

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

VOOR WIE DIT WIL LEVEN

## Verbinding



## Colofon

Jaargang 12, nr. 1, februari 2012  
...van hart tot hart... (voortgekomen uit Attitudinal Healing en Een Cursus in Wonderen) is een onafhankelijke uitgave van de Stichting Centrum voor Attitudinal Healing en verschijnt vier keer per jaar (feb., mei, aug. en nov.).

### Stichtingsadres en redactie:

Stichting Centrum voor Attitudinal Healing  
Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld.  
Telefoon: 043-3647987  
redactie@vanharttohart.org  
KvK: 41194138

### Abonnementenadministratie:

abonnements@vanharttohart.org  
website: www.ahn.nl.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; Anja van Aarle; Anna Sedelaar; Annemarie van Unnik; Beverly Hutchinson McNeff; Boukje Grashuis; Clea Betlem; Cobi Schilp; Diny Smits-Setz; Els Thissen; Emilia van Leent; Emina van der Sluijs; Emma Veenstra; Hans de Rijke; Heleen de Meijer; Ingrid de Vries; Janny Buijs; Joost Maarschalkerweerd; Linda Bierings; Marrigje Dijkema.

**Vormgeving:** René de Vos reclamestudio, Amsterdam

**Druk:** Drukkerij Keulers, Geleen  
**Oplage:** 1300

**Advertenties:** 1/1 pag. €550;  
1/2 pag. €300; 1/4 pag. €175; 1/8 pag. €90.  
**Losse nummers:** €4,25 excl. verzendkosten

### ABONNEMENT

Zie pagina 27

**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.

### Algemeen Nut Beogende Instelling

(ANBI) Stichting Centrum voor Attitudinal Healing is een ANBI. Dat betekent dat u giften kunt aftrekken voor de belasting. Jaarlijkse (periodieke) giften, vastgelegd bij notariële acte, voor minimaal 5 jaar zijn volledig aftrekbaar, zonder maximum. Voor meer info zie: www.anbi.nl

Nr. 2 van 2012 verschijnt begin mei  
ISSN: 1571-3784

## INHOUDSOPGAVE

### 3 Van de redactie

### ARTIKELN & RUBRIEKEN

- 4 Het sleutelwoord is verbinding - Een interview met Jacqueline Jurna-Collignon
- 8 Schatzoeken - Beverly Hutchinson McNeff
- 11 Werken vanuit het hart - Jan Laureijssen
- 14 Vraag & Antwoord - Wanneer houdt de moederrol op?
- 16 Even dokken graag! - Emma Veenstra
- 18 Van communicatie naar communie - Hans de Rijke
- 21 Lezers, van hart tot hart - Emina van der Sluijs

### BOEKEN, KAARTEN, FILM EN CD'S

- 23 Ontwaken in liefde - Margot Krikhaar
- 24 Het Gaia Project - Hwee-Yong Jang
- 24 Jij bent God - Gabriela & Reint Gaastra-Levin
- 25 Jezus - Deepak Chopra
- 26 29 Geschenken - Cami Walker
- 26 Na de dood - David Fontana

### EN VERDER

- 7 Kan ik in vrede blijven wat er ook maar buiten mij gebeurt?
- 13 Aan de Heilige Geest
- 15 Meditatie
- 20 Laat je verrassen

### HET HART

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



*Het sleutelwoord is verbinding  
Pagina 4.*



*Wees je bewust van de eenheid  
Pagina 11.*



*Even dokken graag!  
Pagina 16.*

### 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, pagina 11, 12, 21, 22 & tekening pagina 13 & 3 van Het Hart:**

Annemarie van Unnik; **Foto pagina 3 boven, pagina 4, 5, 6 & foto achterpagina:**

Joost Maarschalkerweerd; **Foto pagina 3 onder:** Ingrid de Vries; **Foto pagina 8, 14,**

**tekening pagina 27 & 2 van Het Hart:** Els Thissen; **Foto pagina 1 van Het Hart:**

Clea Betlem; **Tekening pagina 15:** Janny Buijs; **Foto pagina 16:** collectie Emma Veenstra;

**Foto pagina 18:** Anna Sedelaar.



Dit nummer van VHTH heeft als thema: verbinding. Ingegeven door het interview met Jacqueline Jurna, directeur van een bij de klant zeer gewaardeerde onderneming. Voor die waardering, zegt zij, is verbinding de sleutel tot succes. Als ik nadenk over het thema, realiseer ik me dat

verbinding aardig in de buurt komt van geluk. In verbinding met mezelf, voel ik me goed en krachtig. In verbinding met mijn werk vliegt de tijd. En in verbinding met een ander is het alsof... Het lijkt wel alsof bij ware aanwezigheid het ego wijkt - waardoor het leven door je heen kan stromen zonder remparachute. Heerlijk! De tegenpool, (af)scheiding roept minder prettige associaties op: eenzaamheid, aanval, verdediging, enz.

Situaties die verleiden tot het verbreken van verbinding zijn er legio. Stel bijvoorbeeld, je hebt te maken met een grensoverschrijdende wanbetaler. Iemand die je een vinger geeft en meteen je arm eraf rukt. Hoe zoiets kan aflopen, lees je in Emma Veenstra's artikel: *Even dokken graag*. Numeroloog Jan Laureijssen, gaat in zijn visie de verbinding voorbij naar het onderliggend besef van eenheid - en stimuleert je daarvan bewust te zijn. Ook heeft hij Een Cursus in Wonderen numerologisch bekeken. Hans de Rijke neemt deel aan een onderwijsconferentie, waarbij de deelnemers zelf onderwerp van onderzoek blijken te zijn. Dat lijkt te leiden tot verbinding en acceptatie van zichzelf, en zoals in het geval van Hans inclusief Parkinson. Ook vertelt hij over Theorie U, een fascinerend boek over leiderschap. Ontroerend vind ik de zoektocht naar innerlijke vrede door de buitengewoon door het leven uitgedaagde Emina van der Sluijs. En Els Thissen geeft een moeder antwoord op haar vraag: wanneer houdt een kind op om kind te zijn? Ik beëindig dit redactioneel met deze wens voor u. Mag er op enige plaats in dit blad iets te vinden zijn dat u raakt! Iets dat u verbindt met onze essentie... die liefde is.

*Annemarie van Unnik*

*Vertrouwen zou aan ieder probleem  
nu een einde maken*

*(ECIWT26.VIII.2:2)*





# Het sleutelwoord is verbinding

**Jacqueline Jurna-Collignon (1952) is directeur van het Haags Centrum voor Onderwijsadvies (HCO) dat als hoofdopdracht heeft te ondersteunen bij alle vragen die bij de ontwikkeling van kinderen naar boven komen. Jacqueline woont in Rijswijk, is getrouwd en heeft een zoon. Opleiding: Pabo.**

*Annemarie van Unnik*

**D**e begeleiding door het HCO loopt van de peuterspeelzaal t/m het voortgezet onderwijs. Ook ouders kunnen er met specifieke vragen terecht. Het resultaat daarvan zou moeten zijn dat kinderen zich optimaal kunnen ontwikkelen. Het HCO haalt een klanttevredenheid van 99 procent! Dit was de uitslag van onderzoek door een extern bureau, voor het bedrijf waar ik al jaren met veel plezier werk. En 100 % van de ondervraagden had aangegeven het HCO van harte aan te bevelen bij anderen. Voor mij vormde dit

de aanleiding om directeur Jacqueline Jurna te vragen wat zij toch gedaan heeft om dit voor elkaar te krijgen. Want eerlijk gezegd stond onze dienst er voor haar komst heel anders voor. Die werd toen vooral ambtelijk en stoffig genoemd.

‘Blijkbaar heb ik een soort onbedwingbare dwang in me om de baas uit te hangen. Heel jong al, na een jaar voor de klas, werd ik de adjunct op school en een jaar later directeur. En met steeds maar het idee van... dit moet toch béter kunnen. Of, dit gaat zo goed laten we dat vieren! Vanaf mijn vroegste jeugd klinkt dat stemmetje in mijn hoofd dat me aanzet tot daden. Ik zie de dingen als leertrajecten: wat kunnen we doen om weer een stap verder te komen? En dat hoort wel bij een leider. Mijn werk voor de 150 deskundige professionals hier gaat vooral over organisatieverbetering. Daarnaast vind ik mensen heel leuk en geniet als ik iets kan doen waardoor zij beter worden in het werk, of in hoe ze met de dingen omgaan. Daar bemoei ik me mee. Voor mijn baan moet je nieuwsgierig zijn, bemoeiziek, zakelijk en daadkrachtig – en dat ben ik. Ik weet wat ik wil en zet dingen in beweging.’

## Trots zijn op je bedrijf

‘Toen ik in 2000 dit bedrijf binnenkwam had het een eilandencultuur. Iedereen was bezig met zijn eigen werk en schermde dat af. Men zag zichzelf niet als deel van een organisatie. Ook werd bij klanten het eigen nest bevuild: “Oh, heb je die? Nou dan bof je niet zeg”. In het belang van het bedrijf heb ik dat tijdens een toespraak hardop benoemd. Men viel ermee de eigen werkgelegenheid aan. Je hoopt dan dat mensen dat snappen, maar belangrijker is dat ze het voelen. Als je echt trots bent op je bedrijf, waarom zou je het dan nog doen? En daar wilde ik naartoe werken en dus is er enorm gekeken naar de kwaliteit van medewerkers. Dat betekende wel dat ik mensen die niet functioneerden moest aanpakken, of zelfs zeggen: sorry, zo gaan wij niet samen verder. Dat is hard. Maar als ik oprecht meen dat zo’n beslissing goed is voor het bedrijf en alle betrokkenen, lig ik daar niet wakker van.

## Iemand moet veilig een fout kunnen maken

Op scholen werkt een niet-functionerende leerkracht vaak tot zijn pensioen. Ik vind dat zo iemand eruit moet – al kost dat geld. Want hoeveel kost het de eraan blootgestelde kinderen niet? Wat hier overbleef was een groep mensen die *wel* wilde en die kwaliteit hoog in ‘t vaandel heeft. En inmiddels vindt iedereen dat we een zeer professioneel bedrijf zijn.

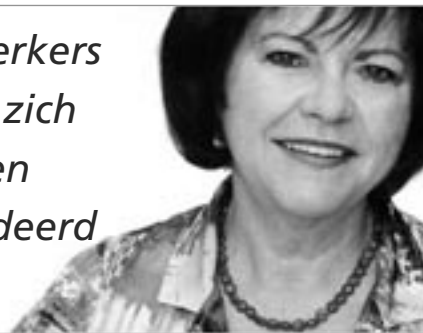
Iemand moet veilig een fout kunnen maken. Dan wordt erover gesproken en meegedacht. We werken niet vanuit een afreken- maar vanuit een verbetercultuur. Met elkaar zijn we verantwoordelijk voor het bedrijf. Zelfs in kleine dingen als melden dat de handdoekrol op is in de toiletengroep. Ook hebben we het gehad over kleding. In korte broek naar de klant werd verboden. Daar werd buiten het gezichtsveld van de drager over gelachen. Bij roddelen is het probleem vaak, dat men iets niet rechtstreeks durft te zeggen. Men gelooft niet dat iets zeggen effect heeft. Of de verhouding tussen baasjes en werkvloer is verziekt. En van daaruit ontstaat dan een tweede circuit: de roddel. Verhoudingen moeten dus in balans zijn. Dat het oorspronkelijke middenmanagement oud-collega’s niet op dingen wilde aanspreken snapte ik, maar dan moet je niet willen leidinggeven. Toen daaruit langzaam mensen verdwenen, ontstond er een management dat de gewenste bedrijfsstijl mee verspreidde – en dan gaan de anderen het ook doen. En verder moeten de medewerkers het gevoel hebben er echt toe te doen voor het bedrijf. Dan werk je er vanzelfsprekend graag voor en goed. Complimenten geven, hoogtepunten vieren en benoemen wat niet goed gaat zijn daarbij belangrijk. Voorbeeldgedrag ook trouwens. Bij een conferentie handen tekort bij de lunch? Dan help ik mee. Betrokken zijn bij elkaar krijg je alleen bij positieve wederzijdse afhankelijkheid. Nieuwe collega’s hoor ik steeds zeggen: “Ik kan hier met al mijn vragen terecht”. Als zij straks niet meer nieuw zijn, hebben ze geleerd dat

dit belangrijk is en wordt het de cultuur. We hebben teams veel laten samenwerken. Wat wij in ons werk willen bereiken, kun je niet in je eentje. We hebben elkaar nodig! En dat is zo’n gezond basisprincipe, met elkaar kun je iets van de grond tillen. Al vrij snel kwamen de positieve resultaten: meer omzet, een goede, eigenlijk zeer goede naam, en nu dus zelfs een klanttevredenheidsscore van 99 procent. Deel uitmaken van the-winning-team geeft energie en je bent ook trots op elkaar.’

## Elkaar ontmoeten

‘We creëren ook momenten waarbij je elkaar op informele wijze ontmoet. Zo hebben we een middag voor kinderen van de medewerkers. Dan zijn er enorm veel kinderen en allemaal medewerkers die bezig zijn het ze naar de zin te maken. En vlak voor de vakantie hebben we altijd een hapje & drankje in een strandtent. Dan overhandig ik iedereen een cadeaubon en vertel diegene over b.v. zijn/haar waarde voor het bedrijf. Vier uur lang loop ik van de één naar de ander, me afvragend: weet ik genoeg van die persoon? En ik knap er zo van op dat dit zo is! En ja, de dag ervoor bekeek ik wel even, in wie ik me nog moest verdiepen. Ik wil mensen het gevoel geven dat ze gezien en gewaardeerd worden. Ook door mij. En het is geen standaard, dat iedereen geweldig is. Ik kan ook zeggen: “Wij hebben een moeilijk jaar gehad, ik hoop dat er verbetering in komt en misschien moeten we er nog eens over doorpraten”. Maar voor 95% van de medewerkers steek ik mijn handen in het vuur.

*Medewerkers moeten zich gezien en gewaardeerd voelen.*



Een gouden greep in onze bedrijfscommunicatie is wat we plenaire tijd noemen. We brengen elkaar dan in anderhalf uur op de hoogte van nieuwe producten, trainingen, visies of wat ook. Zelf claim ik dan altijd tijd om het personeel bij te praten. Omdat ik sensitief ben, zie ik ook hoe iets valt. En dat geeft mij dan weer vertrouwen om een volgende stap te zetten. Over sommige zaken heb ik het al in een beginstadium. Nu we nadenken over een fusie vertel ik er al over. Wat dan gebeurt is dat men met je meedenkt. Mijn bereikbaarheid voor het personeel is best groot, staat mijn deur open dan mag iedereen naar binnen. En met nieuw personeel heb ik het over de waarden en normen van het bedrijf. Ik daag ze ook uit initiatieven te nemen: laat horen als je iets echt graag wilt. Benoem je talenten en bedenk hoe die zinvol in te zetten zijn voor de organisatie. Zo hebben we een ICT-adviseur die gek is van fotogra-

feren. Hij kreeg z'n gewenste mooie apparatuur, wij zijn congresfoto's en promotiefilmpjes. Zoiets lukt natuurlijk niet voor een collega die ongelofelijk goed kan breien. Trouwens, dat hier mensen werken met een lichamelijke beperking die elders nauwelijks kansen krijgen, daar zijn we ook trots op.'

### Verbinding

'Enorm veel tijd investeer ik in netwerken. En ik zorg dat mensen veel aan mij gehad hebben, zodat men ons bedrijf ook wat gunt. Toen we nog gemeentedienst waren, werkte ik veel mee aan projecten die niets met het HCO te maken hadden. Die houding betaalt zich ooit uit, al doe je 't daar niet om. Behulpzaam zijn is gewoon een levenshouding, dus ook in het werk. De gemeente gunde het ons om onder gunstige voorwaarden zelfstandig verder te gaan. Hadden ze ons niet zo goed gekend dan was dat vast anders gegaan. Het sleutelwoord bij alles is verbinding. Ik verbind graag mensen met elkaar. Deepak Chopra zegt: *Wat kinderen nodig hebben zijn wortels en vleugels.* Ergens bij horen, verankerd zijn, maar ook er bovenuit mogen stijgen, nieuwe dingen ontdekken, verwondering ontmoeten - dat hebben we allemaal nodig. Als moeder, buurvrouw, vriendin en baas zijn dat principes die ik belangrijk vind. En werk op zich is niet mijn doel in het leven. Waar het mij om gaat is het naar m'n zin te hebben. En dat heb ik als anderen het ook hebben. Ik voel me gelukkig als ik eraan bijdraag dat men hier graag werkt, of als men meedenkt vanuit gevoelde verbinding, of als scholen zich met ons verbonden voelen doordat ze hier een goed antwoord kunnen verwachten op hun probleemvraag.

## We hebben elkaar nodig!

Succesvol ben je niet alleen in omzet maar ook in waardering. Ook de uitstraling van ons gebouw draagt daaraan bij met de moderne, kleurrijke aankleding. De zorg eraan besteed laat zien: ik doe ertoe en jij doet ertoe. En klanten mogen kostendekkend, de vergaderzalen net zo benutten als onze medewerkers. De koffie is hier gratis. Sommigen groepen *blijven* cappuccino tappen, hahaha. Je welkom voelen geeft ook binding.'

### Voelhorens

'Managementboeken als *Hoe word ik een rat* vind ik geweldig. Toch geloof ik meer in samenwerking dan in harde concurrentie - en dan moet je elkaar weleens iets gunnen. Bij onderhandelingen vervul ik mijn rol maar houd wel van enige zelfspot. En ik *ben* wel eens ratterig bezig als ik mijn zin wil krijgen of een bepaald doel nastreef. Toen ons bedrijf ging privatiseren wilde ik zeer goede en betaalbare arbeidsvoorwaarden en dan ga ik wel ver. Maar kijk ik 's avonds in de spiegel dan moet ik mezelf nog wel aardig kunnen vinden. In interactie let ik altijd op de ander en voel de dingen naar me terugkeren, dat is voelbaar in mijn lijf. Bij verborgen agenda's of andere narigheid word ik

ijskoud en ga dan bovenop de feiten zitten. En geen tobber zijnde benoem ik wat er speelt: "Ik raak mijn vertrouwen kwijt, dit gesprek voelt voor mij volstrekt niet goed". Of: "Ik heb hier last van". En dat geeft ruimte het erover te hebben. Soms veroorzaak ik zo'n gewaarwording zelf. Maak ik een grapje waarvan ik ook aan de zaal merk: fout! Dan breekt het zweet me uit. Daarna kijk ik dan hoe ik het zo snel mogelijk weer kan rechtzetten en onderneem daar actie op. Functioneel kan ik kritiek wel aan. Maar vrouwelijk kwetsbaar ben ik in... vinden ze me wel aardig. En dat schijnt *heel* verkeerd te zijn voor een leidinggevende. Ik noem het voelhorens hebben. Ik hoef het niet als *waar* te zien, maar denk er wel over na. En bij mensen van wie ik een hoge pet op heb vind ik het erg. Wisselen mensen tijdens een vergadering bepaalde blikken uit dan



*Geen tobber  
zijnde  
benoem ik  
wat er  
speelt.*

kan ik vragen: "Doen we dit nog wel samen?" Of: "Dit is mijn plan, schiet er maar op". Maar uiteindelijk moet ik toch mijn eigen beslissing nemen. Als leidinggevende moet je accepteren nooit één te zijn met de rest. En soms moet ik *zelf* afstand bewaren. Dat is best eenzaam voor een mens als ik, maar alleen zo gevoeld als ik weinig terugkrijg. Bij een impopulair besluit zijn er gelukkig altijd wel collega's die daarna even mijn kamer binnenlopen of iets mailen als: "Dat was moeilijk Jacq. En fijn dat je het durft aan te pakken". Moeilijk is het als er *niets* terugkomt. En ja, ik wissel weleens uit met leiders van andere bedrijven, maar realiseer me dan vooral hoe goed ik het hier heb. En samen lachen over wat gebeurt of eens uit de band te springen, doe je maar met een enkeling.'

### Ik mocht er zijn

'In mijn vrije tijd vind ik het heerlijk om met familie, vrienden, burens en kinderen te zijn. Ik houd van praten, ben een shopaholic, schrijf dagboeken, doe breinspelletjes met rekenreeksen en lees graag managementboeken of thrillers. Maar wat echt *niemand* van me mag weten is dat ik borduur: Jip & Janneke. En dan zeg ik ook nog de lap trots omhoog houdend tegen mijn echtgenoot: "Kijk dan!" Ik was de tweede van vier kinderen. En mijn Rotterdamse vader en Brabantse moeder combineerden Bourgondisch genieten met een houding van niet-lullen-maar-poetsen. Presteren! Een zeer gastvrij thuis. We deden veel samen en er werd veel gelachen. En ruzie maken mocht. Dan werden we met z'n allen op de gang gezet, met limonade erbij

en soms zelfs koekjes. En mijn ouders bemoeiden zich er niet mee, zolang het probleem maar werd opgelost. Die levenswijze van toen heeft me zeer gevormd voor mijn manier van werken nu. Een belangrijke basis was dat ik altijd wist dat mijn ouders trots op me waren. Dat zorgde voor een vanzelfsprekend gevoel van... dat ik er mocht zijn. En dat neem je mee in welke baan ook. Katholiek opgevoed, haakte ik af op de poppenkast in de kerk, maar niet van de normen en waarden. En mooi vond ik de manier waarop mijn ouders met het geloof omgingen. Dat mijn moeder me de kracht van de liefde leerde, daar ben ik dagelijks dankbaar voor. Als ik ergens mee zat zei ze: "Maar kijk nu eens naar wat er allemaal *goed* gaat!" Net als ik kon zij niet koken. We hebben wat uitgedroogde kalkoenen gegeten met kerst. Maar wel stonden we altijd met z'n allen gezellig te knoeien in de keuken. Dus het gaat om het proces. En dat mijn ouders op latere leeftijd weer zo verliefd werden, heeft mij erg ontroerd.'

### Je betekenis voor anderen

'Mijn echtgenoot leerde ik kennen tijdens een week Pabo-schoolkamp op Texel. Siep was daar uitgenodigd om een workshop te geven over achterstandsleerlingen. Hij was negentien en al een veelgevraagd spreker. Ik zag hem en dacht: *die* is voor mij! Ik viel op zijn bevoegtheid en uiterlijk. Hij vertelde precies dat waarvan ik dacht: *dáár* gaat het om. Dat gaf een enorme klik. Een vriendin van mij echter, vond hem ook heel leuk - en we spraken af hem beiden uit te nodigen voor een strandwandeling. Diezelfde avond nog, terwijl de zee oplichtte van het fluorescerende, opspattende water, sprong bij ons de vonk over. Wij zijn een goede combi. Siep is een intellectueel en praten over ons werk vinden we allebei heel leuk. Hij werkt bij het ministerie van onderwijs. Onze zoon Maik adopteerden we toen hij vier was, in de tijd dat wij naast ons werk in de weekenden werkten als vrijwilliger in een kindertehuis. Ernstig verwaarloosd, was hij heel ziek toen hij bij ons kwam. Vanaf dag één zijn we leuke dingen met hem gaan doen. En als je hem nu ziet, zo'n leuke, vrolijke man! Terugkijkend op mijn zoon, familie, de kinderen van mijn overleden vriendin Ingrid, en de instellingen waar ik vroeger voor werkte, zie ik dat ik niet snel loslaat of de gemakkelijke weg kies. Ik ben en blijf betrokken. En houd niet van uitstellen: Leef nu! Spiritualiteit is voor mij een manier van in het leven staan. En vooral in de zin van: stel je open op - en niet te beperkt.

Ik ben echt geworden wie ik ben door de rol die bepaalde mensen speelden in mijn leven. Je vormt elkaar en in die zin neem je ook na de dood nooit afscheid. Eerder leef je voort in de harten van mensen, net zoals ik Ingrid en mijn moeder bij me voel. Ook heb ik voor sommigen een steen verlegd, iets betekend. En verder... is alles vergankelijk en dat is goed.' ●

[www.hco.nl](http://www.hco.nl)

## Kan ik in vrede blijven wat er ook maar buiten mij gebeurt?

*Principe 8 van Attitudinal Healing*

Ik zie iemand ongelukkig zijn om iets. Ze vertelt erover en we reiken haar iets aan waarvan ze zegt er iets aan te hebben. En mijn schouder wordt aanvaard om op te huilen. De volgende dag zie ik een tekst waarvan ik denk: dat is precies van toepassing op *haar*. Om het leed te verlichten stuur ik hem per sms. De dag erna informeer ik hoe het verder is verlopen en check of de sms aankwam. Lauwe reactie. Had je er nog iets aan? Nee, het bleek mosterd na de maaltijd. Wat ik schreef wist ze zelf wel en hoefde dat niet nog eens ingewreven te krijgen. Oei!! Schrik. Dat was mijn bedoeling niet. Dat weet ze, maar het kwam wel zo over. Dan ga ik mezelf verdedigen: ik meende het goed, het was allemaal liefde. Dat weet ze ook - maar kon er niks mee. Ik beloof iets dergelijks niet meer te doen.

Na de nodige hersenspinsels kom ik erachter dat wat ik haar schreef op mezelf van toepassing is. Ondermeer de zin: *Mijn kwaliteiten worden gezien en gewaardeerd. Of: Ik ben in staat in mijn eigen kracht te blijven in welke relatie dan ook.* Ja, vooral die! En ook als ik iemand tegenkom die ongelukkig is en denk daar iets aan te moeten doen.

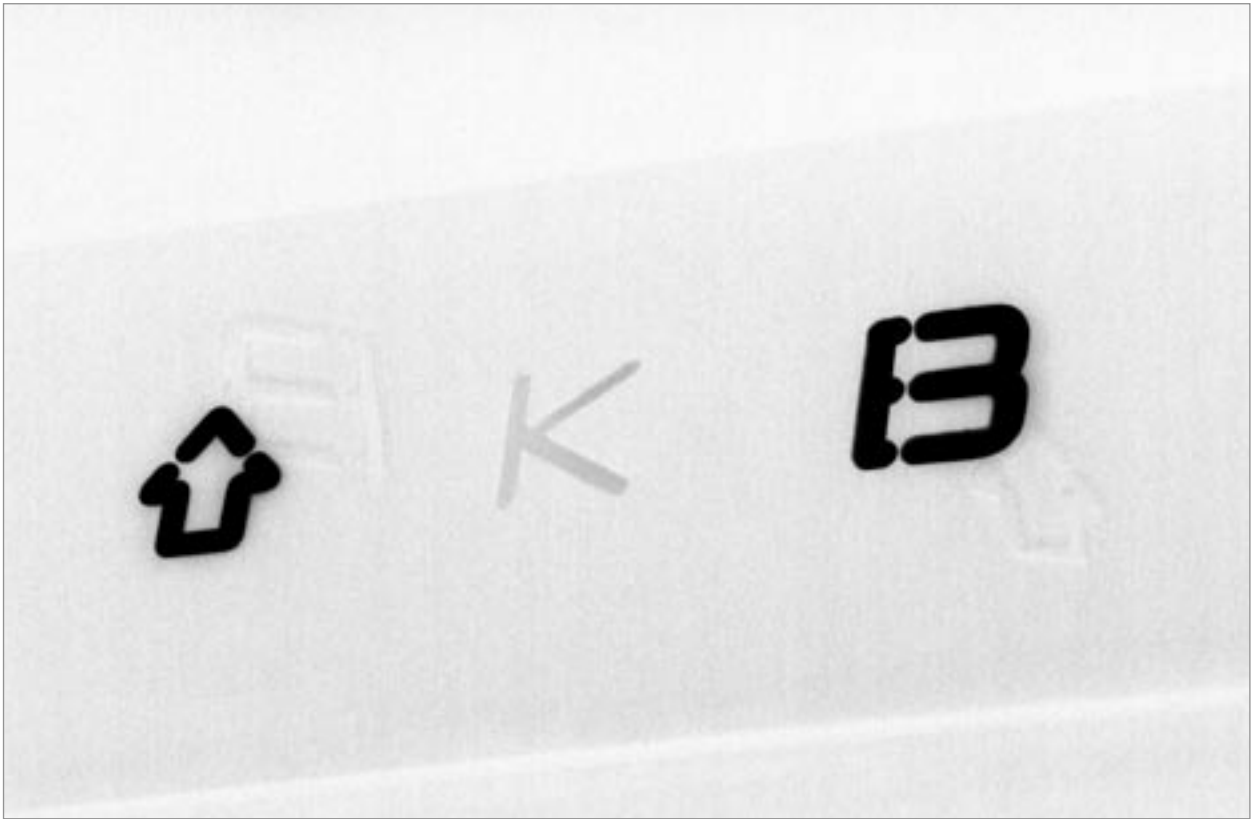
Aanvankelijk vond ik het stom wat ik deed, maar ben er nu toch blij mee.

Het leerde me dat:

- ik niets hoeft te weten/oplossen voor een ander, alleen voor mijzelf
- de ander zelf kan doen wat nodig is (men heeft mij er *echt* niet voor nodig! zucht)
- wat ik zie als oplossing voor een ander is de oplossing voor mij
- ik 'dank je wel' kan zeggen tegen degene die mij een spiegel voorhoudt
- ik mijzelf kan bedanken voor mijn bereidheid dit als leer materiaal te zien.

Wat een cadeau al die inzichten!

*Diny Smits-Setz*



# Schatzoeken

**Gaat het erom deel te nemen aan deze wereld die een illusie is, of om haar te ontkennen? Beverly Hutchinson McNeff wijst erop dat de wereld een leermiddel is om ons thuis te brengen. Als we ons richten op het feit dat wij in deze wereld de enige schat van God zijn, verandert onze gerichtheid van denken en daarmee de wereld.**

*Beverly Hutchinson McNeff*  
*Vertaling: Emilia van Leent*

**T**oen we kinderen waren, speelden mijn broer en ik piraatje en gingen we op zoek naar de begraven schat. We maakten dan een kaart en zetten een grote X op de plaats waar die begraven was. Vervolgens gingen we op zoek naar de schat in de bossen rond ons huis in Oregon. We vonden de schat nooit, maar we genoten van de zoektocht. Tegenwoordig spelen mensen dit spel nog steeds met hun mobiele telefoon of GPS. Ze worden aardevangers

genoemd en ze verstoppem allerlei kleine dingen, en schrijven aanwijzingen voor schatzoekers, die ze proberen op te volgen om zo de buit te vinden. Maar als je die gevonden hebt wordt er van je verwacht die terug te leggen voor de volgende schatzoeker. Blijkbaar is het nog steeds zo dat het vooral de zoektocht is die het plezier oplevert.

Waar gaat die zoektocht nou helemaal over? We banjeren allemaal in de wereld rond op zoek naar onze 'schat'. We geven die schat vele namen... carrière, relatie, familie, roem, maar eigenlijk staan die allemaal voor betekenis. We proberen uit te vogelen waarom we hier zijn, om betekenis te geven aan ons zijn. Maar het zoeken in de wereld geeft ons nooit echt de betekenis waar we naar op zoek zijn. Dat betekent niet dat we de wereld of onze deelname daaraan ontkennen. We stoppen er alleen mee om naar de wereld te kijken voor wat alleen ons innerlijk ons kan geven.

## **De schat van God**

Dit jaar heet de internationale ECIW-conferentie in Californië: *De Schat van God*. De titel is ontleend aan het gedeelte in de Cursus met dezelfde naam en is een krachtige herinnering aan dat we zijn waar we naar zoeken – niet op een egomanier maar in de zin van ons ware Zelf, dat waarde heeft voor God en al onze broeders. De ware schat die we kunnen zijn. Het volgende gedeelte biedt ook een herinterpretatie aan



van het verhaal van de verloren zoon: 'Luister naar het verhaal van de verloren zoon en verneem wat Gods schat is en die van jou: deze zoon van een liefdevolle vader verliet zijn thuis en meende dat hij alles had verbrast aan niets van enige waarde, hoewel hij toentertijd de waardeloosheid ervan niet inzag. Hij schaamde zich ervoor naar zijn vader terug te keren, omdat hij dacht dat hij hem had gekwetst. Maar toen hij thuiskwam verwelkomde de vader hem vol vreugde, omdat de *zoon zelf* zijn vaders schat was. Hij wilde niets anders' (T8.VI.4).

De Cursus vertelt ons dat God ons wil omdat niets in deze wereld van enige waarde is. We zijn Zijn enige schat. En in wezen geldt datzelfde voor ons. Niets in deze wereld is van enige waarde, en niets geeft ons de betekenis die we zoeken. Dit betekent niet dat we ermee stoppen deel te nemen aan deze wereld. Het betekent wel dat we op een andere manier deelnemen. Zoals les 155 in het Werkboek zegt: 'De wereld is een illusie. Zij die verkiezen er te komen, zoeken een plaats waar ze illusies kunnen zijn en hun eigen werkelijkheid vermijden. Maar wanneer ze merken dat hun eigen werkelijkheid zelfs hier is, doen ze een stap terug en laten haar de weg wijzen. Welke andere keuze kunnen zij werkelijk maken? Illusies vóór de waarheid uit laten gaan is waanzin. Maar illusie achter de waarheid laten verzinken en de waarheid naar voren laten treden als wat ze is, is niet meer dan gezond verstand' (Wd1.155.2).

We kunnen wel degelijk deelnemen aan deze wereld die niet echt ons thuis is, en hier de schat zijn die God wil dat we zijn. Dit is hoe we gezondheid brengen in een wereld van waanzin; dit is hoe we betekenis geven in een betekenisloze wereld.

### Illusies doorzien

Onlangs hoorde ik een interview met de openbare aanklager van Californië, Jerry Brown, die deze ideeën waardeert en zich verkiesbaar heeft gesteld als gouverneur van Californië, wat hij eerder van 1975 tot 1983 ook was. Hij heeft eveneens geprobeerd in de Senaat te komen en is drie keer kandidaat geweest voor het presidentschap. Na zijn poging om senator te worden ging hij naar Japan en studeerde daar Zen. Toen hem werd gevraagd wat van het Boeddhisme dat hij had geleerd hem nu kon helpen bij zijn pogingen weer gouverneur te worden, zei hij: 'Illusies zijn ontelbaar en onze taak als mens is om ze te doorzien'. Momenteel is hij burgemeester van Oakland.

In de politiek is het ongebruikelijk om 'terug' te gaan in functie, in dit geval van gouverneur naar burgemeester, maar zo ziet Brown het niet. 'Alle grote religieuze tradities wijzen op de gevaren van ijdelheid en trots en ego, en dat is ook de voortdurende strijd, vooral in publieke functies, waar zo veel bewondering en aandacht is. Het is van vitaal belang dat mensen de leegheid doorzien van veel verklaringen die aan hen gegeven worden.'

Toen Brown zijn kandidatuur bekend maakte, zei hij dat hij voor de functie geschikt was omdat hij 'een insider is

maar met de denkkeest van een outsider'.

Een interessante benadering, ongeacht de politieke voorkeur die iemand heeft. Ik wil hier geen enkele kandidaat propageren, maar er wel op wijzen dat dit soort gedachten door iemand worden geformuleerd in een van de meest egogebonden gebieden die er zijn, en dat hij bereid is politiek vanuit een andere richting te benaderen.

### Een andere weg

Het kan. We kunnen het leven benaderen vanuit een geestelijk perspectief zonder dat dit naïef of zweverig genoemd wordt. Ik vind dat de Cursus ook hierover wijze dingen zegt in les 155:

'Als de waarheid van hen (die in de wereld verblijven) zou eisen dat zij de wereld opgaven, zou dit hun toeschijnen alsof ze het offer vroeg van iets wat werkelijk is. Velen hebben verkozen de wereld te verzaken terwijl ze nog steeds geloofden in de werkelijkheid ervan. En ze hebben geleden onder een gevoel van verlies en zijn bijgevolg niet bevrijd. Anderen hebben niets dan de wereld gekozen, en zij hebben geleden onder een nog dieper gevoel van verlies, dat ze niet begrepen. Tussen deze paden ligt een andere weg die wegvoert van elk soort verlies, want offers en ontbering worden daar beide snel achtergelaten. Dit is de weg die jou nu wordt aangewezen' (Wd1.155.4 & 5:1-2).

De wereld afwijzen zijnde een illusie en zeggen dat we er niet aan moeten deelnemen, is een ongeschikte vorm van ontkenning. Ik ben altijd verbaasd als ik e-mails krijg van goed bedoelende studenten van de Cursus, die me zeggen dat ik me teveel richt op de wereld en me vragen of ik niet begrijp dat de wereld een illusie is, zoals ze ook hun illusoire computers gebruiken om mij te corrigeren.

Onze ontkenning van de wereld zal er niet voor zorgen dat die verdwijnt, of wie dan ook bewijzen hoe geestelijk ontwikkeld we zijn door onszelf af te scheiden van al diegenen die het licht nog niet hebben gezien omdat ze waarde zien in de wereld. Het enige dat illusie ongedaan zal maken is onze gerichtheid op de waarheid: de liefde van God in ons, de schat die we *allemaal* zijn.

Het onderscheid tussen de wereld ontkennen en waarde toekennen aan de wereld, wat het bovenstaande suggereert, is nieuw voor ons en wil geoefend worden. Dat is waarom het Werkboek zo behulpzaam is, doordat dit ons voorziet van dagelijkse oefeningen, maar we hoeven maar ergens te beginnen. We kunnen niet wachten tot de kinderen het huis uit zijn of tot we met pensioen kunnen om ons bezig te houden met onze geestelijke ontwikkeling. Als we erop hopen onze bestemming te vinden en een leven van vervulling te leiden, moeten we daar nu mee beginnen. Walt Disney zei eens: 'de manier om te beginnen is door te stoppen met praten en te beginnen met doen'.

### Harry Potter

Mijn zoon Jeffrey heeft de Harry Potter boeken gelezen, en ik herinner me hoe Harry tijdens zijn opgroeien nooit

bewust was gemaakt van zijn tovenaarswezen. Als hij daar uiteindelijk achter komt, moet hij de anderen inhalen die zich daar allang bewust van waren. En dus moest Harry leren wie hij is, fouten maken en doorgaan met proberen. Als je de eerste Harry Potter film gezien hebt, herinner je je misschien dat hij de trein moest nemen vanaf perron 9 ¾. Niet perron 9 of 10, maar een perron daartussen. We zagen hoe alle andere studenten van Zweinstein naar een plaats tussen de twee perrons liepen en verdwenen. Harry probeerde dit keer op keer zonder succes, maar hij gaf niet op. Hoewel hij dit nog nooit eerder gedaan had en ook geen succes had, bleef hij het proberen tot het hem lukte. En op dat moment werd het ook de natuurlijkste zaak van de wereld voor hem. Deze metafoor geeft weer wat de Cursus ons uitlegt in les 41: 'Het is heel goed mogelijk God te bereiken. In feite is het heel makkelijk, omdat dit de allernatuurlijkste zaak ter wereld is. Je zou zelfs kunnen zeggen dat dit het enige natuurlijke ter wereld is. De weg zal zich voor jou openen als je gelooft dat het mogelijk is' (WdI.41.8:1-4).

De Cursus herinnert ons eraan dat liefde niet de illusies van de wereld waar we waarde aan hechten *veroordeelt*, maar laat ons zien hoe die op een liefdevolle manier gebruikt kunnen worden om ons te helpen eruit te ontwaken.

#### **De intentie telt**

Mijn vriend Jerry Jampolsky vertelde een keer over een ontmoeting die hij had met Moeder Teresa. Hij bekende aan haar hoezeer hij ernaar streefde zich God ieder moment van de dag te herinneren, en te oefenen een meer vergevende en geduldige houding te hebben. Maar hij bleef het steeds vergeten en gleed dan terug in oude gewoonten. Moeder Teresa legde hem vriendelijk uit dat het zijn intentie was die telde, niet zijn daden. Als hij in zijn hart de bedoeling had vrede en genezing te brengen dan zou hij daarin slagen.

De Cursus zegt ons dat de Heilige Geest alleen ons doel voor de wereld ziet en dat dit onze genezing is. Als we geloven dat de wereld ons kan vervullen en ons het geluk en de schatten kan brengen die we zoeken, dan verdwalen we in de wereld en misbruiken deze. Dan zal de wereld ons bezitten en zul je 'de wereld aanwenden voor wat niet haar bedoeling is, en zult niet ontkomen aan haar wetten van geweld en dood' (T24.VI.4:4).

Velen van ons voelen ons zo. We zijn vergeten dat we de schat van God zijn. We zijn vergeten dat deze wereld ons niets kan afnemen of ons bang kan maken als we de Heilige Geest toestaan om de wereld opnieuw betekenis te geven: het is een leermiddel om ons thuis te brengen. Laat het onze bedoeling zijn ons te richten op de schat van God in ons allemaal. Laten we ons niet richten op pijn en haat nu de belofte van onze genezing zo dichtbij is. Laat ons niet worden afgeleid door de wereld die zo overweldigend lijkt, nu ons beloofd is dat onze redding nabij is. Het is tijd voor ons om in glorie op te staan en de mening

van onze Vader over ons te accepteren... Dat we waarlijk Zijn schat zijn en dat Hij niets anders nodig heeft. Ons hiervan bewust zijn zal misschien schijnbaar niets veranderen in de wereld, maar het zal ons veranderen. En als we onze gerichtheid van denken veranderen, van illusies naar waarheid en van angst naar liefde, zal de wereld veranderen. ●

*Uit: The Holy Encounter, Mei/Juni 2010. Miracle Distribution Center, 3947E La Palma Avenue Anaheim, California 92807, [www.miraclecenter.org](http://www.miraclecenter.org)*

VHTH, jrg. 6 nr. 1

Als we ons herinneren dat niets zonder liefde is  
zijn we waarlijk vrij.

*Roger McGowen (vanuit de dodencel)*  
Zie ook: [www.rogermcgowen.org](http://www.rogermcgowen.org)

Besef dat gedachten schimmen zijn uit het verleden  
die je zo vrij kunt laten, voor eeuwig.  
Maak leeg die 'stoorkamer' tussen de oren.

*Pieter Smit (Zuid-Afrika)*

In feite gebeurt er niets buiten ons.  
Wij zijn het die in vrede, vol vreugde,  
verdrietig of boos zijn.  
En we ervaren onze manier van zien.

*Els Thissen*

Als je overgeeft aan wat is  
en zo helemaal aanwezig wordt,  
verliest het verleden zijn macht.  
Dan gaat het rijk van Zijn open,  
dat door het verstand verduisterd was.

*Henny Kolenbrander*



# Wees je bewust van de eenheid

**Jan Laureijssen (1949) woont met zijn vriendin in Emmen. Van beroep is hij numeroloog en hij zegt daarover: ‘Een Cursus in Wonderen probeert ons uit de illusie te halen - en numerologie is bedacht om de illusie uit te leggen’.**

*Annemarie van Unnik*

‘**T**oen ik jong was wilde ik iets worden om praktische redenen. Paus bijvoorbeeld omdat hij de baas is. Of pastoor vanwege de collectes, of leraar vanwege de vakanties. Uiteindelijk werd ik onderwijzer en stond 18 jaar voor de klas. En met altijd die interesse voor geschiedenis, cultuur, godsdiensten. Tijdens militaire dienst kon ik wijsbegeerte studeren en dat bracht mij in aanraking met de mogelijkheid, dat het leven in de materie niet alles is. Dat er meer mogelijk is. Daarna begon ik met meditatie en een zoektocht die nooit geëindigd is. De vele cursussen die ik volgde, en het bestuderen van de Advaita Vedanta en ECIW, zorgden voor inzichten en voor in balans komen. En toen dat allemaal wegviel bleef er een residu achter van een gevoel van inzicht, een niveau van aanwezig zijn. Op een gegeven moment kwam ik op een punt, waarop ik wat me werd verteld zelf werd. Mijn taalgebruik wordt daardoor gekleurd en gevoed, gevolgd door mijn gedrag. Inzicht wordt omgezet in handelen en van daaruit, vanuit eigen ervaring, vanuit zijn... kun je andere mensen voeden.’

## Op het lijf geschreven

‘Na tien jaar voor de klas, wist ik dat niet te zullen doen tot mijn pensioen. Liever wilde ik het lesgeven, het overbrengen, doen in een één-op-één situatie. En aan mensen met echte interesse. Vanwege een leerkrachtoverschot in de jaren tachtig kon ik vertrekken met zelfs subsidie aan toe,

en ging ik allerlei cursussen doen: yoga, massage, I Tjing. De lerares daarvan wilde zich verdiepen in numerologie en had daarvoor 12 mensen nodig. Ik stapte er in en voelde: dit is me op het lijf geschreven. Ik deed een vervolgcursus en nam privéles tot ik erop vertrouwde het te kunnen. En er begonnen mensen op mij af te komen. Verbazend! Na de vrienden, kennissen, familie, kwam de buurvrouw van iemand, en daar weer de vriendin van. In de twintig jaar dat ik werkzaam ben als numeroloog, heb ik nog nooit reclame gemaakt - en zelfs geen bordje op de deur. Alles komt van mond tot oor. Blijkbaar wordt het geregeld.

## Wat me verteld werd, werd ik zelf

Numerologie is een duidingsstelsel dat wordt toegeschreven aan Pythagoras, en is bedoeld om mensen te ontleden. Naar aanleiding van de letter- en cijferwaarde van iemands naam en geboortedatum, kun je uitrekenen wat het plan is voor iemands leven. En het bestaat uit twee delen. Deel 1 laat zien hoe een persoon in elkaar zit. Wat voor krachten krijgt hij mee? Wat zijn z'n doelen, valkuilen, wensen, potenties, en worden die waargemaakt. Ik leg uit wat de illusie (dit aardse leven) van je wil. En de meeste mensen zijn dan opgelucht. Men krijgt bevestigd wat men vermoedelijk al lang weet. Concreet weet ik niets van de mensen en men wil vaak dat ik iets voorspel, maar numerologie werkt andersom. Hoe zit iemand in elkaar? En wat past daarbij om te doen! Wat moet er met iemands meegekregen krachten verwerkt worden? Voor een leek stel ik voor naar het leven te kijken, alsof het een toneelstuk is - en dan bespreken we het scenario; de rode draad. Deel 2 heeft het over de kansen die je daarvoor krijgt en de chronologie: het wanneer in de tijd. Met krachten moet je ook kansen krijgen, anders kun je ze niet gebruiken. Bij een toneelstuk heb je een lijst van bedrijven en scènes. In ons leven zorgt de schepping daarvoor. Maar zie je ze? En stap je er ook in? Dat is namelijk wat van je gevraagd

wordt. Het decor wordt opgebouwd, de regie geeft het aan via intuïtie, inspiratie of zintuigen – en de souffleur zit klaar. Maar *durf* je de influïstering te horen? Mensen met weinig zelfvertrouwen zullen misschien zelfs veel signalen niet opvolgen. Voor de schepping maakt dat niet uit; die heeft eonen de tijd.'

### Ieder op zijn eigen niveau

'ECIW probeert je via de lessen zover te krijgen, dat wat waargemaakt moet worden, naar een hoger plan geheveld wordt. Je komt zelf tot aan de rand van de sloot, maar voor de sprong word je uitgenodigd; je kunt niet jezelf verlichten. En als dat gebeurt, word je als het ware het derde punt. En intussen gaat je leven, het spel in de dualiteit, gewoon door. En daarin zit je tussen zeg maar wit en zwart. Maar stijgt je daar bovenuit, dan kijk je naar wat een geheel is.

**Durf je  
de influïstering  
te horen?**



Wie op het vlak van wit-zwart zit, heeft er problemen mee. En dat levert huisje-boompje-beestje vragen op als: ik heb te weinig cashflow, problemen met mijn kind... Maar ook komen er hier mensen die weten dat er méér is – en met vragen als: hoe kan ik dat vinden? Wat moet ik daarvoor doen? En dan krijg je een heel ander verhaal. De lessen van ECIW beginnen ermee dat niets is wat het lijkt. Iedereen krijgt hier op zijn eigen niveau de numerologie voor zijn neus.

Spiritualiteit werkt op verschillende manieren. Je hebt mensen die zijn als buskruit, in één klap hebben ze het door. Een groot deel van de mensen is te vergelijken met turf. Langzaam gloeit het op en gaat dan branden. Ikzelf was van het type natte steenkool. Als het droog is kan het schitterend gloeien en branden, maar het kan zeer lang duren voordat het zover is. Mijn lessen waren een langdurig proces van uit mijn hoofd komen en van geduld beoefenen.

Ik heb altijd ontzettend veel nadacht over de dingen. Ook over esoterische vragen waar je met het intellect nooit uitkomt, want dat vraagt juist het te laten binnenkomen zonder het filter van het denken. En dan snap je het niet alleen, dan voel je het ook fysiek. Dat snappen daalt als het ware onder een lijn – en onder die lijn gelden woorden niet; is het een soort openbaring.

Dat maakt, dat ik steeds meer ga vertellen in de vorm van parabellen. En ooit las ik in VHTH deze: *In een dorpje waar ook een meester woonde, werd een meisje zwanger.*

*Zij vertelde rond dat de meester dat gedaan had. De meester zei: "Dat is goed". En hij zorgde voor het kind. Toen het meisje na jaren spijt kreeg vroegen haar ouders het kind terug. En de meester zei: "Dat is goed". Hij overhandigde hen het kind en ging verder*

*met zijn leven.* Toen ik dat las dacht ik: als je zó kunt zijn, zo volkomen open en los! Ik begreep hoe dat bedoeld is – en dat het haalbaar is. Ik merk dat zaken waar ik vroeger enorm teleurgesteld of boos over kon zijn, me nu niet of nauwelijks meer raken. Die vrije houding ga je leven en ondertussen komt er van alles op je pad. En morgen kan Jan Laureijssen dood zijn, maar niet dat wat J.L. in stand houdt. Datgene wat Jan Laureijssen genoemd wordt, is het fysieke middel om het spel van de schepping te spelen. Maar hetgene wat speelt en wat levenskracht geeft, is hij niet, het is ALLES. Wanneer je je dat realiseert verlies je een deel van je ego; de identificatie met het individu. Als mijn omhulsel verdwijnt ben ik er nog steeds en dat is voelbaar, een soort herkenning. De ruimte die dat geeft, daar krijg ik soms tranen van in mijn ogen. Vroeger probeerde ik dat over te brengen, maar dat kan niet.'

### Ik doe het niet, het gebeurt

'Als er door de numerologie iets met de mensen gebeurt, doe ik dat niet. Het gebeurt. Er komt een situatie op me af en van binnenuit komt er een reactie – als ego ben ik weg. Op een gegeven moment ben je eraan toe zo te werken. Als men voor een nagesprek terugkomt, krijg ik soms dingen te horen die ik met verbazing aanhoor. Mijn god, heb ik dat echt gezegd? Numerologie is een insteek geworden om mensen bewuster te laten zijn van wie ze zijn en van wat ze zullen of kunnen zijn. En als de numerologie niet voldoende is, verwijs ik ze soms door voor iets anders. En wat ik vertel, doe ik altijd zo vrolijk mogelijk. Ooit was hier een enorm depressieve vrouw en zij vertelde me over haar problemen. Wat er gebeurde was... ik moest zóó verschrikkelijk lachen, niet tegen te houden. Later vertelde ze me: "Als ik tegenwoordig een probleem heb, beluister ik het bandje en hoor u dan één minuut en 22 seconden bulderen van het lachen over mijn probleem, en dan is het over". Zoiets heeft niets met numerologie te maken, maar dat is dus wel wat er moest gebeuren. Ik enthousiasmeer de mensen graag voor hun eigen leven. Ook door het geheel in een groter kader te plaatsen. Mijn vrouw kan zeggen: "Ik hoorde iemand zich de trap op slepen, na een uur klonk boven gegriinnik en weer later hoorde ik een lichtvoetige tred naar beneden komen". Ja, soms komt men huilend binnen en gaat lachend naar buiten. Mensen die een afspraak willen maken spreken in op mijn antwoord-apparaat. En puur op gevoel bel ik mensen terug voor een afspraak. Dus ik ben een hele vrije man geworden – en ik heb vroeger wat vastgezet.'

## Het geheel in een groter kader plaatsen

'Het jaar 2012 is dezelfde grote illusie als 2011 of 2013. Als er iets gebeurt, is dat in de illusie. Degenen die de illusie doorzien, laten het gewoon gebeuren. Hen maakt het niet uit of zij dit jaar worden weggevaagd. Want wat de illusie veroorzaakt, wordt niet weggevaagd. Voor Jan Laureijssen

kan het vervelend zijn, maar dat ben ik niet, het is de naam van mijn voertuigje. En als ik me laat sturen, loopt het precies zoals het lopen moet. Is het voertuig versleten, dan gaat het naar de schroothoop - en stap Ik in een ander voertuig en zo gaat de schepping door. Een paar jaar geleden vaagde Ik (het grote geheel) 350.000 mensen weg met een tsunami. Of er een mens of een grasspriet verdwijnt, maakt voor Mij geen verschil. Van de 7 miljard mensen nu, is er over honderd jaar niemand meer over.

## Iedereen is gerealiseerd. Je moet het je alleen herinneren

Alleen Ik ben er nog - en altijd. Onderliggend is er het besef van eenheid. Wij zijn niet eens met elkaar verbonden, wij bestaan niet eens met z'n tweeën. Alleen Ik ben. Wat ik met de vorm doe is niet van belang, zolang ik me er maar niet mee identificeer, want dan lijd ik. Dat ene punt waar ECIW naartoe leidt, is die klik van zich dat realiseren. Voor de zoeker die wil ontsnappen uit de illusie wordt het middel beschikbaar gesteld, zodat hij het zich weer her-innert. Iedereen is gerealiseerd. Je moet het je alleen herinneren. To re-member. Opnieuw lid worden.'

### ECIW numerologisch

'De start van het schrijven van Een Cursus in Wonderen is numerologisch gezien een 11/2. Aangeduid met het

beeld van een vuurtoren, bedoeld om schepen de weg te wijzen. En alleen schepen die het nodig hebben (voor wie ECIW passend is) gaan de haven in. Anderen varen door. Er zijn zóveel stromingen die hetzelfde vertellen. 11/2, een vuurtoren ging aan, er ging een methode komen om mensen te helpen. De treden van de wenteltrap zijn te zien als de ontwikkelingsgang naar een steeds hoger perspectief. En betreedt men uiteindelijk het platform dan klik gaat het eigen licht voluit aan en heeft men zelf een vuurtoren-functie.

De start van het lessengedeelte was een 20/2. Daarmee werd een brugfunctie geschapen; de mogelijkheid verbindingen te leggen, om datgene wat geleerd moet worden toe te passen.

Dan komt de publicatie. Weer een 11/2. Klik, de lamp gaat aan: dubbel. En dat heeft altijd te maken met spiritualiteit in de breedste zin. Dus, om wat beseft is te gaan toepassen. 'Tip voor de lezer van VHTH? Uhm... laat de naam van het tijdschrift eens goed op je inwerken. En probeer bij alles wat je leest eens, in plaats van erover te oordelen, te voelen van wat doet het me. Voel wat het je doet. Luister naar het hart van de ander, niet naar wat hij uitkraamt. ...van hart tot hart... impliceert trouwens dat er twee zijn, twee harten. ECIW zegt er is één. Wees je bewust van de eenheid, niet van de verschillen.'

'Waar ik gelukkig van word? Nergens van. Ik ben geluk!' ●

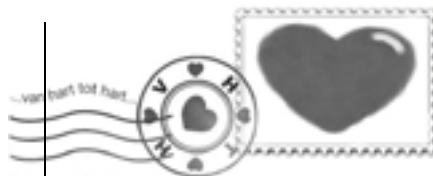
## VRAAG AAN EN ANTWOORD VAN DE LIEFDE IN ONSZELF

Lieve HG,  
Bij het begeleiden van een AH-groep kan ik wat onzeker zijn over de vorm die ik gebruik, de groeps-grootte, en of ik nog meer trainingen moet volgen. Hoe ga ik hiermee om?

*Cobi Schilp*

Lieve Cobi,

Jij weet al lang dat je groter bent, groter dan Cobi, en dat je veel meer te bieden hebt dan wat enkel resten van angst zijn. Die mag je gaan loslaten. De herkenning van het Licht in alles en iedereen, zou nu vooral in jezelf mogen plaatsvinden. Ga op zoek naar waar je nog bang voor bent en ervaar dat het enkel illusie is, om het daarna los te laten. Geniet dan van de vreugde, vrijheid en vrede die dit met zich meebrengt. Dan kun je echt je hart gaan volgen. En de vorm is niet belangrijk.



*Aan de*

*Heilige Geest*

### Zelf deze oefening doen?

Ga zitten en wees stil. Ga met je aandacht naar de meest vredige plek in jezelf. Verbind je zoveel mogelijk met de vrede die daar heerst. Stel dan innerlijk een vraag en laat het antwoord opkomen.



## Wanneer houdt de moederrol op?

**W**at me in verwarring brengt, is dat mijn dochter verwachtingen heeft van mij en daarbij claimt dat zij het kind is en ik de moeder. Zij vindt dat ik een natuurlijke beweging hoor te hebben om haar te helpen. Ze zegt: iets klopt er niet aan jou in je moederrol. Ik weet dat ik het niet hoeft te geloven, lastig vind ik het wel.

Ze is intussen wel 35 jaar. Wanneer houdt het kind op om kind te zijn?

Voor mijn gevoel zit mijn zorgplicht erop. Zij zegt: moeder ben je voor je hele leven.

Ik heb soms de impuls haar te helpen. Maar met waar het nu over gaat, op haar kind, mijn kleinkind passen, heb ik dat niet. Ook zijn ze aan het verhuizen en ze wil dat ik kom helpen. Daar heb ik geen zin in. Dat ze het als mijn plicht ziet om te komen helpen, daar gaan mijn hakken van in het zand. Ik ben het er niet mee eens.

Mijn vraag is: wanneer houdt de moederrol op te bestaan?

*Heleen*

Geef je reactie eens op de volgende uitspraken en vertel me of ze waar zijn.

- Moeders moeten doen wat hun dochter vindt.
- Goede moeders passen op hun kleinkinderen.

- Echte moeders hebben een natuurlijke beweging om te helpen.
- Dochters weten hoe goede moeders het doen.
- De moederrol ligt vast en de moederrol bestaat.

### IS DAT WAAR?

Een kind blijft natuurlijk altijd een kind en een moeder een moeder. Maar dat heeft werkelijk niets te maken met de 'rol' en de daarop gebaseerde verwachtingen die we daarbij hebben. Zoals een boom een kroon en wortels heeft, heeft een kind een moeder en een moeder een kind. Dood of levend, ook dat maakt niets uit. Die ordening is er gewoonweg. Daar valt echter *geen enkel 'recht'* aan te ontlenen.

Dat wat geprezen wordt in de ene samenleving als goed moeder- en dochterschap wordt in de andere totaal van de hand gewezen. Vaste regels voor goed moederschap, en goed vader- of kindschap, zijn er niet.

Als er al een vaste regel was zou die kunnen zijn: Een goede moeder doet wat ze doet en vergeeft zichzelf als ze het anders doet dan ze van plan was. En als de kinderen later op de stoep staan met klachten over de opvoeding zegt ze: Dat kan ik me voorstellen. Wat ga jij er aan doen?

*Els Thissen*

ACTIVITEITEN MET ELS THISSEN

Activiteiten  
chronologisch

- 14 februari - 5 juni 2012**  
ECIW - 5 x in dialoog
- 18 februari 2012, Ossendrecht**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 24-26 februari 2012, Wahlwiller**  
Training Familie- & Systeemopstellingen
- 10 maart 2012, De Lier**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 13 maart - 5 juni 2012**  
ECIW - 4 x in dialoog
- 16-18 maart 2012, Wahlwiller**  
Facilitatortraining voor het begeleiden van Attitudinal Healing- en andere groepen
- 24 maart 2012, Geulle**  
In dialoog / Satsang
- 31 mrt-1 april 2012, Groesbeek**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 7 april 2012, Hilversum**  
Landelijke Facilitatordag
- 10 april - 5 juni 2012**  
ECIW - 3 x in dialoog
- 14 april 2012, Lottum**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 21 april 2012, Hilversum**  
Familie- & Systeemopstellingen Trainingsdag
- 8 mei - 5 juni 2012**  
ECIW - 2 x in dialoog
- 23 mei 2012**  
Introductie Familieopstellingen
- 2 juni 2012, Geulle**  
In dialoog / Satsang
- 5 juni 2012**  
ECIW - in dialoog
- 16 juni 2012, Hilversum**  
Trainingsdag Familieopstelling
- 7 - 14 juli, Havelte**  
Retraite: Leven zoals het is
- 15 september 2012, Geulle**  
In dialoog / Satsang
- 29 september 2012, Hilversum**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 13-14 oktober 2012, Groesbeek**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 25-28 oktober 2012, Wahlwiller**  
Meditatief Mandala Schilderen
- 3 november 2012, Eindhoven**  
Trainingsdag Familieopstelling
- 17 november 2012, Geulle**  
In dialoog / Satsang
- 23-25 november 2012, Wahlwiller**  
Familie- & Systeemopstellingen
- 1 december 2012, Hilversum**  
Trainingsdag familieopstelling



**RETRAITE: LEVEN ZOALS HET IS**  
Een 7-daagse zomerretraite in het Drentse Havelte, in een ontspannen, inspirerende en ongedwongen sfeer. In de rust van deze dagen is er tijd voor het stellen van vragen en het naar voren brengen van kwesties waar je tegenaan loopt. Door stilte, uitwisseling, geleide meditaties, opstellingen, schrijf- en andere oefeningen ontdek je, wat je innerlijk al weet: . . . Eenheid is alles wat er is! . . . Daarin zijn vrede en vrijheid je vanzelfsprekende erfdeel en totaal in jou aanwezig, als onlosmakelijk onderdeel van die eenheid. De retraite wordt geleid door Els Thissen. Anja van Aarle kookt vegetarische maaltijden voor ons. Daarnaast is er de hele dag (kruiden)thee, koffie, water en fruit beschikbaar.

**7 juli - 14 juli 2012, Havelte**  
Zat 18 uur - Zat 11 uur, Meeuwenveen, Meeuwenveenseweg 1-3, 7971 PK Havelte. Cursuskosten € 450. Verblijfskosten (slapen en maaltijden): 1pk € 600; 2pk € 450; kamperen € 400 (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 geboortegedezin, het huidige gezin, een werksituatie of strijdende elementen in een relatie of persoon kunnen onderwerp zijn van een opstelling waardoor patronen en spanningsvelden zichtbaar worden. Deze aan het licht te brengen, leidt vaak tot harmonisering en genezing.
- 18 februari 2012, Ossendrecht**  
Zat 10-16.30 uur. Volksabdij OLV, Ter Duinenlaan 199. Cursus € 70 (incl. lunch) Opgave: Volksabdij 0164-672546/info@devolksabdij.nl
- 10 maart 2012, De Lier**  
Zat 10-16 uur. Centrum De Spin, Van Rijnstraat 28, 2678 BP. Cursus € 70
- 31 mrt-1 april 2012, Groesbeek**  
Zat 10-zon 16 uur. De Poort, Biesseltsebaan 34, 6561 KC. Cursus € 150. Verblijf 1pk € 125; 2pk € 115
- 14 april 2012, Lottum**  
Zat 10-16 uur. Kaldenbroek 1A. 5973 RJ. Cursus € 70
- 23 mei 2012, Meerssen**  
Woe 20-22 uur, Introductie Familieopstellingen. Gemeenschapshuis De Stip, Pas. Dom. Hexstraat 10, 6231HG. Deelname € 10. Opgave: vrouwenraets@planet.nl of tel: 043-3473366
- 29 september 2012, Hilversum**  
Vrij 10-16.30 uur. Nieuw Nazareth Dr. Cuypersplein 7, 1222 NC. € 70
- 13-14 oktober 2012, Groesbeek**  
Zat 10-zon 16 uur. De Poort, Biesseltsebaan 34, 6561 KC.

Aanmelding activiteiten e/o bestelling

- Ik wil deelnemen aan (naam activiteit): .....
- op (datum): .....
- 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)

Cursus € 150. Verblijf 1pk € 125; 2pk € 115  
**23-25 november 2012, Wahlwiller**  
 Vrij 10-zon 16 uur. Arnold Janssen Klooster. Capucijnenweg 9, 6286 BA. Cursus 200. Verblijf 1pk € 130

**Een Cursus in Wonderen - In dialoog**

Een serie van 6 bijeenkomsten rond thema's als: vergeving; illusies; zonde; schuld; schuldeloosheid; oordelen; projectie; heelheid. Eigen beelden worden naast dat wat de Cursus zegt gelegd en bekeken op houdbaarheid. Een wonder, zegt de Cursus, is een omslag in waarneming, namelijk van angst naar liefde. Tijdens de bijeenkomsten kun je ervaringen en eigen kwesties inbrengen. Je kunt en mag je bewust worden van de onveranderlijke, eeuwige en eenduidige waarheid, waarin de vrede van God besloten ligt.  
**2012: 17 jan; 14 feb; 13 mrt; 10 apr; 8 mei; 5 jun.**  
**Moorveld**, dinsdag 14-16.15 uur  
 Deelname: € 150 (voor de hele serie)  
 Op een later tijdstip instappen is mogelijk in overleg.

**Meditatief Mandala Schilderen**

is een reis naar binnen. In stilte laten we ons leiden door onze intuïtie. We tekenen, op basis van numerologie, 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. Met assistentie van Janny Buijs.  
**25-28 oktober 2012, Wahlwiller**



Don 10-zon 16 uur. Arnold Janssen Klooster. Capucijnenweg 9, 6286 BA. Cursus € 200 (incl. deel werkmateriaal). Verblijf 1pk € 170

**IN DIALOOG / SATSANG**

Samen zijn in waarheid; zien wie je werkelijk bent. Het einde van het zoeken; vrijheid hier en nu. In dialoog met Els Thissen.  
**2012: 24 mrt; 2 juni; 15 sept; 17 nov. Geulle**, zat 14-17 uur  
 Zorgcentrum Ave Maria, Hussenbergstraat 21, 6243 AG  
 Bijdrage: € 20 per middag

**TRAININGEN**

**Training Familie & Systeemopstellingen**

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

**24-26 febr 2012, Wahlwiller**

Vrij 10-zon 16 uur. Arnold Janssen Klooster. Capucijnenweg 9, 6286 BA. Cursus € 200. Verblijf 1pk € 130

**Trainingsdagen Familie & Systeemopstellingen**

**Hilversum: 21 apr 2012; 16 jun 2012; 1 dec 2012**

Za 10-16.30 uur. Nieuw Nazareth, Dr. Cuypersplein 7, 1222 NC.

**Eindhoven: 3 nov 2012**

Za 10-16.30 uur, Doopsgezinde gemeente, Da Costaweg 16, 5615NB. Cursus € 70 per dag.

**Facilitatortraining voor het begeleiden van groepen**

Attitudinal Healing (AH) gaat over het helen van je innerlijke houding. Het biedt je die mogelijkheid door het focussen op de 12 principes van AH, die voortkomen uit Een Cursus in Wonderen. In een AH-groep herinneren we elkaar aan onze heelheid door onbevooroordeeld te luisteren en delen.

De Facilitatortraining is bedoeld voor mensen die een AH-groep willen begeleiden of willen oefenen in het toepassen van het gedachtegoed in hun leven. Naast praktisch oefenen in het begeleiden van een groep, gaan we in op de betekenis van de 12 principes en de 10 richtlijnen voor het werken in AH-groepen. Vaardigheden die in de training aan de orde komen: helder communiceren; empathisch en zonder oordeel luisteren; mensen hun eigen antwoord laten vinden; geen advies geven; met de ogen van liefde kijken; vertrouwen op de heelheid van de ander; omgaan met moeilijke situaties in de groep.

Dat wat je je tijdens deze training oefent is bruikbaar in elke groepssituatie zoals bij ECIW-groepen, een klas, familie, op je werk, een team, enz.

**16-18 maart 2012, Wahlwiller**

Vrij 10-zon 16 uur. Arnold Janssen Klooster, Capucijnenweg 9, 6286 BA Wahlwiller. Cursus € 200. Verblijf 1pk € 130.

**Landelijke Facilitatordag**

Voor facilitators van AH- en Coursegroepen, mensen die de facilitatortraining hebben gevolgd, en/of overwegen een groep te starten.

**7 april 2012, 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: [anjavanaarle@elsthissen.nl](mailto:anjavanaarle@elsthissen.nl)  
 (z.o.z.)

**Informatie en opgave**  
 Centrum voor Miracles-Studies  
 Luipertstraat 12,  
 6237 NM Moorveld,  
 tel: 043-3647987  
[anjavanaarle@elsthissen.nl](mailto:anjavanaarle@elsthissen.nl)  
 website: [www.elsthissen.nl](http://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:  
Marrigje Dijkma 06-13874436  
Onstwedde:  
Johan Maarsingh 0599-331722

### Gelderland

Nunspeet:  
Jurja Kammeijer 0341-251181  
Rheden:  
Annie Bekker 026-4454004

### Flevoland

Almere\*:  
Ellis Vleugels 06-22219910  
Biddinghuizen:  
Nicole Blaauw 06-44860820  
Lelystad:  
Mariet ten Doeschot 0320-256600

### Friesland

IJlst:  
José van der Werf 06-23885960  
Lemmer:  
Mirjam Rombouts-Overbeek  
0514-563719  
Oosterend (1) en (2)\*:  
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  
Beverwijk:  
Bert Oosterhout & Ina Oldewarris  
0251-244494  
Haarlem (1):  
Ynze Keedapper 023-5367538  
Haarlem (2):  
Danielle Ferdinandusse 06-15367658

### 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  
Voorhout:  
Anna Sedelaar 0252-225311  
Voorschoten:  
Anna Walraven 071-5764877  
Zuid-Beyerland:  
Anna Eppinga 0186-662055

### Utrecht

Amersfoort (1) en (2)\*:  
RozeMarijn Ockhuysen  
033-4728602  
Baarn:  
Gretha van Loenen 035-5414179  
Bussum:  
Marion & Harry Welch  
035-6910589  
Eemnes:  
Inez Coolen 035-5260594  
Huis ter Heide (1):  
Fleur Smelt 035-6920802 &  
Anne-Joke Vellinga 030-6920905  
Huis ter Heide (2)\*:  
Anne-Joke Vellinga 030-6920905  
Soest (1)\*:  
Maria de Wilde 035-6026486  
Soest (2):  
Rob Middeldorp 035-6025647  
Utrecht (2):  
Jeanette Rutting 030-2892507  
Utrecht (3):  
Ingrid de Vries 06-50216267  
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 (1):  
Francijntje Keesmaat 040-2850323  
Mieke Panhuysen 06-15354156 &  
Diny Smits 040-2425260  
Eindhoven (2):  
Linda Bierings 040-2026810  
Geldrop:  
Francijntje Keesmaat 040-2850323  
Mierlo:  
Anneke van Haendel 0492-663226  
& Diny van Liempd 073-5492692  
Francijntje Keesmaat 040-2850323

Ossendrecht:  
Kees Zwinkels 0164-671255  
Schijndel:  
Diny van Liempd 073-5492692 &  
Anneke van Haendel 0492-663226  
Ulvenhout:  
Kitty Tieman 06-39838145  
Veldhoven:  
Wies Klaasen 040-2535494

### Limburg

Berg en Terblijt:  
Riny Blom 043-6041816  
Echt:  
Peter Winteraeken 0475-484833  
Kerkrade:  
Hélène van Wunnik  
06-30592112  
Lottum:  
Arlette Rieken 077-4633233  
Maastricht (1):  
Björn Stienstra 06-23563353  
Maastricht (2):  
Resi van den Booren 06-12334212  
Reuver:  
Cecile Geurts-Huijbers  
077-4746820  
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**  
Giethoorn:  
Marrigje Dijkma 0521-785052  
Oldenzaal (1):  
Rogier Pondaag 0541-510844  
Oldenzaal (2):  
Trudy ter Braak 0541-539261

**Drenthe**  
geen groepen

### Nederlandstalige groepen in het buitenland:

### OOST-SPANJE

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

## Nieuwe groepen

### Noord-Brabant

Eindhoven:  
Linda Bierings 040-2026810

<sup>1</sup> Thema: Werken aan werk  
<sup>2</sup> Voor rouwverwerking na het verlies van een naaste of dierbare  
<sup>3</sup> Voor mensen die gedurende een lange tijd ziek zijn  
<sup>5</sup> Jongerengroep  
<sup>6</sup> Voor ouders van kinderen die kort of lang geleden overleden zijn.  
<sup>7</sup> Voor kinderen die een ouder, broertje of zusje verloren hebben of chronisch ziek zijn.  
<sup>8</sup> Leesgroep Jampolsky

## 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: ahl@elsthis.nl





**Stichting Miracles in Contact (MIC)** heeft als doel:

- het uitdragen van de boodschap van het boek Een cursus in wonderen
- een contact- en informatiepunt te zijn voor personen en groepen en het doorgeven van activiteiten op dit gebied

**MIC ontmoetingszondagen Amersfoort**

Iedere eerste zondag van de maand (m.u.v. juli) bent u vanaf 13.30 tot 17.00 uur van harte welkom in het Meridiaan College, vestiging Het Nieuwe Eemland, Daam Fockemalaan 12, 3818 KG Amersfoort. Na een interactieve lezing is er gelegenheid tot uitwisseling, het inwinnen van informatie voor nieuwe Cursusstudenten en kunt u studiemateriaal aanschaffen. Entree: donatie € 8,00 incl. koffie/thee.

**4 maart - Koos Janson.**

Hoe leef ik mijn waarheid? Jij bent zoals God je geschapen heeft, stelt de Cursus keer op keer. Nog steeds zoals 'in den beginne': je bent goddelijk. Want als wie of wat heeft God ons geschapen? 'Als zichzelf', staat er dan. Bij mijn schepping ben ik, om het zo te zeggen, liefde geworden. Ik besta als liefde. Dat is filosofisch mooi! Maar hoe leef je dat?

**1 april - Henny van der Feer**

Acceptatie, Overgave en Vertrouwen. Het transformatieproces in het wegnemen van blokkades, waardoor we ons bewust worden van de aanwezigheid van liefde, wordt mogelijk gemaakt door acceptatie, overgave en vertrouwen. We kijken hoe we ons deze levenshouding eigen kunnen maken.

**6 mei - Harry Welch**

Ik aanvaard de verzoening voor mezelf. Ik heb heel lang geloofd dat ik heel hard moest werken om gelukkig te mogen zijn. Toepassing van de Cursus leert me: Alles is in mijn hoogste belang. Het idee van offeren is een illusie.

**MIC Magazine 4/11 - Vreugde**

**De vreugde van God** Elly Clabbers laat in het hoofdartikel zien dat alle geluk van de wereld niets is vergeleken met de vreugde van God.

**Hemels Zelfrespect** Je kunt wel blijven sleutelen aan je persoonlijkheid, maar al word je nog zo'n toffe peer, dat is nog steeds niets vergeleken met de Oogappel die je in werkelijkheid bent, voor eeuwig en altijd. Een artikel van Robert Perry.

**Vakantie van het ego** Ga je op vakantie? Laat je ego thuis! Of leg het later af, in een luie ligstoel. Dat deed Fleur Smelt toen ze ontdekte dat het brutaal was meegereisd.

**MIC Magazine ontvangen?** Als donateur ontvangt u MIC Magazine. Hiervoor kunt u een machtigingsformulier downloaden van onze website of aanvragen via ons kantoor.

**Stichting Miracles in Contact**, Eemstraat 14-b, 3742 CA Baarn, 035 888 30 73, di en vr 10:00–16:00 u. [info@miraclesincontact.nl](mailto:info@miraclesincontact.nl) [www.miraclesincontact.nl](http://www.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](http://www.thework.nu) -  
tel 06.533.67.534 - e-mail [joop.teggelove@12move.nl](mailto:joop.teggelove@12move.nl)

**REIKI-CURSUSSEN EN CONSULTEN.** Joop Teggelove  
(lid Reiki-Alliance) & Titia Kremer [www.reikijoop.nl](http://www.reikijoop.nl)  
tel 06.533.67.534 - e-mail [joop.teggelove@12move.nl](mailto:joop.teggelove@12move.nl)

**NIEK ZERVAAS** (†) heeft een boek geschreven: What you see is not what you get (niets is wat het lijkt). Bestellen kan door [niek@niekzervaas.nl](mailto:niek@niekzervaas.nl) een email te sturen met naam en adres en € 22 plus verzendkosten (€ 4,50) over te maken op rekeningnummer: 9554013 tnv stichting SaMENS.

**EN VERDER...**

**ONTMOETINGSPUNT UTRECHT VOOR EEN CURSUS IN WONDEREN**

Maandelijkse uitwisseling rond thema's uit ECIW via mini-workshops. Programma van 11-12.30 uur; open om 10.30 uur. Entree € 7 (U-pas 5). Angelshop, Oude Gracht 288a, Utrecht, ingang winkel. Info: 030-6565024.

**19 feb:** Peter Winteraeken - Tussen toekomst en verleden treden Gods liefdeswetten in het heden.

**18 mrt:** Ad de Regt - Over ziekte en genezing.

**15 apr:** Ghislaine Veerman - Liefde is alles, alles is liefde.

**CD lijst**

De volgende CD's zijn bij het Centrum te bestellen met de bestelbon in het hart of e-mail [cms@elsthisssen.nl](mailto:cms@elsthisssen.nl). Prijzen exclusief portokosten.

**James Twyman**  
The Order of the Beloved Disciple € 20,50  
May Peace Prevail On Earth € 19,05

**Kirtana**  
Parrish Light € 18,50

**Wild Roses/Beth & Cinde**  
Northren Lights € 19,00

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

**Kathy Zavada**  
Trust there is love € 19,00  
Union € 19,00

**Karen Drucker**  
Hold on to Love € 19,00  
Songs of the Spirit I € 19,00

**Kurt van Sickle**  
River of Life € 19,00

**David Whyte**  
Close to Home € 20,50



## Vreugde

Leer jezelf te doordringen met vreugde.

Zeg:

Oneindige liefde  
vervult mijn ziel  
en doorstroomt mijn lichaam  
met haar volmaakte leven.

Maak alles om je heen vrolijk en mooi.

Heb gevoel voor humor.

Verheug je over de zonneschijn.

Naar: Baird T. Spalding. *De meesters van het verre oosten*. Ank-Hermes. H5 pag. 31

Als facilitator van een Attitudinal Healing groep hoor ik andere facilitators wel eens mopperen over deelnemers die - om wat voor reden dan ook - niet betalen voor de bijeenkomsten, hoe bescheiden het bedrag voor de koekjes, thee en koffie ook mag zijn.



Emma Veenstra

## Even dokken graag!

**A**nankelijk keek ik daar van op. Ik verbeeldde mij zelf geen last te hebben van dergelijke zuinige gedachten. 'Het zou gewoon niet in mij óp komen iemand de toegang te ontzeggen, zuiver en alleen omdat hij het geld niet heeft,' dacht ik tamelijk zelfgenoegzaam. En dus heette ik die ene wanbetaler - we noemen hem Fred - al jarenlang welkom op onze avonden.

### Schulden

Fred had enorme schulden. Hij was zelfs in een saneringstraject terecht gekomen en het zou nog jááren duren voor hij zijn schuldeisers van zich af kon schudden. Begripvol hoorden wij telkenmale zijn verhalen aan en knikten warm als hij een kaarsje opstak voor zichzelf en niet, zoals de meesten deden, voor 'verbinding', 'oordeellosigkeit' of 'de armen' in het algemeen.

### Ik koesterde me in de waan dat ik geen vooroordelen meer had

Hij had inmiddels weer een vaste fulltime baan, maar het bleef tobben. Dus ging ik niet lullig zitten doen over een paar euro! Integendeel, ik was oprecht blij dat wij, als Attitudinal Healing groep, in geestelijke zin iets voor hem konden betekenen. En het leek inderdaad beter te gaan. Op een gegeven moment kocht Fred zelfs een auto. En elke groepsbijeenkomst had hij een mooie, nieuwe outfit aan. Dat leverde hem de nodige complimenten op. 'Goh Fred, wat zie jij er chique uit! Maar lukt dat nou wel, met al die schulden?' 'Ach,' zei Fred dan met

een hulpeloos gebaar, 'je moet jezelf wel af en toe een cadeautje gunnen; anders wordt het leven pas écht een tranendal'. Waarna hij wederom een kaarsje voor zichzelf opstak en vroeg om de hoofdprijs in de loterij.

### Platte zaak!

Geleidelijk aan begon er bij mij iets te wringen. Gelukkig heb ik nog elke dag te eten, maar een vetpot is het ook weer niet. 'Ik koop niet iedere week een cadeautje voor mezelf,' dacht ik ietwat verongelijkt. 'Dat kan ik me niet permitteren. En trouwens, áls ik een keer een mazzeltje heb, koop ik liever iets voor mijn kleinkind!' Moet ik dan wel tolereren dat een ander zichzelf zo in de watten legt en tegelijkertijd beweert dat hij geen geld heeft om voor onze bijeenkomsten te betalen? Natuurlijk, Fred had een *probleem* met geld - anders zat hij niet in dat schulden-traject. Maar als het zó ging; als hij zichzelf ruimschoots van mooie kleren voorzag terwijl er voor mij nog geen dubbelkje afkon, ja, dan maakte hij in mijn ogen misbruik van mijn goedheid en werd zijn gedrag eerder een platte zaak van 'het zit in jouw zak of in de mijne', dan dat het iets van doen had met een hang naar de Heilige Geest! Ik tobde hier een tijdje mee rond, want ik koesterde me in de waan dat ik geen 'vooroordelen' meer had en dat zelfbeeld beviel me. Maar nu nam ineens een rare woede bezit van mij. Deze meneer, met wie ik zo begaan was, sprong lossen met zijn poen om dan ik mij ooit zou kunnen permitteren. En daarmee was het ineens een heel ander verhaal!

Maar mocht dat 'andere verhaal' wel een rol spelen? Het ging in principe toch gewoon om het wel of niet

‘gunnen’, om ‘geven en ontvangen zijn één’. Of kon ik aan mijn gulle gebaar jegens Fred ook *voorwaarden* stellen? Daar had ik bij mijn eigen moeder nou juist altijd zo de pest aan gehad. Fred ontving mijn gebaar ondertussen maar al te graag! Hoe zou hij reageren als ik ineens, à la mijn moeder, met allerlei mitsen en maren op de proppen kwam? Zo van: ‘Beste Fred, je kunt hier gratis blijven komen, maar dan mag je géén cadeautjes meer voor jezelf kopen, want dat doe ik ook niet!’

### Patstelling

Onmogelijk! Wat een patstelling... Maar na drie jaar ‘misbruik’ (zo zag ik het inmiddels) vond ik het wel hoog tijd voor een andere koers!

## Soms word ik zo moe van mijn eigen gedachten, dat ik eventjes liever ontken dat ‘ik’ het ben

Ik besprak de zaak met vriendinnen en koesterde mij snorrend in de slachtofferrol die ze mij toewezen. ‘Jij ben veel te aardig Emma! Je laat gewoon over je lopen!’ Ze hadden gelijk, ik moest dat geld gewoon opeisen! Maar dan zonder een oordeel over Fred zelf uit te spreken! Hoewel? Dat zou ook nogal hypocriet zijn, want zo langzamerhand voelde ik mij als een hogedrukpan die op het punt stond te ontploffen. Aan de andere kant... misschien zou het wel juist een goede les voor hem zijn. Zo van: ‘Wat wil je Fred? Jezelf uitsluitend verwennen met materiële zaken, of gun je jezelf ook een spirituél cadeautje?’ Maar daar zat iets van dwingen in of erger nog een verbolgen preek! Terwijl ik nou juist zo blij was te hebben geleerd – en vooral begrepen! – dat elke vraag waarmee ik in een bepaalde richting stuur, beter niet gesteld kan worden, omdat het dan gaat om iets dat *ikzelf* graag wil (‘Jij moet dokken!’). Met andere woorden: manipulatie. Het lukte me echter niet meer, Fred nog ‘in zijn heelheid’ te zien en te aanvaarden dat iedereen zich nu eenmaal in zijn eigen tempo ontwikkelt (of niet...) Kortom: een gekkenhuis!

## Ik koos voor de eerlijke confrontatie

Prompt werd ik verkouden. En bóós dat ik was! Fred was inderdaad over mijn grenzen gegaan. Ik had hem een vinger gegeven, maar hij had m’n hele arm eraf gerukt en nu begon hij met smaak aan mijn nek te knabbelen. Ik proefde bloed! Drommels... Was ik diezelfde Emma die altijd waardig zei: ‘Het leven is een spiegel?’

### Projectie

‘Ergens’ wist ik het wel: ik moest terug naar af, naar mijzelf. En alles buiten mij om zien voor wat het werkelijk was: projectie. Want in essentie gaat het natuur-

lijk altijd weer om dezelfde vraag: hoe kijk *ik*? Wie is het die daar denkt, spreekt, doet, voelt, is en meent te zijn? Ach!

De theorie... Soms word ik zo moe van mijn eigen gedachten, dat ik eventjes liever ontken dat ‘ik’ het ben. Ik besloot een kaartje te trekken uit het ‘Een Cursus in Wonderen Spel’: 365 kartonnen uitspraken, die één voor één verwijzen naar een bepaalde zin of alinea uit het tekstboek, werkboek of handboek. Toeval bestaat niet en dus was ik niet eens verbaasd toen ik las: ‘Naast je erkenning dat gedachten nooit loos zijn, is het voor verlossing ook nodig dat iedere gedachte die je hebt, je hetzij vrede hetzij oorlog, hetzij liefde hetzij angst bezorgt.’ Uit – jawel – les 16 van het werkboek: **‘Ik heb geen neutrale gedachten’**. Nou, dat kon je wel zeggen. In mijn hoofd was Zielige Fred inmiddels getransformeerd tot Bloeddorstige Fret!

Ik las (kort samengevat): *elke gedachte heeft gevolgen en alles wat we zien is het resultaat van deze eigen gedachten*. En zo creëren we dus onze eigen hel of hemel. Het was ondertussen wel duidelijk waar ik zat: de vlammen sloegen mij uit! Dus wat nu? Ineens dacht ik aan Moeder Theresa. Haar werd ooit gevraagd ‘wat liefde was’. En zij antwoordde: ‘Geven tot het pijn doet’. Wel, het deed hartstikke pijn! En toen wist ik het: ik had mijn *eigen* grens overschreden. Een grens, die ik serieus mocht nemen zonder schuldgevoel, ook naar de ander toe. Want als ik mijn pijngrens eerder had (h)erkend, was er geen enkele reden geweest om boos te zijn op die ander. Op Fred.

## Op de vraag wat liefde is, antwoordde Moeder Theresa: ‘Geven tot het pijn doet’

Ik koos voor de eerlijke confrontatie. Hoe Fred zou reageren wist ik niet en dat deed er ook niet toe – dat was *zijn* pakkie-an. Mij ging het om m’n zelfrespect en innerlijke vrede: ik mocht er óók zijn!

Eventjes had ik bibberende knieën toen ik – zo neutraal mogelijk en zonder onnodig drama – Fred apart nam en tegen hem zei: ‘Voortaan wil ik graag dat je betaalt voor de koffie, thee en koekjes’.

Hoe zou Fred reageren op mijn betalingseis? Ik had twee scenario’s in gedachten; meer mogelijkheden waren er volgens mij niet. *Of* Fred zou zeggen: ‘Moet ik betalen? Tja, dan houdt het op...’ *Of* hij zou roepen: ‘Betalen? Prima hoor! Ik dacht gewoon, ik wacht wel tot je er zelf mee aankomt, hahaha!’

Maar niets van dat al. Fred reageerde uiterst verrast en zei: ‘Oh Emma, ik ben zo blij dat jij er over begint... Ik wou je al een tijdje terug gaan betalen, maar je had duidelijk zo’n plezier in het geven, dat ik het niet over mijn hart verkrijgen kon, jou dat pleziertje te ontnemen...’ ●



# Van communicatie naar

**Peinzend kijk ik naar de stukjes blauwe klei die voor me op de hoge tafel liggen. Aan de overkant van de tafel staat een wildvreemde dame met wie ik een Four Direction Reflection oefening doe. We zijn allebei deelnemer aan een onderwijsconferentie met als titel: 'Ieder kind een belofte'. Maar in plaats van de kinderen in het zonnetje te zetten, zijn we zelf onderwerp van onderzoek.**

*Hans de Rijke*

**D**e opdracht is om je leven neer te zetten met behulp van een staaf blauwe knutselklei. Ik heb mijzelf in het midden geplakt; mijn vrouw, kinderen en kleinkinderen zijn kleine brokjes klei om mij heen gedrapeerd. Parkinson heb ik in twee stukken gedeeld. Een stuk waar dankbaarheid is voor de dingen die op mijn pad zijn gekomen sinds ik weet dat ik deze ziekte met me meedraag. Het tweede stukje heb ik verder weg geplakt en dat representeert het verdriet, de somberheid en het ongemak.

Na het neerzetten van de stukjes klei is de opdracht om mijn leven vanuit de vier windrichtingen te bekijken en antwoord te geven op een aantal vragen. Ik loop rond de hoge tafel en zie uit mijn ooghoeken tientallen duo's in de grote foyer hetzelfde doen. Ik ga in het oosten staan en mijn partner leest de vragen op die bij deze windrichting horen:

'Waar hou je van en wat geeft je energie?' Of kijkend vanuit het zuiden: 'Wat zijn de belangrijkste conflicten die je in je leven aan ziet komen. Wat gaat er langzaam eindigen in deze opstelling en wat wil er geboren worden?' Pittige vragen om zomaar te delen met deze schooldirecteur uit Weert. Vanuit het noorden komen de laatste vragen: 'Wat kun je van deze opstelling leren en welke roep uit de toekomst hoor je?'

Mijn 'coach' luistert zonder oordelen naar me en noteert mijn antwoorden in steekwoorden. Terwijl ik praat, soms met de ogen dicht, voel ik me steeds groter worden. Aan het eind, wanneer ik de mogelijkheid krijg om de opstelling te veranderen, constateer ik dat ik geen behoefte heb om veel te wijzigen, ik accepteer mijn leven zoals het zich nu aan mij voordoet.

Ik kijk mijn 'coach' aan en bedank haar. Ik krijg de ruimte van iemand die niet oordeelt en ik voel me erkend. Het is hetzelfde gevoel dat ik regelmatig tegenkom op de avonden wanneer we samenkomen met de Attitudinal

Healing groep: alles wat ik zeg is goed, er zijn geen foute antwoorden, de woorden die ik uitspreek zijn gevuld en ik ervaar de steunende aanwezigheid van de andere deelnemers.

Ik ben weer terug in het congresgebouw en achter me hoor ik de gong klinken en roept de leider van de workshop Otto Scharmer ons terug naar de grote zaal. Ik plak mijn leven weer samen tot een blauwe bal. Ik verbaas me over de ruimte die er kan ontstaan wanneer ik besluit om mezelf te openen, ongeacht wat de ander doet.

Terug in de grote zaal vraagt Otto Scharmer om reacties en ik voel me zo groot en rustig dat ik de man wenk die met de microfoon rondloopt en in Engelse volzinnen deel ik mijn ervaringen met de zaal. Mijn rechterhand gaat wel trillen, maar ik besluit de microfoon niet over te geven aan mijn andere hand: dit ben ik ook.

### Hoe ben ik hier terecht gekomen?

Mijn vrouw was twee maanden eerder met een dik boek over leiderschap thuisgekomen. Het heet: *Theorie U*, met als ondertitel: *Leiding vanuit de toekomst die zich aandient*. In dit boek vertelt de schrijver Otto Scharmer aan het begin van zijn 558 bladzijden tellende boek over de brand in de boerderij van zijn vader in Noord-Duitsland.

# communie

Hij is 16 jaar en hij beschrijft dat hij in paniek aan komt lopen en dat het voelt alsof hij in een diep gat valt: zijn leven is verbrand. Hij heeft geen leven meer, in ieder geval geen concrete overblijfselen daarvan. Behalve de kleren die hij op dat moment aan zijn lijf heeft. Een paar momenten later overvalt hem een nieuwe gedachte: dat wat hij nog wel heeft, zijn leven in de toekomst. En hij realiseert zich dat daar nu zijn kracht ligt. Niet gehinderd door het verleden is hij vrij om dat nieuwe leven vorm te geven.

## Een ontmoeting die voorbij gaat aan het ik

De jaren daarna gaat Scharmer op zoek naar manieren hoe hij dat toekomstige deel van hem kan tegenkomen. Hij vertrekt naar Amerika, studeert economie en wordt hoogleraar op de gerenommeerde MIT universiteit. In die jaren onderzoekt hij op allerlei manieren leiderschap en verandering. Hij komt terecht in de wereld van de multinationals en interviewt directies van grote bedrijven om te leren hoe zij met veranderend leiderschap omgaan. Dan vormen zich langzamerhand zijn ideeën over verandering en leiderschap in de wereld. Omdat hij in zijn theorie diverse stadia herkent die de vormen van de letter U volgen noemt hij zijn verhaal aan de wereld 'Theorie U'. Maar in die letter zit nog een boodschap

verborgen. Wanneer je die letter in het Engels uitspreekt wordt het duidelijk dat we iedereen en alles de schuld van alle omstandigheden in de wereld kunnen geven, maar dat er maar één persoon is in de wereld die daar iets aan kan doen: JIJ !

### Vier velden van communiceren

Tijdens het lezen van dit boek werd ik geraakt door een beeld dat Scharmer terugbrengt naar de boerderij van zijn ouders. De kleine Otto loopt met zijn vader in het voorjaar over de akkers. Zijn vader maakt hem duidelijk dat onder de oppervlakte van de aarde de werkelijke kracht ligt van de gewassen. Hij laat hem de verschillende velden gewassen zien met ieder zijn eigen karakteristiek. En zoals zijn vader verschillende velden onderscheidt, zo beschrijft Scharmer in zijn boek vier velden van communiceren.

Wanneer je vanuit het eerste veld met iemand contact maakt dan bestaat dat contact uit het achterhouden van werkelijke informatie. 'Hoe gaat het met je?' 'Nou goed', zeg je, terwijl het helemaal niet goed gaat. Scharmer noemt dat 'downloaden', het herhalen van bekend gedrag.

## In contact komen met een diepere bron van creativiteit

In het tweede veld is er wel ruimte om er een eigen mening op na te houden, maar dan ontstaat er meer een debat, waarin je eigenlijk elkaars tegenstander bent. Scharmer noemt de twee eerste velden oude manieren van communiceren. In tegenstelling tot veld drie en vier die nieuwe manieren van communiceren bevatten. In veld drie ben je afgestemd op de ander zonder jezelf te verliezen. 'Ik zie dat je het moeilijk hebt, kan ik je ergens mee helpen?' Er ontstaat een dialoog waarin je samen verder wilt komen. Het stellen van vragen aan elkaar is daarbij ook belangrijk.

En dan beschrijft hij de kenmerken van het vierde veld. Communiceren in dit veld betekent dat de deelnemers elkaar wezenlijk ontmoeten. Het is een ontmoeting die voorbij gaat aan het ik. Je kunt er niet naar op zoek gaan, het komt als het ware naar je toe. Scharmer spreekt over genade die je toevalt. Wanneer dit veld betreden wordt ontstaat er in de ontmoeting soms een stilte die bijzondere kenmerken heeft: het is een gevulde stilte, alsof er iemand binnenkomt. Ik moet dan denken aan de Bijbelse uitspraak: 'Waar twee in mijn Naam aanwezig zijn, daar zal Ik zijn'.

Toen ik aan de veld-vier ervaringen in mijn eigen leven dacht, zag ik een beeld voor me van dat ik als 16-jarige met mijn ouders op vakantie was in Duitsland. Ik was ziek en had hoge koorts. Mijn vader was een paar jaar daarvoor lid geworden van de Pinkstergemeente en daar had ik grote moeite mee. Ik sliep slecht, zweette enorm en mijn vader kwam midden in de nacht bij me en vroeg

of hij voor me mocht bidden. Op dat moment kon het kwartje twee kanten op vallen. Ik zette mijn weerstanden opzij en knikte alleen maar. Hij legde zijn handen op mijn hoofd en vroeg aan God om mijn koorts weg te nemen. Die nacht heb ik rustig geslapen. Het was een bijzondere ontmoeting die boven het dagelijkse rumoer uitsteeg.

Deze ontmoetingen komen regelmatig voor tijdens de AH avonden. Door de ruimte die we elkaar geven en door het beleven van de 12 principes stijgen we boven onszelf uit en hoeft er soms niet veel meer te worden gesproken.

## Alles wat ik zeg is goed

### Luisteren naar wat zich wil ontplooiën

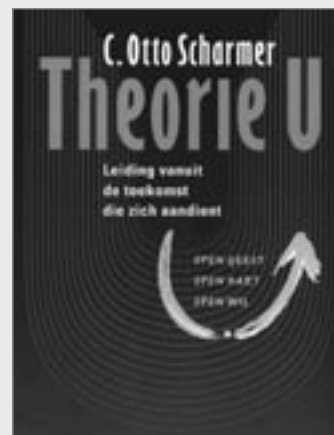
In het begin van Scharmers boek staat een alinea die zo als een beschrijving van een AH groep kan dienen: *‘Wat ik zie is een nieuwe vorm van aanwezigheid en kracht die spontaan in en door kleine groepjes van mensen groeit. Daarbij gaat het om een andere manier van aanwezigheid bij elkaar, een manier van zijn bij elkaar die maakt dat we luisteren naar wat zich wil ontplooiën. Door die verandering kunnen mensen in contact komen met een diepere bron van creativiteit en kennis die hen in staat stelt uit te stijgen boven de patronen uit het verleden. Dan komen ze in hun eigen ware kracht - de kracht van hun authentieke zelf.’*

Hier beschrijft een man die de afgelopen jaren alle directeurs van multi-nationals in Amerika heeft gesproken en die wordt gezien als een autoriteit op het gebied van leiderschap, de essentie van wat ik en anderen om de 14 dagen met elkaar uitproberen: een nieuwe manier van omgang met mezelf, met elkaar en met de

wereld. Het gaf een enorm gevoel van erkenning en ruimte. Onderdeel van een stroom te zijn die langzaam en gestaag een nieuwe weg zoekt in een droge woestijn van veld een en veld twee ontmoetingen.

Aan het eind van de onderwijs-conferentiedag staat Otto Scharmer bij het podium en praat rustig met iedereen die daar behoefte aan heeft. Mijn vrouw en ik sluiten ons bij de rij aan en na korte tijd komen we met hem in gesprek. Hoewel hij de hele dag de workshop heeft geleid is hij uiterst vriendelijk en belangstellend. Voorin ons exemplaar van zijn boek schrijft hij: ‘In admiration for the transformation work you do in the world of schools.’

Zo, onze dag is weer goed! ●



Otto Scharmer. *Theorie U; Leiding vanuit de toekomst die zich aandient*. Uitgeverij Christofoor. Zeist, 2e druk 2011. 544 blz., € 42,50

## LAAT JE VERRASSEN!

Op pagina 10 vindt u een citaat van Roger McGowen.

Meer informatie over deze man in de dodencel: [www.rogermcgowen.org](http://www.rogermcgowen.org)

Little Grandmother Kiesha Crowther over de planeet aarde en de omslag van leven vanuit het denken naar leven vanuit het hart.

Zie: [www.youtube.com/watch?v=o7iJdF1lv1E](http://www.youtube.com/watch?v=o7iJdF1lv1E)

Een documentaire van Lilian Ferru, in twee delen over Een Cursus in Wonderen, getiteld 'Lilian in Gesprek', van Spiritueel Café TV, te vinden op [www.elsthissen.nl/media/internet.php](http://www.elsthissen.nl/media/internet.php) of [www.spiritueelcafetv.com](http://www.spiritueelcafetv.com).

Lilian spreekt onder andere met Gary Renard, Els Thissen en anderen over ECIW.



Wie zijn onze lezers? De redactie van ...van hart tot hart... wil ze graag beter leren kennen en... aan u voorstellen.

In het volgende interview is Emina van der Sluijs (1950) aan het woord.

Zij is geboren in Rotterdam op vrijdag de 13e, woont met hond Slim in Apeldoorn en doet

vrijwilligerswerk op een school.

Opleiding: het leven zelf.



## Ik deug! En iedereen deugt

**T**ijdens een workshop bij Els Thissen kwam ik VHTH op het spoor, maar ik vond het wat elitair en werd nerveus en zelfs boos van de verhalen. Waarom lukte het anderen *wel* om innerlijke vrede te vinden en mij niet?! Zelfs zegde ik ooit het blad op omdat het in die columns van Annemarie altijd maar zo goed ging. Maar ik had wel veel aan de uitleg van de AH-principes door Els. En nu het beter met me gaat en ik meer kan relativeren vind ik het een fantastisch blad.

### Met mijn hand op de deurknop

'In 1996 stond ik op het punt dood te gaan van verdriet, ik woog 41 kilo en was een monster in mijn eigen ogen. Mijn leven was er één van seks, drugs, rock & roll, en ik kon mensen afnaken met mijn mond omdat ik zelf zo'n pijn had. Maar ik ben veel te boven gekomen en ervaar meer innerlijke rust. Zelfs heb ik nu het gevoel dat de HG ook mij helpt.

Ik ben het vierde meisje uit een arm katholiek gezin met negen zussen en een broer. Mijn uiterst agressieve vader pijnigde ons op alle niveaus. Dus er was geen waardering voor het kind dat ik was. Elke woensdagavond als mijn moeder van huis was, werd één zus naar beneden geroepen en kregen wij strikte orders boven te blijven. Dan hoorden wij haar smeken, huilen en uiteindelijk in totale paniek terugkomen. Op een dag besloten mijn broer en ik erop af te gaan. Samen zaten we op de trap en durfden niet. Terwijl mijn hand op de deurknop lag voelde het als: wat er nu gaat gebeuren kan mijn leven veranderen. Ik ging binnen en kon niet thuisbrengen wat ik zag, maar mijn vader schrok geweldig en bedekte zich. Toen ik zei dat ik mijn zus meenam, liep de situatie zó uit de hand dat de burens mijn moeder haalden. Maar die sprong niet in de bres, want zij werd net als wij mishandeld. Acht jaar was ik toen ik de zaak aan de kaak stelde. Mijn vader werd opgepakt en heeft twee jaar gezeten; de

mooiste tijd van mijn leven. En wat ik niet begreep was dat mijn moeder hem opzocht.

Op advies van de reclassering kwam mijn vader weer thuis - en op dat moment werd ik de persoon die ik vaak nog ben: zéér streng - en oordelend. Als een generaal bewaakte ik het gezin: "Rok naar beneden!" "Benen bij elkaar!" Oei wat keek mijn vader dan vuil. Hij greep alles aan om mij, de verrader, te vernederen. Ik deugde niet en hij wilde van me af omdat er nog zoveel jonge meisjes waren. Soms moest ik als 10-jarige met alle kleintjes de hele dag wegblijven en kreeg ervan langs als iemand gevallen was. Ook deed ik het huishouden. En elk initiatief werd gedoofd. Met 14 jaar moest ik de fabriek in omdat mijn vader me te stom vond, terwijl ik wilde zingen, acteren, balletdansen, iemand worden... Misschien gebruik ik om die reden de straat als podium, waarop ik uitgedost de hoofdrol speel. Vanaf m'n 15<sup>e</sup> eiste ik dat het slaan zou stoppen en dat gebeurde, totdat hij me met 19 jaar bijna dood sloeg en ik voorgoed het huis uitvluchtte. Tegen die tijd was het goede in mij kapot. Blows hielp tegen stress - en daarnaast gebruikte ik van *alles* om tijdelijk geen pijn te voelen. Net als mijn zussen had ik niet mogen trouwen met de man op wie ik verliefd was, omdat mijn vader jaloers was. Wat moet hij hebben meegemaakt om zo te worden?'

### Als hij de koran reciteerde...

Ik trouwde een ander en werd mevrouw Collignon. En omdat ik in drie talen eenzelfde zinnetje had weten uit te brengen, mocht ik bij de haven werken voor drie directeuren. Toen kort daarop een zwager een poging deed tot verkrachting en moord en mijn man me niet geloofde, begon ik te denken aan zelfmoord. De enige die me geloofde was gek genoeg mijn vader. Hij vond zelfs dat ik er werk van moest maken. Ik ben gescheiden en een half jaar liftend gaan reizen. De ene relatie volgde op de andere en goddank ben ik onvruchtbaar.

Ik was met een zeer gewelddadige man en ook had ik een verslaafde vriend, die zich in mijn huis doodschoot. Toen werd ik heel ziek en krabbelde op tijdens een rondreis in Azië met een vriendelijke muzikant. Niet langer op mijn hoede voelde ik me daar totaal anders. De reden dat ik

deze zachtaardige man verliet, was dat ik ziekelijk jaloers was. En toen hij een nieuwe vriendin kreeg begon ik te stalken en ging het bergafwaarts. Als kind was ik heel gelovig, ik hield van de mis - en geloofde in wat de paters zeiden. Toen ik 46 was kreeg ik een relatie met een tot

moslim bekeerde Nederlander. En als hij de koran reciteerde kwam dat gevoel van devotie weer naar boven en werd ik warm, zacht en rolden de tranen vanzelf, alsof hij de pijn in mij los reciteerde. Terwijl ik als kind *nooit* huilde omdat ik dat pa niet gunde. Maar dezelfde man, zelf diep beschadigd, verneederde en isoleerde me - en ik raakte overspannen.

Toen ik bij een Soeficentrum terecht kwam, woog ik 41 kilo en kon alleen nog huilen. Daar adviseerde men me tot drie keer toe naar De Voorde te gaan, naar Marcel Derkse. Ik kon er een week terecht en ontmoette zulke lieve mensen... Daarna volgde ik een uitgebreider programma en mocht geen bezoek ontvangen, maar wel hysterisch zijn en huilen,

gillen. Wat ik bij me droeg moest er ook uit.

Maar weer thuis verviel ik steeds in oude patronen. Uiteindelijk mocht ik als alternatief voor de psychiatrie, een jaar bij De Voorde wonen in een klooster. Dat was mijn redding. Ik maakte er kennis met echte liefde en tegelijkertijd was men er streng en confronterend. Ik leerde dat mijn ellende mede voortkwam uit mijn eigen gedachten, en ook kreeg ik een dagritme aangeleerd. Als ik de stofzuiger over het kleed liet knallen, kon een begeleider me zeggen: Emina dat kleed kan er niets aan doen dat jij zo boos bent. Marcel Derkse zag in mij een heel goed mens. En mijn vraag was: hoe kan ik haar naar buiten brengen, mijzelf erkennen zonder oordeel? Hij zei dat dit een zware weg zou zijn, maar mij wel toevertrouwd. Het duurde zeker vijftien jaar voordat ik enig begrip kreeg voor het vriendelijke in mij.

## In Gods ogen staat iedereen in het licht

Maar vrijheid, vreugde en vertrouwen beleven, wil ik echt al kost het me veel. Namelijk mijn slachtofferschap. Wie ben ik nog - als ik dat niet meer ben? Om die vraag te beantwoorden had ik blijkbaar Een Cursus in Wonderen nodig. Tijdens een workshop waarin iedereen iets dierbaars van zichzelf weggaf, kreeg ik dat boek in mijn schoot gelegd.

### Ik ben de les gaan begrijpen

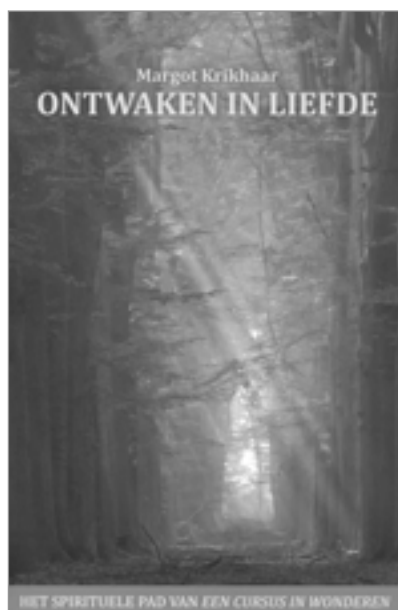
'Ergens moet ik hebben geweten wat liefde is. Dat er *meer* is, anders was ik er nooit naar op zoek gegaan. Dat ik niet in de gevangenis of prostitutie beland ben is een wonder, evenals het feit dat ik na vele aanslagen nog leef. Op twee cruciale momenten kreeg ik duidelijk innerlijk instructie en om die reden begin ik wat te vertrouwen op leiding. En niet zozeer ben ik nu gelukkig, als wel steeds meer in innerlijke vrede - en ik heb daar zó naar verlangd. Wat ik meemaakte vormde me tot een observerende, gevoelige en ergens begripvolle vrouw. En mijn stoutmoedige leefwijze bracht me in contact met veel bekende mensen. Maar belangrijker is dat ik leerde, dat wat men zei niet waar is. Ik ben geen monster. Ik deug! En iedereen deugt.

Al een poosje leef ik met les 78 uit ECIW, getiteld: *Laat wonderen alle grieven vervangen*. Want ik heb wat grieven, al gaat het beter met me. Die les vraagt me de ander te zien als mijn verlosser zodat ik me kan aansluiten bij *Hem*. In Gods ogen staat iedereen in het licht en in die van mij in het duister omdat ik daar zelf nog inzit. Als ik met de ogen van God naar mijn zwager kijk en tegelijkertijd mijzelf kan zien in het licht, word ik heel rustig. Dan is er het besef dat ik in Gods ogen *ook* een lichtpuntje ben. En hoe meer ik oefen, hoe gemakkelijker het werkt. Ik ben de les echt gaan begrijpen - en heb daar heel diep voor moeten gaan.'

Annemarie van Unnik



## Geest is één



De eerste bewuste gedachten als klein kind die ik me herinner, waren een enorme verbazing over dat ik leefde, in de wereld was, en dat ik 'mezelf' was en niet alle andere mensen. Daarna verdween dit naar de achtergrond en ervoer ik mezelf als een steeds duidelijker, erg afgescheiden persoon met een behoorlijk ego. Zo gaat dat in de wereld van onze droom. Eerst leren dat je een ego bent om daar vervolgens weer afstand van proberen te nemen. En de ervaring is dat het eerste een stuk makkelijker lijkt dan het laatste. Want hoewel ik de afgescheidenheid als erg pijnlijk en verdrietig ervoer (en ervaar), was het me meestal onmogelijk om dit te overstijgen en werkelijke verbinding, eenheid te ervaren. Om te helpen het ego ongedaan te maken, is ons Een Cursus in Wonderen gegeven als een pad dat terugvoert naar de werkelijke wereld van God, die liefde is. Een praktische cursus die ons leert onze oordelen los te laten en te kiezen voor liefde in plaats van angst door stelselmatig te vergeven. Toch wordt de Cursus als 'moeilijk' ervaren en kiest het ego er graag voor om te gaan theoretiseren over de precieze betekenis van de tekst. Het boek van Margot Krikhaar,

*Ontwaken in liefde*, kan helpen om de Cursus vooral als die praktische weg te zien die hij is. Zoals zijzelf zegt: 'Het waren de *ervaringen*, niet de theorie die mij verder voerden. ... Dus wanneer je collega een verkeerde opmerking maakt, en jij bent in staat innerlijk Hulp te vragen, haar te vergeven en in vrede te blijven, dán doe je de Cursus. En wanneer je kwaad wordt en een rotopmerking terug maakt, en vervolgens jezelf dat vergeeft, dan doe je de Cursus ook! ... Je grote en kleine dagelijkse situaties zijn dus heel belangrijke vergevingslessen. Vergeven is je enige taak en functie en dat zal je verlossen'. En zoals in de Inleiding staat, een tekst waarvan zij aangeeft dat hij rechtstreeks afkomstig is van Jezus die zij hoort als een innerlijke stem, is het boek bedoeld als 'een wegwijzer om het pad van de Cursus te gaan' en dit 'gemakkelijker te maken'. Ik heb gemerkt dat dit zo is. Juist doordat Margot Krikhaar aan de hand van haar eigen leven en ervaringen heel concreet de weg beschrijft die haar naar het einddoel van de Cursus heeft geleid, het ontwaken uit de droom, maakt het zo behulpzaam. Zelf noemt ze het boek een 'soort reisgids, gebaseerd op eigen ervaringen'. Het boek bestaat uit twee delen. In het eerste deel beschrijft ze haar leven, voor zover van belang voor haar proces, wat ze in het tweede deel vertaalt naar twaalf stappen, rechtstreeks ontleend aan de Cursus, die een samenvatting geven van belangrijke leerdoelen en begrippen uit de Cursus en aangeven 'wat je allemaal kunt tegenkomen tijdens de reis'. De twaalf stappen kunnen trouwens ook worden gezien 'als twaalf ingangen, die verschillende aspecten van vergeving aanduiden'. De inleiding bij iedere stap is ook weer afkomstig van Jezus zelf. Wauw! En een stuk simpeler verwoord dan in de Cursus. Behulpzaam dus, ik heb het zelf ervaren. Sinds een paar jaar zit ik in het bestuur van een roeivereniging,

waar het alleen over roeien gaat en alles wat daarmee samenhangt en niet over spirituele zaken. Sterker nog, ik heb een allesoverheersend idee dat ik daar echt niet moet aankomen met 'halfzachte' theorieën over vergeving, loslaten van oordelen en kiezen voor geluk in plaats van gelijk. Allemaal vooroordelen natuurlijk, waar ik uiteraard heel goed in ben. Het lezen van *Ontwaken in liefde* inspireerde me om dit nu eens ook daar tegen mijn angsten in heel anders te doen. Met alleen maar positieve feedback als gevolg. Ik zie dan ook niets zoals het is en heb alles zelf de betekenis gegeven die ik denk dat ze heeft. Dit te doorbreken in een situatie waarin ik me liever laat leiden door wat mijn ego me influistert, was een ondersteunende ervaring op mijn weg, die me hopelijk ook nog eens tot de verlichting brengt. Helaas is mijn twijfel daaraan groot. Maar: 'We zijn met elkaar verbonden. Alleen dat is waar. Denkgeesten zijn met elkaar verbonden, geest is één'. En dit is een grote troost, zeker voor het kleine meisje dat hier nog contact mee had voor ze het kwijtraakte. Een nadeel van het boek vind ik trouwens dat het mijn idee bevestigt dat het alleen lukt om tot verlichting te komen na een moeilijk leven vol zware opgaven. En ook de nadruk op therapie met langdurige en diepe introspectie bemoedigt me niet. Dat moet toch anders kunnen, denk ik dan eigenwijs. Daar zijn inmiddels toch wel andere methoden voor, zoals bijvoorbeeld familieopstellingen. Maar misschien is dat vooral een verdediging van mijn ego tegen de waarheid.

Anita Koster

Margot Krikhaar. *Ontwaken in liefde; het spirituele pad van Een Cursus in Wonderen*. Inner Peace Publications. Soest, 2011. 271 blz., € 21,95

## Tijd om te verkassen!

### Het Gaia Project 2012: de grote veranderingen die gaan komen



'De materiële wereld die we nu zien, zal in 2009 volkomen verwoest zijn,' schrijft Hwee-Yong Jang. Zijn boek, *Het Gaia Project*, is in 2010 uitgekomen in het Nederlands. De oorspronkelijke uitgave is van 2007. Dan kun je concluderen dat zijn hele theorie niet klopt en niet interessant is. In mijn beleving maakt het niet zoveel uit. Ik kijk niet op een paar jaar. In het boek legt Hwee-Yong Jang uit dat de wereld bestaat uit tien dimensies. Hoe hoger de dimensie hoe hoger de frequentie. Wij leven nu in de vierde dimensie en we gaan naar de

vijfde. De wereld bestaat uit vele melkwegstelsels. Het melkwegstelsel waartoe de aarde behoort is gevoelig voor het ontwikkelen van negativiteit. Wezens uit de hoogste dimensie hebben het Gaia project bedacht om de negativiteit te doen afnemen en de verbondenheid met de Oorsprong te vergroten. De aarde neemt een speciale plaats in, in het Gaia project, en heeft de functie van unieke leerschool. Om te kunnen leren was materialisatie, het wonen in een lichaam nodig. Daarmee kunnen we effectiever leren en groeien via de ervaring. Verder ontstond er reïncarnatie en een loskoppeling van herinneringen aan vorige levens. De spirituele wereld werd gecreëerd, zodat we na een leven op aarde een plaats hadden om uit te rusten en ons voor te bereiden op een volgend leven.

Volgens Hwee-Yong Jang is de aarde als leerplek nu voorbij en is het tijd om te gaan verkassen. De spirituele wereld verdwijnt. Geen engelen meer en niet meer lekker op je lauweren rusten als je overgaat. De grote verandering die gaat plaatsvinden heeft niets met geluk of ongeluk te maken. Het heeft te maken met het ontwaken van

bewustzijn. Volgens Hwee-Yong Jang is het belangrijk dat we oude ideeën en oude patronen laten varen en openstaan voor mogelijkheden ver buiten ons gezichtsveld. Hij zegt, dat wij mensen, leven als een kikker onderin de put. Die kikker denkt dat de bodem van de put de aarde is. 'Buiten de put denken' is voor de kikker onmogelijk. Zoals het voor ons erg lastig is ons buiten onze eigen leefwereld en ons denkkader te begeven. Deze tijd helpt om meer buiten de put te denken, vrij van patronen en vastgeroeste ideeën. We worden geholpen oude energieën op te lossen. Dat kan door pijn, oorlogen, demonstraties, politieke onlust, lachen, sportwedstrijden, films. Alles kan bijdragen om je vrij te maken. Hoe de overgang voor jou zal plaatsvinden is niet meer te veranderen. Dat heb je, voordat je aan dit leven begon, al uitgestippeld. Je zult merken, dat naarmate de overgang dichterbij komt, je jezelf weer zult herinneren wie je werkelijk bent.

Anja van Aarle

Hwee-Yong Jang. *Het Gaia Project*. Ankh-Hermes. Deventer, 2010. € 19.50.

## Schepper van de eigen realiteit



Gabriela en Reint Gaastra's boek, *Jij bent God*, grijpt terug op hun eerdere boek, *De Maria Magdalena Code*. Het is handig om dit gelezen te hebben, hoewel niet noodzakelijk. In een serie openbaringen die worden afgesloten met oefeningen of proclamaties gaan Maria Magdalena, Jezus en Maria in op de verdere ontwikkeling van de mens in de huidige tijd. Tot de tweede wereldoorlog, een dieptepunt, ging de ontwikkeling steeds

verder de dualiteit in. Daarna is een ontwikkeling richting eenheidsbewustzijn op gang gekomen. 'Het is,' zoals ze in het voorwoord zeggen, 'een tijd van zelfvergeving en vergeving van anderen'. Het ontwikkelen van mededogen staat nu centraal.

In zes 'secties': Inleidende openbaringen, De relatie van de Goddelijke mens met de wereld, De relatie van de Goddelijke mens met zichzelf, De communicatie

van de Goddelijke mens en Spiritueel leiderschap van de Goddelijke mens, krijgen we daar veel informatie over en de mogelijkheid om te oefenen. Direct in het begin wordt het al duidelijk gesteld: 'Jullie komen nu in een fase van de menselijke ontwikkeling waarin jullie je realiseren dat jullie zelf de Schepper van jullie eigen realiteit zijn. Dat jullie ook God zijn'. En acceptatie van de eigen Goddelijkheid begint met zelfacceptatie inclusief je ongewenste kant, zoals onvoorwaardelijke liefde begint met liefde voor jezelf. En liefde is

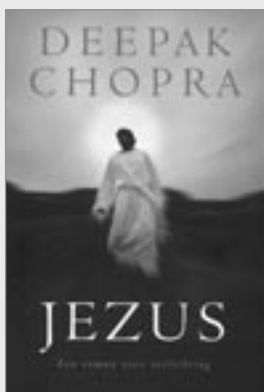
de essentie van het spirituele ontwaken van de mens. Het is geen nieuwe boodschap, maar het kan natuurlijk niet vaak genoeg herhaald worden. Want we zijn hardleers en hechten enorm aan de afgescheidenheid, waar we tevens zo door lijden. De ervaring van totale afgescheidenheid rond de tweede wereldoorlog bracht ons echter juist wel in contact met een dieper verlangen naar eenheid en verbinding. Vanuit het duister naar het licht. Voor iemand als ik die in de tweede wereldoorlog is geboren, in de hongerwinter in Amsterdam, en die zichzelf vaak heeft benoemd

als de kampioen van de afscheiding, is dit hoopvol en herkenbaar. Verbinding is mijn thema en om uit één van de proclamaties te citeren: 'Ik open mijn hart om de eenheid met Moeder Aarde en met alle wezens die op haar leven te ervaren'. Zouden mijn recente hartproblemen daarmee te maken hebben?

Anita Koster

Gabriela en Reint Gaastra-Levin. *Jij bent God, zeggen Maria Magdalena, Jezus en Maria*. Uitgeverij Follow Your Heart. Apeldoorn, 2009. 246 blz. € 22,50

## Jezus



Ik ben een fan van Jezus en daarom nodigde de titel van dit boek van Deepak Chopra me meteen uit het te lezen. *Jezus* is een roman over de tijd van het leven van Jezus, waarover niets in de bijbel terug te vinden is. Chopra stelde zich voor hoe het voor Jezus geweest zou kunnen zijn in de periode van zijn 12e tot 30e levensjaar en heeft op basis daarvan deze roman geschreven. We maken kennis met een Jezus die zijn weg moet vinden in het leven van alledag, weliswaar aangedreven door zijn verlangen de 'waarheid' te kennen en te leven. Op de cover van het boek staat dat Jezus wordt geportretteerd als een moderne spirituele leraar. Jezus gaat de weg die velen van ons in het leven nu gaan. Er zijn tijden van helderheid, afgewisseld met wanhoop, twijfel en verwarring. En telkens weer het verlangen de

'waarheid' te kennen. Jezus ontmoet in het boek onder andere een Romein, Judas en Maria Magdalena. Telkens weer moet hij zijn houding bepalen. Niet alleen tegenover deze mensen, maar vooral ook in relatie tot anderen die een mening of oordeel over deze mensen hebben. Dat oordeel klinkt als volgt: vanuit de Joodse gemeenschap bezien zijn de Romeinen de bezetters en slecht; Maria Magdalena is, vanuit de Joodskerkelijke traditie bezien een hoer; en Judas is, vanuit de Romeinen gezien, een terrorist. Jezus zoekt zijn weg daarin en schroomt niet tegen de mening van de massa in te gaan. Hij durft alleen te staan en weet passende woorden te vinden voor de situatie. Dat betekent niet dat hij 'partij' kiest. Hij kiest voor de onpersoonlijke waarheid. Chopra voegt een epiloog aan het boek toe waarin hij stukken uit de bijbel plaatst in relatie tot het verlichtingspad van Jezus, dat, zo zegt Chopra, nu niet anders is dan toen Jezus leefde.

Het gaat bij verlichting om een aantal zaken, zegt Chopra, zoals: *Stap 1: Verander je waarneming.* Deze stap ziet op het wijzigen van het beeld van een vermeende vijand gekoppeld aan de uitspraak 'heb je vijanden lief'. *Stap 2: De voorzienigheid van God*

is aan ieder gegeven. Ik lees dat als: de genade van God valt allen ten deel. *Stap 3: Ga voorbij aan uiterlijke schijn.* Je vijand lijkt je vijand te zijn, maar in waarheid zijn we in liefde verbonden. *Stap 4: Aanvaard de liefde van God.* Je bent niet in de steek gelaten. Als Kind van God wordt niets je onzegd. *Stap 5: Kijk met de ogen van de ziel.* Dat het anders kan, kun je aangrijpen. Kijken met de ziel, het hart, geeft een essentieel andere ervaring van de wereld. 'De materiële wereld is een gevolg en geen oorzaak. Aards geluk is een valse afspiegeling van spiritueel geluk. Transcendentie betekent voorbij gaan aan de vijf zintuigen en de voortdurende activiteit van het denkvermogen. Aanvaarden en "ja zeggen" hoort bij een spirituele houding. Drie vragen die je jezelf moet blijven stellen zijn: Voel ik me vervuld en gelukkig door zo te handelen? Is het eenvoudig voor me? Geeft het goede resultaten?' zijn een aantal uitspraken uit de epiloog van het boek.

Els Thissen

Deepak Chopra. *Jezus; een roman over verlichting*. Ten Have. Kampen, 2009. € 18,90

## 29 geschenken



Dit boek is een ode aan het derde principe van AH: Geven en ontvangen zijn in wezen één. *29 Geschenken* is een autobiografie, geschreven in een verhalende dagboekvorm, waardoor het lekker wegleeft. Cami is een aan pillen verslaafde MS-patiënte en op het moment dat ze het helemaal niet meer ziet zitten, krijgt ze van haar oude buurvrouw Mbali Creazzo, een Afrikaanse

medicijnvrouw, een eigenaardig recept. Cami moet stoppen met zichzelf zielig vinden en de komende 29 dagen iedere dag een geschenk weggeven. Dit mag van alles zijn: geld, cadeautjes, maar ook een glimlach of een luisterend oor tellen mee. Voor Cami verandert dit recept haar hele leven. Ze komt namelijk tot de ontdekking dat geven en ontvangen in wezen één zijn. Door haar invaliderende situatie moet ze steeds meer hulp gaan aanvaarden en daar kan ze zich niet bij neerleggen. Al haar energie gaat in het verzet tegen de MS zitten en er blijft geen ruimte over voor constructieve en positieve dingen. Het 'geef-recept' leert haar hoeveel plezier ze zelf beleeft aan het geven en ze komt erachter dat het voor anderen ook een plezierig gevoel moet opleveren als ze haar iets (kunnen) geven. Als zij geen hulp kan ontvangen, ontnemt ze min of

meer deze mensen hun 'plezier' en stopt ze de natuurlijke energie-flow tussen het geven en ontvangen. Met deze verandering in zienswijze gaat het met haar fysiek, als een wonder, stukken beter. Ze kan zelfs na een week al stukjes zonder stok lopen. Zo zie je maar weer dat je op ieder moment een andere keuze kunt maken. Cami heeft dit gedaan en dat heeft haar geen windeieren gelegd. Het boek *29 Gifts (29 Geschenken)* was een New York Times bestseller, ze heeft een website opgezet om de 'geef-uitdaging' aan te gaan, [www.29gifts.org](http://www.29gifts.org), en haar tweede boek komt binnenkort uit.

Linda Bierings

Cami Walker. *29 Geschenken; hoe een maand lang geven je leven kan veranderen*. Aramith. Haarlem, 2010. 262 blz., € 16,95

## Na de dood



De dood intrigeert mij, houdt me bezig, lokt me en verontrust mij. Ik volg een opleiding stervensbegeleiding en ook in dat kader lees ik tegenwoordig veel over sterven en dood. Nu een boek van David Fontana, hoogleraar Transpersoonlijke Psychologie, die al meer dan veertig jaar onderzoek doet naar 'leven na de dood'. De vraag hoe dat leven eruit zou zien,

beschouwt hij als cruciaal voor ons om te weten wie we zijn en waarom we hier zijn. Vooral de literatuurlijst bij dit boek vind ik al heerlijk om te hebben. Fontana is zeer belezen en verwijst naar veel prachtige schrijvers, van Dante tot de Dalai Lama. Een mer à boire, waaruit ik er enkele noem: Wilson, Van Lommel, Swedenborg, Suzuki, Sheldrake, Groff en Jung. Al deze schrijvers hebben hem gestimuleerd bij het vormen van zijn ideeën over de overgang, die wij dood noemen. Achtereenvolgens worden besproken: bijna dood ervaringen, de levensschouw, werkelijk overgaan, de plotselinge dood, aardgebonden geesten, de verschillende niveaus van het leven na de dood en reïncarnatie. Ook Fontana bevestigt dat de dood slechts een overgang is, die niets verandert aan onze verantwoordelijkheden en ook niet aan onze blokkades. Een citaat: 'Maar over

één ding zijn Oost en West het eens. In elk geval worden we door reïncarnatie of door de levensschouw en andere leermomenten in het hiernamaals, door de dood niet perfect' (p. 162). Verblijvend vind ik de 'Laatste woorden' die Fontana noemt, uitspraken die hij heeft verzameld van stervenden op het moment van overgaan. Omdat ze op dat moment iets prachtigs zagen, wil ik er tot slot een paar aanhalen: Thomas Edison: 'het is heel mooi daar'. Frédéric Chopin: 'Nu ben ik de bron van alle gelukzaligheid'. Men zegt: 'Prachtig!' of 'De muziek is zo mooi'. Of: 'Nog meer licht!' (p.62-63). Inspirerend!

Marrigje Dijkema

David Fontana. *Na de dood; wat kunnen we verwachten?* Ankh-Hermes. Deventer, 2010. € 19,90.



## Mandala kaarten van Els Thissen

Te bekijken en bestellen via [www.elsthissen.nl](http://www.elsthissen.nl) of met de bestelbon in dit blad.  
2 identieke kaarten met enveloppe € 3,-  
12 verschillende kaarten met enveloppe € 15,- (excl. verzendkosten).

VHTH, jrg. 6 nr. 1

Als ik mijn innerlijke vrede verlies en dat toeschrijf aan omstandigheden buiten mijzelf,  
maak ik mezelf afhankelijk van die gebeurtenissen.  
Zo geef ik mijn zeggenschap totaal uit handen en ben verbaasd dat ik me onvrij en machteloos voel.

*Els Thissen*

### **ABONNEMENT!**

#### *Gun uzelf een abonnement!*

door het sturen van een e-mail of kaart met uw naam, adres en abonnement 2012 en gelijktijdige overmaking van:

- Nederland: € 18 of meer op postgiro 8905507
- Overige landen: € 25 of meer op IBAN: NL 10INGB0008905507 / 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 2012.

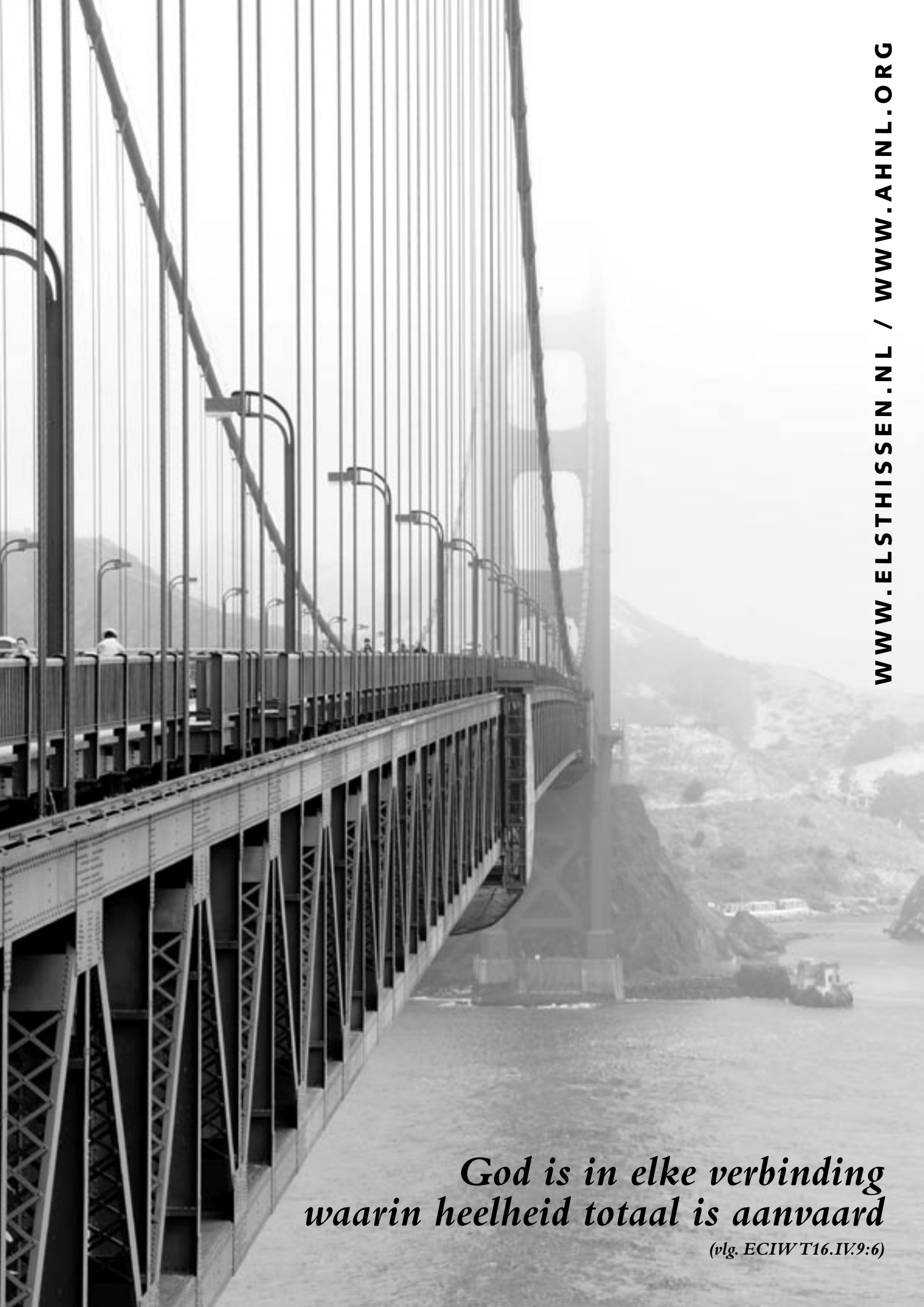
Als u een abonnement neemt worden de reeds verschenen nummers van de lopende jaargang nagezonden.

Een abonnement start in januari en loopt tot wederopzegging.

#### ***Maak verbinding! Geef een abonnement kado!***

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

E-mail: [ahnl@elsthissen.nl](mailto:ahnl@elsthissen.nl) Adres: Van Hart tot hart. Luipertstraat 12, 6237 NM Moorveld.



*God is in elke verbinding  
waarin heelheid totaal is aanvaard*

*(vgl. ECIWT16.IV:9:6)*