

NIEUWS VAN

Zijn

SEPTEMBER 2016 | NR. 2



**SCHOOL & PRAKTIJK
VOOR USUI SHIKI RYOHO REIKI**

Johannes Camphuysstraat 150-152 | Den Haag
070 - 367 79 64 | www.reikicentrum-zijn.nl

DE FLOW VAN ZIJN ... DOOR DE OGEN VAN REBECCA

Als eerste wil ik iedereen bedanken voor de prachtige reacties op de eerste Nieuws van Zijn in november 2015. Nog geen twee maanden later ging de Engelse vertaling naar ongeveer 150 mensen in Australië, Amerika, Canada, Rusland, Oostenrijk, Zwitserland, Duitsland, Denemarken, Barbados, Trinidad, Argentinië, Brazilië, Mexico, Italië, Israël, UK, Polen, Spanje en Estland. Naar mensen die ik persoonlijk ken en van wie ik weet dat ze geïnteresseerd zijn in hoe Reiki in de wereld leeft. De reacties waren ontroerend, prachtig en heel ondersteunend. We werden weer een stukje zichtbaarder. Er kwamen verzoeken om artikelen te schrijven voor de nieuwsbrief van Reiki Foundation International. En op een ochtend vond ik een berichtje in de mailbox van een Amerikaanse collega: 'Just thought of how beautifully you and your students are bringing spirituality and love to the world.'



De helpende handen om Reikicentrum Zijn voor te bereiden op een event van negen dagen kwamen! Spullensjouwers namen overbodige spullen uit het magazijn mee voor eigen gebruik, of brachten ze naar kringloop en grofvuil. Door diverse klussers werd het magazijn opgeruimd en met eenvoudige middelen omgetoverd tot een bijkeuken, annex opslagruimte. Later bleek het ook mogelijk er een gezellige logeerkamer te creëren. De toiletruimte op de begane grond kreeg na 14 jaar eindelijk een gezellig kleurtje. Het logeerkamertje op de eerste etage, dat ook kleedruimte is voor de yogagroep, kreeg een raam met ventilatie. Leuk detail aan dit zeer eenvoudige kamertje is dat bijna iedereen die er heeft geslapen het 'mijn kamertje' noemt. We organiseerden extra schoonmaakhulp en helpers voor de avondafwas, huurden een kok in, en we waren klaar om de groep Reikimasters uit Rusland en Oezbekistan te ontvangen die hier met Phyllis Furumoto ging werken. Voor het eerst hadden we zo lang een groep in huis en dat was best spannend. Maar mede door de goede voorbereiding werd het voor alle partijen een mooie en warme tijd. Zo leerden we dat we ook evenementen van deze grootte kunnen organiseren. Dus toen we begin juli een 2-daagse Engelstalige workshop voor 23 deelnemers in huis hadden met onze twee pas gepromoveerde doctors in Reiki, Jojan Jonker en Dori Beeler, liep alles op rolletjes.

Er dienden zich een paar organisatoren voor workshops aan en één voor filmavonden. En ook al is het even uitgesteld door ziekte van de organisator, we hebben een mooi team voor het YouTube-project. We hebben Joost en Lilian, twee koks die al werk voor Zijn doen, en nog twee koks op de achtergrond die we zo nodig kunnen vragen. En mijn dochter en schoonzoon gingen spontaan een geveltuintje aanleggen, wat het Reikicentrum een bloeiend aanzien geeft.

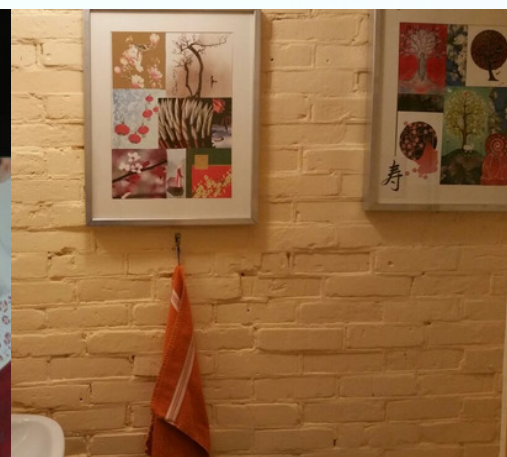
Wat nog niet gerealiseerd is? Een administratieve kracht, het afronden van een adressenbestand in Mailchimp waar al uren werk in zit, nieuwe gordijnen in de cursusruimte, hulp bij kleine klusjes en het vertalen van de website. Dus grijp je kans als je ook wilt bijdragen aan een gezond groeiend Reikicentrum Zijn.

Op praktisch energiegebied zijn we echt gaan vernieuwen. Sinds dit jaar ontvangt het Reikicentrum elektriciteit via de zonnepanelen van Wiljo Kraayenbrink, een boer uit Aalten. Het geeft een fantastisch gevoel om te weten waar je stroom vandaan komt! Toen een paar maanden later de 25 jaar

oude cv-ketel ermee stopte, sponsorde de huisbaas deels een nieuwe ketel. Omdat we al plannen hadden voor de uitbreiding van de warmwatervoorziening beneden, hebben we toen niet gekozen voor een boiler maar voor een combiketel. De meerprijs konden we betalen dankzij de ontvangen donaties.

Daarmee hebben we ook de vervanging van het ruim 40-jarige gasfornuis betaald. Door de energiebesparing die deze vernieuwingen gaan opleveren, verdienen we op termijn ook weer wat terug.

In mijn ogen laat de flow van Zijn zich vooral zien in de vorm van dienstbaarheid. Dienstbaar zijn aan het grote(re) geheel; ruimte scheppen voor het potentieel dat in ieder mens aanwezig is; elkaar bemoedigen en bekrachtigen zonder dwingend te zijn. Een open cirkel vormen voor iedereen die hier deelgenoot van wil zijn; de geschenken van Reiki eren door bewust te beoefenen en tijd vrij te maken voor een bewuste gezamenlijke beoefening. Reiki een plaats geven in ons leven en inzicht krijgen over onze eigen plaats in het leven.

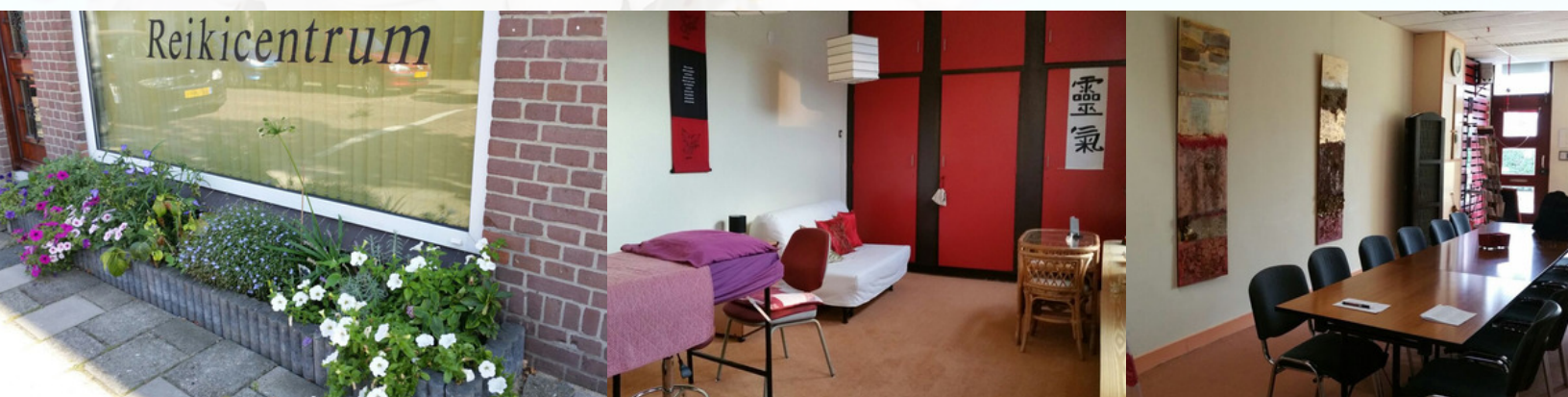


Er hebben zich nog nooit zoveel bereidwillige handen en harten aangemeld voor de Reikibehandelingen aan dak- en thuisloze vrouwen op de Verwendag op 8 maart. Een aantal studenten hebben ook Reikibehandelingen aan vluchtelingen in AZC's gegeven, namens Reiki Wereld Wijd. Tijdens de mastertraining voor de derde master die ik heb ingewijd, kookten studenten van Zijn die week bijna dagelijks voor ons. En voor het inwijdingsfeestje dat volgde werden hapjes verzorgd door weer andere studenten van Zijn. Ook collega-Reikimasters bieden regelmatig hun hulp aan.

Reikicentrum Zijn leeft, we horen steeds vaker dat het een 'Home' wordt genoemd. En dat is niet alleen in Nederland, getuige een reactie op de Engelse uitgave van het vorige Nieuws van Zijn. 'I'm so excited to see for real what Reiki Home will look like, because it feels to me that your center is a taste of what we are building in the international community.' Ook de activiteit van het Reikicentrum spreekt mensen aan. Nieuwe studenten laten steeds vaker weten een plek te hebben gezocht waar ze ook na het ontvangen van de 1e Reikigraad verder kunnen groeien in groepsverband.

Het Reikicentrum bewaren voor de toekomst is voor mij nog net zo onwerkelijk als het feit dat het al bijna 15 jaar op deze plek bestaat. Toen ik in een paar dagen tijd twee keer hoorde dat collega's het wel voor meerdere generaties door zagen gaan, dacht ik alleen maar aan het wonder van Reiki. Voor nu weet ik alleen dat mijn leven en werk het afgelopen jaar zeker niet rustiger zijn geworden, en ik geniet van alle mogelijkheden die zich aandienen om te onderzoeken hoe we kunnen groeien naar gedeeld leiderschap. Dat is mijn toekomst.

Rebecca



VOOR IN JE AGENDA ...

Woensdag 28 september 2016, start 13-weekse Reiki behandelcyclus, wekelijks van 19.30 - 22.30 uur, voor alle graden. Het wekelijks ontvangen en geven van een Reikibehandeling in een groepssetting. **Investing:** € 150,- (voor 13 x, evt. in 2 termijnen). [Meer info en inschrijfformulier](#)

Vrijdag 30 september t/m zondag 2 oktober 2016, Reiki Resource Development - Europa, jaarcursus met Ben Haggard. 4e weekend met een vaste groep. In maart 2017 starten we met een nieuw jaar en kan de groep uitgebreid worden met meer deelnemers. [Interesse? Neem eens contact op met Rebecca, Annemarie of Anne](#)

Dinsdag 4 en woensdag 5 oktober 2016, Basisworkshop Reikisymbolen, met Reikimaster Fokke Brink. Tijden: dinsdag 9.30 tot 17.00 uur/woensdag 9.30-12.30 voor 2e graads en masters. Woensdagmiddag 14.00-17.00 uur alleen voor masters. **Investing:** 2e graad € 210, master € 260,- (incl. koffie/thee, materiaal, zelf lunch meenemen). [Aanmelden en informatie: organisator Christina Spies, christina@two-hands.nl of 06 1881 2965](#)

Donderdag 6 t/m zondag 9 oktober 2016, Reiki for a Better world, workshop met Phyllis Furumoto, Ben Haggard en Jessica Palin. In Almaty, Kazachstan. [Rebecca gaat, want zij zat in het ontwerpteam voor deze workshop! Misschien wil je wel met haar mee?](#)

Donderdag 6 oktober 2016, workshop Opstellingen met Fokke Brink, van 9.30 - 17.30 uur. **Investing:** € 80,-, zelf lunch meenemen. [Aanmelden en informatie: organisator Anja van Brenk, avbrenk@xs4all.nl of 06 5164 2903](#)

En verder:

13 oktober | **Lezing Emily Jane Lowe: leven zonder afval** | € 15,-

15 en 16 oktober + 2 november | **HFT en Geld** | € 270,-

17, 20 en 21 oktober | **2e graad Reikiklas** | € 500,- + € 45,-

27 t/m 30 oktober | **1e graad Reikiklas** | € 150,- + € 45,-

17 t/m 20 november | **Reiki Stilteretraite in Reikicentrum Zijn** (meer info volgt)

24 t/m 26 november | **1e graad Reikiklas** | € 150,- + € 45,-

29 november + 1 en 2 december | **2e graad Reikiklas** | € 500,- + € 45,-

20 t/m 22 januari 2017 | **Exploring your unique relationship with the spiritual lineage, met Melanie Hoffstead** (meer info volgt)

19 mei 2017 | **Verhalen over mevrouw Takata, met Rick Bockner** (meer info volgt)

20 en 21 mei 2017 | **Growing into the 5th principle met Rick Bockner** (meer info volgt)

Op zaterdag 23 april 2016 kwam het Kernteam Vrienden van Zijn bijeen met de intentie om gezamenlijk de missie van Reikicentrum Zijn te verwoorden. Een heel proces, want ons uitgangspunt was dat elk lid van de cirkel 100% achter elk woord uit de missie zou staan. Zonder compromissen te sluiten. Dat leverde een mooie, boeiende dag op - en onderstaande missie.



"Reikicentrum Zijn biedt iedereen een veilige plek voor balans en spirituele ontwikkeling vanuit Reikibeoefening,
door samen te oefenen, ervaringen te delen en ons mens-Zijn te eren,
zodat ons ware potentieel tot uitdrukking komt in een gezond, bezielde leven in verbinding met alles wat leeft."

Wat vind je ervan? Herkenbaar en aansprekend, of juist niet? We horen het graag. Voel je vrij om je reactie te mailen naar Anne:
anneboerrigter@hotmail.com

HANS NEEMT AFSCHIED VAN HET KERNTTEAM



Vanaf het eerste moment is Hans lid van het Kernteam. Met elkaar hebben we eerste stappen gezet aan het versterken van het energetisch veld van het Reikicentrum en een mooie basis neergezet. Het werken met elkaar geeft ons allemaal veel energie en is heerlijk om te doen. Helaas kreeg Hans de afgelopen maanden last van zijn gezondheid en kon niet meer de bijdrage aan het team leveren die hij wilde. Hans heeft daarom besloten om zijn taken voor het Kernteam neer te leggen en zich te focussen op zijn herstel. Een logisch en goed besluit. Gezondheid is het belangrijkste! Dank je wel Hans voor je inzet, ideeën en energie! En er is altijd een plek voor je vrij in het team!



ANNE BOERRIGTER
anneboerrigter@hotmail.com



REBECCA BREDEHOF
reikicentrum.zijn@hetnet.nl



LILIAN VAN DER ZANDEN
lvdzanden@casema.nl



ANNEMARIE KARSTEN
am.karsten@gmail.com



ELLA FONDSE
ellafondse@tiscali.nl



WILLEMIJN LEEDEKERKEN
reikimijtje@gmail.com

NIEUW IN HET KERNTTEAM: WILLEMIJN LEEDEKERKEN



'Een tijdje geleden vroeg Rebecca mij of ik deel wilde worden van het Kernteam Vrienden van Zijn. Mijn hartevolle JA heeft misschien enige uitleg. Ik ben een collega-Reikimaster en sinds bijna 20 jaar vriendin van Rebecca. Wij delen wat dromen wat betreft de positie van Reiki in de samenleving/wereld en de rol die Reikicentrum Zijn hierin kan vervullen.

Vanaf begin 2009 begon onze intensieve samenwerking voor het creëren van de School voor Usui Shiki Ryoho. In 2010 hebben wij dit concept gepresenteerd tijdens de OGM Retreat in Amerika. Vele activiteiten zijn van hieruit ontstaan.

De beweging van Rebecca ging steeds meer naar buiten. Die van mij steeds meer gericht op mijn persoonlijk leven, de kring dichtbij en mijn eigen praktijk. Inmiddels is er bij mij weer meer ruimte ontstaan en mijn eerste stap naar buiten maak ik graag naar en voor 'Zijn'.

Na onze oorspronkelijke visie is er veel in 'Zijn' gerealiseerd. Het Kernteam is ontstaan, vanuit studenten van het centrum. Er worden naast de gewone Reiki klassen vele workshops gegeven. Internationale gasten komen verdiepende workshops geven. En voor mij de mooiste realisatie van een droom: de recent gegeven workshop van Jojan Jonker en Dori Beeler. Dat er nog veel mogen volgen. Ook zie ik het centrum als groeiplaats voor collega-Reikimasters, waar ik zelf ook weer een bijdrage aan hoop te leveren. En wie weet wat er verder nog allemaal volgt. 'Zijn' als Reiki Home, zoals er zoveel in de wereld kunnen ontstaan ... Reëel, zowel als virtueel.'

WELKOME ONDERSTEUNING: TABINE ZOETHOUT



'Op 4 maart 2008 stapte ik voor het eerst bij Rebecca binnen voor een Reikibehandeling. En vanaf dat moment is mijn leven totaal op zijn kop gekeerd en 180 graden gedraaid. Lichamelijk en geestelijk ben ik zo geheeld, niet in woorden uit te drukken. Toen ik nog in Den Haag woonde was Reikicentrum Zijn echt mijn tweede thuis. Nu ik verder weg woon, kom ik er nog graag en blijf vooral graag betrokken bij het Reikicentrum. Dus toen Rebecca mij vroeg om secretaresse van het Kernteam te worden, kon ik alleen maar JA zeggen.'



Reikistudent Marlies Happé

Over de behandelcyclus



'Ik heb tijdens de 13-weekse behandelcyclus meer Reiki ontvangen en gegeven dan ooit daarvoor. Ik heb het ervaren als een hele bijzondere ontdekkingstocht. Bij aanvang van deze cyclus van groepsbehandelingen had ik een duidelijk doel. Ik wilde Reiki integreren in mijn dagelijks leven door iedere dag een zelfbehandeling te doen. Dat doel heb ik gehaald. Maar wat ik veel belangrijker vind is dat ik zo van de reis geniet. Naast de duurzame en liefdevolle verbinding die ik ervaar met onze groep heb ik zelfs in de afgelopen periode momenten van euforie ervaren. Wat een geschenk! Reiki heeft er verder voor gezorgd dat ik met 'nieuwe' ogen naar de wereld kijk en alles is opeens een stuk mooier. Ik kan met mijn hand op mijn hart zeggen dat Reiki mijn leven heeft verrijkt!'

Reikistudent Tabine Zoethout

Over de Reiki praktijktraining Raken & Aanraken I

'Terugdenkend aan deze training borrelen twee woorden bij me op: helder en praktisch. Hoe communiceer je bijvoorbeeld over Reiki, hoe vertel je een nieuwe cliënt erover, hoe leg je uit hoe een behandeling gaat? Ik dacht destijds: dat wordt nog wat, maar toen ik het vijf jaar later daadwerkelijk ging doen en mijn praktijk begon, had ik wat ik wilde vertellen zo op papier. Ik realiseerde me hoeveel ik had geleerd. Tijdens de training ontvang je zelf ook minimaal wekelijks een Reikibehandeling. Dit gaf me grond, houvast, in een periode van persoonlijke groei waarin er voor mij veel speelde. Wat me het meest in Rebecca heeft geraakt is haar helderheid. Ze weet goed uit te leggen, begrijpelijk voor jan en alleman.'



'IK HEB ERVAREN DAT FAMILIETHEMA'S ALTIJD ACTUEEL BLIJVEN ALS ER GEEN BEWUSTZIJN OP KOMT'

Reikimaster Jolanda Nieuwstraten
over meedoen aan *Healing the Family Tree with Reiki* (HFT)



Reiki-CV

1993: 1e graad

1994: 2e graag

1997: mastergraad

(in totaal 23 jaar Reiki)

Jolanda Nieuwstraten 'deed' Healing the Family Tree with Reiki (kortweg HFT) en Healing the Reiki Family Tree with Reiki in Reikicentrum Zijn, onder begeleiding van Marta Getty.

Hoe heb je HFT ervaren?

'Ik heb het als wonderlijk ervaren dat de familiethema's van mij en de partner waarmee ik werkte, tegenover elkaar leken te staan. In mijn familie was er een patroon van altijd de lieve vrede willen bewaren. Ik heb ervaren dat familiethema's altijd actueel blijven als er geen bewustzijn op komt. Na HFT is het thema van 'je inhouden' veranderd. Ik ervaar een grotere vrijheid van keuze om de communicatie aan te gaan. Ik heb ook ervaren dat mijn moeder ineens andere keuzes durfde te maken, ook al zou dat betekenen dat zij daar eventueel een ander mee zou kwetsen.'

Is dit met meer thema's gebeurd?

'Ik voel meer vrijheid om een collega te vragen mij te ondersteunen om een opgekomen thema aan te pakken. HFT heeft mij een instrument gegeven.'

En de thema's in de Reikifamilie?

'Voorafgaand aan HFT en HFT van de Reikifamilie had ik mijn master 10 jaar niet had gezien. Het contact is op een wonderlijke wijze opnieuw ontstaan. Er waren dingen gebeurd in het verleden waardoor ik het gevoel had gekregen er alleen voor te staan en alles zelf te moeten uitzoeken. Nu voel ik dat het juist goed is geweest om alleen mijn weg te vinden.'



KOKEN = ENERGIE

Door Lilian van der Zanden

Lilian van der Zanden werkt regelmatig als kok voor Reikicentrum Zijn. 'Als ik kook voor mensen ben ik in mijn element. Rebecca zei me eens: 'als jij in de keuken staat ben je als één geheel. Je hart, geest en lijf zijn dan helemaal in balans'. Volgens mij past dit bij wat we met Reiki proberen te bereiken. Het is dan ook heerlijk om op gezette tijden te mogen koken voor groepen in het Reikicentrum! Alles komt dan samen. Het koken, het zorgen voor mensen en de Reiki-energie! Dit doe ik nu nog naast mijn baan als salesmanager bij een grote multinational.

Het koken beschouwde ik altijd als mijn inspiratiebron en energiebron om mijn 'normale' werk te kunnen doen. Ik voelde dan ook altijd dat ergens het roer om moest en ik mijn hart moet volgen om één te worden. Dat is een proces van jaren geweest en nu is het dan eindelijk zover. Het roer gaat om! Per november ga ik me helemaal richten op lekker eten, gezondheid en advies over vitaliteit!

Een van de aspecten waarmee ik jullie graag wil laten kennismaken is de *raw food*-keuken. De filosofie achter rauw voedsel is, dat het voedzaam is voor lichaam en geest. Verse producten bevatten levende en gezonde enzymen, die afsterven wanneer ze boven de 45° Celsius worden verhit. Door niet te verhitten blijft de 'vitaliteit' van het voedsel behouden en krijgt het lichaam energie, kan het genezen en ontgiften. Een prachtige aanvulling op Reiki dus! Bovendien is *raw food* superlekker! Kijk maar naar deze heerlijke *raw lasagne*! Wil je het recept of wil je meer weten over *raw food*? Stuur me dan een e-mail via lvzanden@casema.nl. Dan deel ik het recept met je.

En mocht je een kok zoeken? Dan kom ik graag voor je koken!



DE WAARDE DOORGEVEN VAN EEN FYSIEKE PLEK OM IN GROEPEN REIKI TE BEOEFENEN

Zoveel Zonlicht Reiki in Zeist

Anne Boerrigter is een van de studenten van Rebecca en onder haar handen ontstaat, stap voor stap, een Reikiplek voor groepen in Zeist. 'In 2005 stapte ik voor het eerst over de drempel van Zijn in Den Haag. Ik keek Rebecca aan en wist: hier moet ik zijn. Het beschikbaar zijn van een fysieke plek waar je Reiki kon ontvangen en beoefenen, was een zegen voor mij. Het was zichtbaar, concreet. Later kwam daar een diep gevoel van thuiskomen bij. Vooral het wekelijks Reiki uitwisselen in een groep heeft diepe indruk op me gemaakt.

Nadat ik zelf - in Reikicentrum Zijn - tot master was ingewijd, en dik een jaar later moeder was geworden, bleef er één ding recht overeind: mijn wens om datgene wat ik ontvangen had, door te geven. Een plek, niet alleen om Reikiklassen te geven, maar ook voor Reikistudenten om wekelijks in groepen Reiki te beoefenen, om cirkels te vormen, zodat ze het effect hiervan op hun leven en beoefening kunnen ervaren. Maar met een baby bleek lesgeven in de huiskamer niet makkelijk. Hoe klein ook, onze Daav nam met gemak het huis over! Meermaals ben ik met hulp van mijn gulle huisbaas uitgeweken naar een leeg appartement in hetzelfde pand, om een Reikiklas te geven.

Na lang zoeken vonden mijn man en ik een bijzonder huis. In Zeist. Met een grote bedrijfsruimte op de begane grond: plaats genoeg voor een groep! En met een kas in de tuin. Het voelt als een wonder! We verhuisden uit Amsterdam, en ik zet me ervoor in dit tot een plek te maken waar vele Reikistudenten zich thuis zullen voelen. Ook dat is doorgeven van dat wat ik ontvangen heb in Zijn! Wel voelde ik dat er nog iets anders nodig was: mijn baan opzeggen. Per 1 november begin ik voor mezelf. Het besluit is me niet makkelijk gevallen, maar sinds ik heb besloten voel ik me zo blij! Reiki roept me op te durven horen waartoe ik geroepen word, er verantwoordelijkheid voor te nemen en me niet kleiner te maken dan ik ben. Kortom: om zichtbaar te zijn, als mezelf. Ook dát is het veld van Reikicentrum Zijn.'



OP AVONTUUR IN REIKICENTRUM ZIJN

Lieve vrienden,

Ik schrijf jullie vanuit mijn thuis in het lommerrijke Warwick in het Verenigd Koninkrijk, om een aantal van mijn ervaringen met jullie te delen uit de tijd die ik doorbracht in het Reikicentrum in Den Haag.

Ten eerste moet ik bekennen dat ik normaal gesproken geen blije reiziger ben, hoewel ik er soms naar verlang andere plaatsen in onze wereld te zien met mijn eigen ogen in plaats van door de lens van een televisiecamera of, meer recent, door het mysterieuze oog van de webcam. Maar, oh, mijn hemel – wat ben ik gaan houden van mijn kleine tas inpakken, een snelle trein naar het vliegveld nemen, en door de lucht hoppen om te landen op Schiphol – om me door weer een andere trein naar Den Haag te laten brengen.

Waarom kom ik er zo vaak? Nou, in de afgelopen jaren heb ik deelgenomen aan intensives, die afwisselend werden begeleid door Phyllis Furumoto en Paul Mitchell en waarbij Ben Haggard fungeerde als Resource. En toen ik hoorde dat Ben Resource Development aanbood aan de Reikigemeenschap werd ik met een bijna brandende intensiteit geroepen om te leren wat het zou betekenen om zelf een Resource te worden.



Sinds dit werk steeds vaker wordt omarmd in onze gemeenschap, heb ik de Reikikringen waarbij ik betrokken ben, een echt brede visie zien ontwikkelen. Eentje die komt vanuit het perspectief van mogelijkheden creëren, in plaats van de meer gebruikelijke houding: problemen oplossen. Ik heb direct een enorme opwaartse verschuiving in een deel van mijn eigen bewustzijn ervaren, en in het bewustzijn van mensen om me heen. Het was alsof er tussen ons, waar we ook waren of niet waren (!) in ons begrip van het proces, een energieveld werd geteeld door onze inspanningen, ons verenigend in werken met een duidelijke bedoeling. Ongebruikelijk genoeg is dit werk niet meetbaar in 'resultaten', in de zin waarin we dat woord normaal gesproken gebruiken. Maar de gevolgen ervan kunnen subtiel worden gevoeld als een helende lentebries die waait door de hele Reikigemeenschap.

Ik gebruik het woord 'inspanningen', omdat, als een beginner in de beoefening van regeneratief denken en het gebruik van levende kaders, ik heel snel tot de ontdekking kwam dat hier een nieuwe taal te leren was. En dat het leren ervan doorzettingsvermogen zou eisen en de bereidheid om uit gewone reacties te springen – en de bereidheid om 'moedig te gaan' (ken je Star Trek?) naar het onbekende. Wat dat zowel eenvoudiger en spannender maakt, is dat ik deze reis maak met een betrokken, open en warme groep mensen, die nu een sterk ondersteunende gemeenschap geworden is. Dus, hier is de paradox: het is werk dat inspanning vereist en toch met een eenvoudige flow gebeurt.

Ik kijk toe met verbazing terwijl deze manier van denken ons transformeert, samen met onze ambities, soms ongemerkt en soms snel, maar met zo'n gemak en gratie dat het mij de adem beneemt. Wat een zegen voor onze Reikigemeenschap in deze enorme overgangstijd, zowel binnen onze eigen wereld en in de wereld in het algemeen. Wat een zegen om zulk diep werk te kunnen doen, met een lichte en vrolijke 'touch'!

Wat betreft het Reikicentrum als een entiteit (energielichaam, red.): het is voor mij een duidelijke manifestatie van Reiki Home waar ik mij geheel welkom en ontspannen mag voelen. Zelfs als mijn metgezellen gezellig aan het kletsen zijn in het Nederlands!

Rebecca en ik ontmoetten elkaar enkele jaren geleden; ik heb altijd een bijzondere band met haar gevoeld, dus om haar te ervaren op 'haar plek', de fysieke manifestatie van haar werk en haar dromen, is meer dan een plezier: het is een bron van inspiratie en een genot, net als het is om tijd door te brengen met Ben en zo'n mooie groep mensen die werk doen dat telt, en die een duidelijke bijdrage kunnen leveren aan onszelf en anderen, in steeds wijder wordende kringen. Het Reikicentrum, door het harde werken van Rebecca en haar Kernteam, biedt de ruimte en mogelijkheden voor uitbreiding en nieuw leren voor eenieder die wil meedoen. Dat is een grote en achtenswaardige prestatie, die naar mijn mening moed, vertrouwen en samenwerking vraagt. Ik houd ervan daar te zijn.

Over de taal gesproken: ik kan niet geloven hoe goed iedereen Engels spreekt, zelfs als ze denken dat ze dat niet doen!

Dit brengt mij bij mijn gastvrouw, Annemarie Karsten. Jullie weten misschien wel dat Annemarie en haar man een jaar in Londen hebben gewoond, dus haar Engels is erg goed. Dan zegt ze: 'Doe geen moeite om te proberen Nederlands te leren, want we vinden het alleen maar irritant en hebben liever dat je Engels spreekt.' (Ze was trouwens niet de enige die me dit vertelde – het maakte me aan het lachen!) Ik heb steeds een geweldige tijd tijdens mijn verblijf bij Annemarie; zij en haar man zijn altijd gastvrij en zorgen erg goed voor mij. Maar wat het echt bijzonder maakt is dat we onze ervaringen kunnen delen over de Resource Developmentcursus, en praten over Reiki. Ik geloof dat we een warme vriendschap aan het kweken zijn, die ik echt waardeer.

En mijn hemel, jullie Nederlanders houden zeker van trappen? Zowel bij Annemarie als bij Rebecca geloof ik dat ik echt fit kan worden, op en neer lopend de trap! Ik hou van de grootte en de verscheidenheid van jullie gebouwen. Ik hou van jullie markten, jullie gracieuze steden en interessante architectuur, en het altijd aanwezige water van de grachten en de zee. En de duinen – Annemarie en ik hebben een geweldige dag doorgebracht met wandelen in de duinen, genietend van de wilde bloemen en de vogels, de golvende zee en het zand.

Ik geniet van al mijn avonturen in Den Haag, en ik ben blij om te zeggen dat het erop lijkt dat ik nog de komende jaren zal genieten van dit deel van mijn Reikileven. Tot ziens eind september, Reikicentrum!

Met liefde en veel dankbaarheid,

Sally Pickard, Reikimaster
Warwick, UK

De Energiegroep van Zijn



Een team van Reikistudenten, onze 'Energiegroep', stuurt regelmatig Reiki naar Reikicentrum Zijn. Inmiddels zijn Attie Aarsen, Bernadette Gulickx, Liesbeth van den Brink, Netty Hakkaart, Tabine Zoethout, Ella Fondse, Hans Klein en Chelly Dekker lid van deze groep.

Ella, die de Energiegroep coördineert, zegt hierover: 'Ik vind het fijn om de verbinding met elkaar en het Reikicentrum Zijn te voelen. De ervaringen delen maakt deze verbinding sterker en hechter. Ook komen we als groep twee keer per jaar bij elkaar, het is waardevol om elkaar ook 'fysiek' te ontmoeten. Met een kleiner groepje hebben we twee keer 21 dagen achtereen Reiki gestuurd. Dit was heel bijzonder. Ook uit de respons van Rebecca kwam naar voren dat het duidelijk merkbaar was in het Reikicentrum. De laatste keer van de 21 dagen waren daar veel activiteiten, onder andere een workshop met Phyllis. In de woorden van Rebecca: "Het Reikicentrum Zijn werd als het ware omhuld en doordrenkt door een warme laag van zorg en aandacht".'

Reiki sturen naar Reikicentrum Zijn

*maakt me blij
doet me verbonden voelen met
Reikicentrum Zijn en speciaal Rebecca
doet me zo de verbinding voelen met
de anderen van de groep
voelt warm
brengt rust
doet de energie flink stromen
brengt balans
doet me voelen alsof alles mogelijk is
maakt me meer zelfverzekerd
geeft me vertrouwen
doet me glimlachen
doet me gelukkig voelen*

Tabine Zoethout

Ook meedoen?

Ben je tweedegraads Reikistudent of master, en wil je ook meedoen met de Energiegroep van Reikicentrum Zijn door met regelmaat Reiki naar het centrum te sturen? Graag, je bent welkom! Stuur daarvoor een mailtje naar de coördinator van de Energiegroep, Ella Fondse: ellafondse@tiscali.nl.

OVER DONATEUR ZIJN EN DE VERWENDAG

Op zaterdag 18 juni 2016 hebben we tijdens een heuse Verwendag de donateurs van Vrienden van Zijn in het zonnetje gezet om hen te bedanken voor hun donatie. Het is enorm waardevol voor het Reikicentrum en ook voor Rebecca, dat het centrum deze financiële bijdragen heeft mogen ontvangen. Met elkaar hebben we kunnen bijdragen aan het versterken van het energetisch veld van het Reikicentrum. En dat hebben we gemerkt! Er is zoveel gebeurd. Prachtige herinneringen hebben we aan de Storytelling Day met Marta Getty, Phyllis Lei Furumoto met haar Russisch sprekende groep, de weekenden Reiki Resource Development met Ben Haggard en de workshop van Jojan Jonker en Dori Beeler. Naast haar 'gewone' Reikiwerk, gaf Rebecca zelf twee prachtige workshops Healing the Family tree with Reiki en een workshop HFT en Geld. Maar ook de vertrouwde en heerlijke Reikicyclusavonden hebben de energie verrijkt. Tijdens de Verwendag hebben we met elkaar gesproken over wat het donateurschap voor ieder van ons betekent. Graag delen wij Jetskes ervaring met jullie. Een prachtig verhaal over haar kijk op het donateurschap.

Wil je ook financieel bijdragen aan Reikicentrum Zijn? Je kunt jouw donatie overmaken naar IBAN-nummer NL71 INGB 00 0426 1019 (BIC INGB NL2A) ten name van Reikicentrum Zijn in Den Haag o.v.v. Donatie Vriend van Zijn. Wil je daarna ook een mailtje sturen naar Annemarie Karsten (am.karsten@gmail.com) met daarin je naam en rekeningnummer? Dat helpt ons om alle donaties thuis te brengen.

Jetske: 'Ik kom al jaren elke week in het Reikicentrum om Reiki uit te wisselen. Heerlijk! Ik zou het niet willen missen. Maar toen er vorig jaar gevraagd werd om donateur te worden van het Reikicentrum voelde ik mij niet direct geroepen. Integendeel, het riep juist weerstand op in plaats van het enthousiasme dat andere mede-Reikistudenten hadden. Waarom zou ik donateur worden? Waar hebben ze dat geld voor nodig? Ik lever mijn bijdrage toch al door aan veel activiteiten mee te doen? Ik stond dus niet te trappelen, maar ik had ook een wat dubbel gevoel. Daarom besloot ik om het even te laten rusten en er ondertussen over na te denken.

Lees verder op de volgende pagina



Ik heb de afgelopen jaren geleerd van mijn mede-Reikistudenten en master dat weerstand ergens vandaan komt en vaak meer iets over jezelf zegt, dan over de situatie op zich. Een mooie kans dus om misschien weer iets bij te leren. En na een paar weekjes intern processen, herkende ik inderdaad een oud patroon. Mezelf verbinden aan een groep waarbij het onduidelijk is wat er gaat gebeuren (en dus ook wat er met mij en in dit geval mijn geld gaat gebeuren): daar voel ik me heel ongemakkelijk bij en dat gevoel kwam hier weer bovendrijven. Maar waar komt dat dan vandaan? Het sleutelwoord voor mij hier is vertrouwen. Ik moet vertrouwen hebben dat ik deel uitmaak van de groep en dat de groep er voor mij is. Dus heb ik aan mezelf de vraag gesteld: vertrouw ik de mensen in het Kernteam? Jazeker! Zouden zij om een bijdrage vragen als dat niet nodig was? Nee. Help ik hiermee om het Reikicentrum draaiende te houden? Ja. Dus vertrouw ik erop dat ze iets goeds met het geld gaan doen? Ja ... maar toch even de kat uit de boom kijken en met een kleine bijdrage beginnen. Dat was een jaar geleden.

De Verwendag

Nu zijn we een klein jaartje verder. Om de donateurs te bedanken voor hun donaties werd er afgelopen juni een verwendag georganiseerd in het Reikicentrum. Deze begon 's morgens met een geleide zelfbehandeling door Phyllis (op cd). Hier kon ik helaas nog niet bij zijn, maar ik hoorde dat het een hele speciale ervaring was. Daarna had het Kernteam een heerlijke lunch gemaakt met zelfgemaakte soepen, brood, speciale kaas en nog veel meer.

Er werd gezellig bijgepraat door iedereen en de lunch was zo om. Na de lunch werd ons gevraagd waarom we donateur waren geworden en iedereen had zo zijn eigen verhaal. Ook het Kernteam vertelde over hoe zij op het idee waren gekomen en hoe ze daar afgelopen jaar invulling aan hebben gegeven (ze willen je er vast meer over vertellen als je ernaar vraagt!). Na al deze mooie verhalen legde Rebecca uit wat er gedaan was met het geld. Voor mij maakte dat op dat moment al helemaal niet meer uit. Ik had al gehoord en gezien hoeveel enthousiasme, blijheid, mooie dingen en energie alle bijdragen hadden opgeleverd. Daarna hebben we ontspannen Reikibehandelingen uitgewisseld. Als laatste had Lilian een verrassende opdracht. Elk van ons kreeg een kaartje met de naam van degene die naast ons zat. Daarop werd gevraagd om op te schrijven waarvoor je diegene dankbaar was. Vervolgens ging het kaartje naar de volgende persoon totdat iedereen had opgeschreven waarvoor hij of zij je dankbaar was. Soms best lastig als je iemand nauwelijks kent. Maar zelfs dan is er wel iets om diegene dankbaar voor te zijn, iets wat ze hebben gedeeld, een fijn gesprekje of hun opgewekte uitstraling. Aan het einde kregen we elk een mooie roos met daaraan het kaartje waarop iedereen had geschreven waarvoor ze je dankbaar waren. Heel bijzonder om te krijgen! Een mooie afsluiting van een hele fijne dag. Ik ben heel blij dat ik donateur ben geworden en deel uit mag maken van deze groep en deze energie! Lilian, Annemarie, Ella, Hans, Anne en Rebecca, bedankt! Ik hoop dat jullie er met alle plezier en energie mee door gaan. En oh ja, ik heb mijn bijdrage inmiddels verhoogd.'

HEL(P)ENDE HANDEN

Wil jij bijdragen aan een gezondere wereld voor jezelf en de mensen om je heen? Een wereld in verbinding? Bij Reikicentrum Zijn zijn we heel blij met jouw unieke bijdrage. Zo zoeken we vrijwilligers voor de volgende klussen.



1

KLUSCOÖRDINATOR

In Reikicentrum Zijn zijn altijd wel kleine klussen te doen. Het zou ontzettend fijn zijn als iemand kluslijsten kan maken en de juiste personen bij de klussen kan vinden.

2

ALGEMENE KLUSHULPEN

Mensen die kunnen helpen lampen indraaien, schroeven aandraaien, behandelafels repareren ... jullie zijn welkom!

3

GORDIJNENNAAIERS

De gordijnen op de eerste etage zijn aan vervanging toe. Wie wil ze voor ons naaien?

4

WORKSHOPORGANISATOREN

Achter elke workshop bij Reikicentrum Zijn zit een organisator. Als organisator verbind je je per workshop, bijvoorbeeld aan een workshop Reikisymbolen Kalligrafie. Je houdt contact met de workshopleider, doet de pr, houdt inschrijvingen bij en regelt praktische zaken. Ook ben je bij de workshop aanwezig. Superleerzaam en verrijkend om te doen!

5

ADMINISTRATIEVE KRACHT

Rebecca zoekt een ervaren administratieve kracht voor ongeveer 10 uur in de week. Zoek je vrijwilligerswerk in een warm, inspirerend kantoor met flow? Dit is je kans!

6

WEBSITEVERTALERS

Reikicentrum Zijn wordt steeds internationaler, dus we maken ook een Engelstalige site. Wie helpt vertalen?

7

REIKISTUURDERS

Zeer belangrijk voor het versterken van Reikicentrum Zijn voor nu en voor de toekomst vinden we de energetische ondersteuning door de Energiegroep. De leden hiervan sturen regelmatig Reiki naar het Reikicentrum en delen per e-mail hun ervaringen. Voor de Energiegroep kun je je aanmelden bij Ella Fondse: ellafondse@tiscali.nl.

DANK JULLIE WEL!

Dank, dank, dank aan de vrijwilligers die zich de afgelopen tijd en daarvoor hebben gemeld. Samen werken we aan een krachtig Zijn en een wereld in balans!

Kernteam Anne Boerrigter, Rebecca Bredenhof, Ella Fondse, Annemarie Karsten, Willemijn Leedekerken, Lilian van der Zanden, Tabine Zoethout (secretaris)

Energiegroep Attie Aarsen, Liesbeth van den Brink, Chelly Dekker, Ella Fondse (coördinator), Bernadette Gulickx, Netty Hakkaart, Hans Klein, Tabine Zoethout

Supportgroep Astrid Aarssen, Attie Aarssen, Anja van Brenk (coördinator), Chelly Dekker, Ella Fondse, Bernadette Gulickx, Netty Hakkaart, Annemarie Karsten, Ria van der Pot, Coby van Rhee, Tabine Zoethout

Coördinator Zijn voor Reiki Wereldwijd Jacqueline Spierdijk

Vrienden van Zijn (donateurs) Attie Aarssen, Ingrid van Alst, Anne Boerrigter, Fredy Dane, Ella Fondse, Netty Hakkaart, Herma Harmsen, Sirpa van der Heiden, Annemarie Karsten, Astrid Kool, Hanneke van Nistelrooij, Egbert Pladdet, Christina Spies, Mirjam Top-Termaat, Jetske Stortelder, Lilian van der Zanden, Tabine Zoethout, Dé Zwaanswijk, Ineke Zwetsloot

Organisatoren Anne Boerrigter, Anja van Brenk, Annemarie Karsten, Egbert Pladdet, Lilian van der Zanden, Christina Spies

Hapjesbereiders Astrid Aarssen, Anne Boerrigter, Anja van Brenk, Ella Fondse, Annemarie Karsten, Mirjam Top-Termaat, Lilian van der Zanden

Afwashulpen Thérèse van der Harst, Annemarie Karsten

Klusers en Sjouwers Ingrid van Alst, René de Geus, Bianca Musch, Olaf van Slochteren, Yvon Zanzan, Damian Zanzan

Voorbereiding maandelijkse geheugensteuntjes
Alexandra de Savornin Lohman

Websiteonderhoud Levi Brown, Rianne Leijten (voorheen Denise Belfor)

Vertalers Anne Boerrigter, Annemarie Karsten, Tabine Zoethout

COLOFON

Deze nieuwsbrief is een uitgave van
het Kernteam Vrienden van Zijn

Tekst

Anne Boerrigter
Rebecca Bredenhof
Ella Fondse
Marlies Happé
Annemarie Karsten
Willemijn Leedekerken
Sally Pickard
Jetske
Lilian van der Zanden
Tabine Zoethout

Redactie & vormgeving

Anne Boerrigter
Tabine Zoethout

Zijn