiddellijk een helende werking plaatsvindt. Doordat vertegenwoordigers de plaats innemen van de verschillende mensen, betrokken bij het betreffende systeem, geeft dat een duidelijk beeld van de energetische en emotionele verbanden die op dat moment werkzaam zijn. Daarmee kan vervolgens gewerkt worden.
Het 'verlangen van de ziel' om in liefde, vrede en vreugde te leven, is de grote motor achter de bereidheid om vergeving en heling te aanvaarden. Gevolg van dit werk is herstel van de verhoudingen, wat neer komt op herstel van openheid en toegankelijkheid, waardoor de liefde die er tussen de betreffende personen is - en altijd heeft bestaan - ter plekke weer ervaren kan worden. In de jaren dat ik opstellingen begeleid heb ik gezien dat zo'n nieuw beeld, tijdens de workshop, een gevolg heeft in het dagelijks leven. Soms al binnen enkele uren.
Terug naar het boek van Nelles. Als je geïnteresseerd bent in de algemene werking van opstellingen dan is dit boek beslist een aanrader.

Els Thissen

Wilfried Nelles. *De helende kracht van de werkelijkheid; familieopstellingen en het werk van Bert Hellinger.* Het Noorderlicht. Groningen 2007. 139 blz., €18,00

Innerlijk meesterschap

Naar het hart van mijn ziel van Miek Pot heb ik in één adem uitgelezen. Dat is ook niet zo moeilijk omdat het een buitengewoon boeiend en toegankelijk geschreven boek is. Wat me zo aantrekt in het boek is dat het niet een beschrijving van feiten en gebeurtenissen is. Natuurlijk komen ze er wel in voor, maar het gaat vooral over de persoonlijke ontwikkelingsreis van Miek Pot, die ontdekt dat het transpersoonlijke de essentie is. En wat ze daarover schrijft leest voor mij als een spannend avontuur. Onder andere oefeningen en teksten van de Woestijnvaders en het Jezusgebed worden genoemd als instrumenten waarmee Pot tot herkenning van de diepte in zichzelf komt. Ik zie in Miek Pot een vrouw die in deze zoek- en vindtocht zeer weloverwogen een kluizenaarsklooster ingaat en er even weloverwogen weer uit vertrekt. Dat alles in het verlangen de essentie in zichzelf te vinden, zonder het menselijke daarbij te verliezen.
Al lezende trof me de diepte van haar uitspraken en de overeenkomsten daarvan met uitspraken in de Cursus. Ik gun u een paar stukjes tekst uit dit boek.
'Het antwoord op alle vragen zit in ieder van ons en een goede coach leidt iemand altijd tot zijn of haar eigen innerlijke meesterschap. Het is een cliché, maar het geluk zit in jezelf. Het verleden is definitief verleden tijd. ... Ik kan zeggen met de woorden van Paulus: "Ikzelf leef niet meer, Christus is het die leeft in mij"(Gal. 1:20).'
Hebt u ooit overwogen het kloostер in te gaan of voelt u zich aangetrokken tot leven in stilte? Lezen dit boek! En als u die gedachten niet kent, ook lezen dit boek!

Els Thissen

Miek Pot. *Naar het hart van mijn ziel; 12 jaar in een kluizenaarsklooster.* Uitgeverij Ten Have, Kampen 2007. 133 blz., € 14,90

BOEKBESPREKING

Kom in contact met wie je werkelijk bent

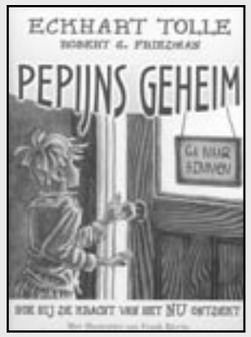
Kort gezegd is *De helende reis* van Brandon Bays een methode, die de mogelijkheid biedt om de diepste oorzaak van een klacht boven tafel te krijgen, zodat bevrijding ervan mogelijk wordt. Of meer in de woorden van de schrijfster: 'til het deksel op waaronder de pijn verborgen ligt, zodat de weg naar onze kern vrijkomt'. In het voorwoord van *De helende reis in de praktijk* van Marieke Shvarts, schrijft Arnold Timmerman dat er regelmatig melding wordt gemaakt van het feit dat mensen genezen van emotionele, fysieke en zelfs genetisch bepaalde, en terminale ziektes. Zo is er een geval bekend van een vrouw die nog maar kort te leven zou hebben en toch genas. Drie dagen later kwam ze onder een bus en overleed alsnog. En dan staan er de geweldige zinnen: 'Het leven leeft. De helende reis interrumpeert dat niet. DHR biedt de mogelijkheid in contact te komen met wie we werkelijk zijn. En een bijproduct daarvan is vaak heling en genezing. Da's alles'. In de inleiding die erop volgt, verhaalt Marieke over de blokkerende overlevingsmechanismen die ze in haar jeugd heeft opgedaan. En over de bevrijding daarvan door DHR. Een openbarende ontdekking daarbij was het ervaren van haar natuurlijke staat - die liefde is. Haar enthousiasme over DHR deed haar therapeut worden.
Het rijk met zachte potloodtekeningen geïllustreerde boek leidt je door 21 DHR-sessies met mensen uit haar praktijk. De je-vorm waarin zij de reacties van cliënten beschrijft was voor mij in het begin even wennen. Ik zou me kunnen voorstellen dat mensen het boek gaan lezen om één van de volgende redenen: 1. Je bent gewoon nieuwsgierig naar wat een helende reisproces kan inhouden. 2. Je begeleidt zelf als amateur of therapeut - en wil je laten inspireren door een kijkje te nemen in de keuken van een (andere) professional. 3. Je bent op zoek naar diepere inzichten - of naar een therapeut. Heel intuïtief en vrij hanteert Marieke Shvarts het aanbod van *De helende reis*. En het lijkt me dat zij dat bekwaam doet, ook gezien de resultaten.

Annemarie van Unnik

Marieke Shvarts. *De helende reis in de praktijk.* Forum, Amsterdam, 2009. € 19,95

BOEKBESPREKING

Pepijns Geheim



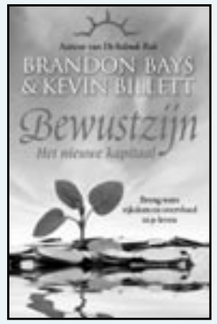
Eckhart Tolle & Robert S. Friedman gebruiken in *Pepijns Geheim* een veel voorkomend gegeven, pesten op school, om aan kinderen uit te leggen wat de kracht van het NU is.
Pepijn een jonge jongen, wordt op school door een oudere jongen, Kevin, hard geduwd. Pepijn valt en schaaft zijn knieën. Kevin roept nog achter hem aan, nadat de juffrouw zich ermee bemoeit: 'ik krijg je nog wel! slome!' Pepijn is geschrokken en bang. Hij fantaseert over wat hij denkt dat hem allemaal te wachten staat. Dan wordt zijn kat door de buurhond gebeten. Met een schoongemaakte wond aan oor en poot ligt de kat even later te spinnen op Pepijns borst. Pepijn begrijpt niet dat de kat niet bang is. Pepijns wijze opa weet hem uit te leggen dat zijn in het NU, precies zoals de kat doet, mensen gelukkig maakt.
In een droom die Pepijn die nacht heeft, leert hij om het licht te ervaren dat bij het NU hoort. Alles dat in het Nu leeft, draagt dat licht zichtbaar in zich. Pepijn leert met hulp van zijn poes, nog steeds in zijn droom, om dat licht te voelen in zijn hele lichaam. Als hij wakker wordt, voelt hij zich gelukkig. Hij weet niet hoe dat kan. Op weg naar school voelt hij de angst weer opkomen. Dan opeens herinnert hij zich zijn droom. Hij merkt dat hij het licht in zijn lichaam kan voelen en denkt: 'Nu ben ik in het Nu.' Als hij Kevin tegenkomt bij de wc merkt hij dat hij niet meer bang is. Thuisgekomen vertelt hij opa dat hij het geheim van in het Nu blijven kent. Opa wil weten wat dat is en Pepijn fluistert: 'Je moet de binnenkant van het Nu vinden!' en Pepijn denkt dat opa zelf wel kan raden waar dat is!
Als dit verhaal u aanspreekt, dan lijkt het zeer geschikt voor uw kinderen. De tekeningen in het boek zijn van Frank Riccio.

Els Thissen

Eckhart Tolle & Robert S. Friedman. *Pepijns Geheim; hoe hij de kracht van het NU ontdekt.* Ankh-Hermes, Deventer, 2009. A4 formaat. € 14,50

Volkomen tot uitdrukking gebrachte liefde

BOEKBESPREKING



Nu onze aarde op diverse vlakken in een crisis verkeert, wordt er een beroep gedaan op een grootsere vorm van *zijn*. Eén waarbij we deel worden van de oplossing, in plaats van het probleem. Daartoe hebben we ons te ontdoen van angstbewustzijn. Dit door onze diepste en saboterende angsten bloot te leggen, zodat ze kunnen worden opgelost. Dan kunnen we ons volledig potentieel toelaten - en leven. Dit boek verschaft een proces, genaamd *De helende reis*, waarmee ondermeer emotionele blokkades, tot op celniveau, kunnen worden opgeruimd. Brandon Bays ontdekte de methode in een periode waarin zij in korte tijd genas van een enorme tumor. En niet dat alleen gebeurde, ook kwam ze terecht in een staat van vervulling, vrijheid en vrede, die ook nu nog een onderstroom vormt in haar leven. Van hieruit begon zij een heel ander leven te creëren met verstrekkende gevolgen. Letterlijk. Haar methode gaat de wereld over. En haar wens is, dat die iedereen ter beschikking staat. Om die reden is *De helende reis* ook in dit boek weer opgenomen - en nu met een toespitsing op rijkdom en overvloed. Brandon Bays nodigt ons uit een nieuwe vorm van rijkdom en overvloed in de armen te sluiten, die in harmonie is met het grotere geheel. Zij verschaft daartoe vele handreikingen en maakt duidelijk dat niets van buitenaf ons kan geven wat we al zijn. Geen enkele manifestatie van rijkdom of materiële bezittingen kan iets toevoegen aan onze ware grootsheid vanbinnen. Deelnemen aan het manifestatieproces is om die reden een privilege.

Alles is mogelijk
als je zwemt in een zee
van dankbaarheid
en je overspoeld weet
met de zegeningen van het leven.

Verder zijn er ervaringsverhalen te lezen over hoe zij en haar partner plus medeauteur Kevin Billet, zich bevrijden van pijnlijke en ontkrachtende overtuigingen. Er is ook een ontroerend verslag opgenomen over een seminar in Oost-Duitsland. Vlakbij een concentratiekamp. Hier komt een grote en internationale groep mensen ertoe hun oorlogsbewustzijn en vijandbeelden op te geven. Zelfs Hitler wordt totaal vergeven. In de beschrijving staat te lezen dat elke vorm van afscheiding verdween in een zee van liefde. Deze ervaring werd voor Bays de reden tot het schrijven van het boek. Want stel... dat wat in die microkosmos plaatsvond, ook kan plaatsvinden in de macrokosmos? Hier gloort hoop aan de horizon. Toch? En stel dat we werkelijk gaan leven als volkomen tot uitdrukking gebrachte liefde.

Annemarie van Unnik

Brandon Bays met Kevin Billett. *Bewustzijn; het nieuwe kapitaal.* Forum. Amsterdam, 2009. € 19,95

ABONNEMENT!

Gun uzelf een abonnement

door het sturen van een kaart met uw naam, adres en abonnement 2010 en gelijktijdige overmaking van:

• Nederland: € 16 of meer op postgiro 8905507

• Overige landen: € 22 of meer op IBAN: NL 10ING0008905507 / BIC: INGBNL2A / Shared Costs / Bank: ING.

Tesselschadestraat 1, 8913 HA Leeuwarden

t.n.v. Stichting Centrum voor Attitudinal Healing te Moorveld onder vermelding van: Abonnement 2010.

Als u een abonnement neemt worden de reeds verschenen nummers van de lopende jaargang nagezonden.

Een abonnement start in januari en loopt tot wederopzegging.

Gun je ziel een abonnement!

Een abonnement cadeau geven kan door overmaking van het abonnementsgeld en het sturen van een kaartje met uw naam en adres en naam en adres van degene voor wie het abonnement bestemd is.

WWW.ELSTHISSEN.NL / WWW.AHNL.ORG

‘Wanneer je louter liefde wilt, zul je niets anders zien.’