

NIEUWS VAN

Zijn

NOVEMBER 2015 | NR. 1



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

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

DE STROOM VAN REIKI

Wat speelt er voor jou, op dit moment in je leven? Misschien heb je het druk, worstel je met je gezondheid, sta je voor uitdagingen waar je niet eerder voor stond, of voel je je geraakt door wat er in de wereld gebeurt. Wat er ook is, de kans is groot dat Reiki je kan ondersteunen.

Als Reikistudent zie je misschien dat Reiki kan zorgen voor een gezondere wereld voor ons allemaal. Reiki 'handen en voeten geven', de wereld dienen met Reiki, kan op een krachtige manier plaatsvinden als het een vaste plek heeft. Een Thuis waar mensen komen om Reiki te beoefenen en ervan te leren.

Dat Thuis heeft Rebecca geïnitieerd in de vorm van Reikicentrum Zijn. En we willen graag dat Rebecca dit niet meer alleen hoeft te doen, én dat het duurzaam de toekomst in gaat. Vanuit die gedachte klopten Annemarie Karsten en Anne Boerrigter zes maanden geleden aan bij Rebecca, om aan te bieden met een kernteam van studenten Reikicentrum Zijn te gaan ondersteunen. Niemand had toen kunnen voorzien in wat voor stroomversnelling we met zijn allen terecht zouden komen!

In deze nieuwsbrief lees je wat er allemaal is gebeurd. Wie heeft er allemaal zijn hulp aangeboden? (Er zijn hele teams ontstaan!) Wat hebben we gedaan met ontvangen donaties? Welke workshops zijn er geweest?

Hoe is het om werk voor het Reikicentrum te doen? En ... wat kun jij doen – en ontvangen – als je ook mee wilt op de stroom van Zijn?

Warme Reikigroet,

Kernteam Vrienden van Zijn

Annemarie Karsten

Anne Boerrigter

Ella Fondse

Lilian van der Zanden

Hans Klein

Rebecca Bredenhof





VEEL BEWEGING IN REIKI- CENTRUM ZIJN

Wat is er de afgelopen zes maanden allemaal gebeurd?

Annemarie, Anne en Rebecca vroegen Lilian van der Zanden, Ella Fondse en Hans Klein om het Kernteam te versterken. Na onze eerste, energieke meeting begonnen we enthousiast donateurs te werven, en Vrienden van Zijn ontstond: een (nu nog) kleine groep mensen die het centrum een warm hart toedragen en die maandelijks of jaarlijks of eenmalig geld doneren. Lilian benaderde leraren om inspirerende lezingen te geven over vitaliteit, zoals Crispijn Hartzema en Anna Kruyswijk. In de tussentijd begon Ella met de coördinatie van de Energiegroep, een groep studenten die regelmatig Reiki sturen naar het centrum. De energie kwam op gang! En we werden benaderd door verschillende (Reiki-)leraren die les wilden komen geven. De agenda werd rijkgevuld met workshops van Phyllis Furumoto, Marta Getty en Ben Haggard. Annemarie organiseerde in flitsend tempo twee goedbezochte workshops van Inger Droog. En samen met Lilian maakte ze een checklist voor organisatoren, zodat mensen die in de toekomst organisator worden van een evenement, weten wat dat inhoudt en houvast hebben. Anne richtte samen met Mirjam Top een adressenbestand in in MailChimp, een mailprogramma om gericht e-mailnieuwsbrieven te kunnen versturen aan alle relaties van het Reikicentrum. Tijdens de herdenking van Mikao Usui in Zeist, in augustus, werd Rebecca veelvuldig aangesproken door Reikistudenten en -masters die de energetische groei van het centrum opmerkten. Reikimasters Elaine Andres en Charlotte Bessels, al vanaf het begin betrokken bij Reiki Home, kwamen een avond verhalen delen. En via Inger Droog kwamen we in contact met Jos Mitsunaga, een professioneel filmer die al sinds zijn achtste Reiki beoefent, en die bereid is om ons te helpen YouTube-filmpjes te maken over Reiki en Reikicentrum Zijn. En last but not least ... we zijn bezig met het opzetten van een klussenteam, voor hulp bij de kleine en grote klussen die er altijd wel zijn.

TEAMWORK

SAMENWERKEN IN COMMUNITY

De workshops van het Reikicentrum waren een sterk staaltje teamwork: Rebecca werkte hard aan een gedegen voorbereiding, studenten maakten soep, bakten koekjes, kwamen 's ochtends op tijd om voor de thee te zorgen ... Mooi hoe zo iedereen zijn eigen bijdrage kon leveren! Zo werd nog eens extra duidelijk hoe er rondom Zijn een (h)echte community bestaat.



Annemarie Karsten

A.M.KARSTEN@GMAIL.COM



'Reikicentrum Zijn is voor mij een heel belangrijke plek. Ik merk dat dit centrum en de verbinding met Rebecca en de medestudenten voor mij een continue voedingsbron vormen om te helen, te leren en van hieruit me anders met mijn werk, relaties en familie te verbinden. Deze unieke plek werd gedragen door Rebecca, maar het moment was aangebroken om daarin ook mijn verantwoordelijkheid te nemen. Het vrijwilligerswerk geeft me veel inzichten en praktische vaardigheden om in verbinding met anderen nieuwe stappen te zetten naar inspiratie, heling van mezelf en mijn omgeving.'

Ella Fondse

ELLAFONDSE@TISCALI.NL

'Binnen het kernteam heb ik de coördinatie op me genomen van de Energiegroep: een groep die het Reikicentrum Zijn energetisch ondersteunt door er regelmatig Reiki naar te sturen, wat bijdraagt aan het dragen van het centrum. Ik vind het prettig om met medestudenten een verbintenis aan te gaan, ervaringen uit te wisselen en van elkaar te leren.'

*Hans Klein*

HANS.KLEIN57@HOTMAIL.COM



'Sinds ik in 2009 Reikicentrum Zijn aarzelend binnen stapte, is dit een voor mij een belangrijke en vertrouwde plek. In plaats van alles in het leven rationeel te benaderen leerde ik de verbinding met mijzelf en anderen aan te gaan. Ik ben daarom dankbaar dat ik een bijdrage mag leveren om het centrum, dat door Rebecca zo mooi is neergezet, een inspirerend "thuis" te laten zijn voor velen.'

Lilian van der Zanden

LVDZANDEN@CASEMA.NL



'Het Reikicentrum is voor mij een anker, een tweede thuis, een veilig baken en onmisbaar als plek om te (ont-)moeten en te delen. Om vanuit het kernteam een concrete bijdrage te leveren aan het versterken van het energetisch veld van het Reikicentrum is voor mij dan ook heel waardevol en leuk om te doen! Met het team in alle openheid en respect met elkaar dingen te bedenken, te bespreken en te voelen wat we ervan vinden, geeft mij energie. Het laat me ook zien dat als we in het bedrijfsleven ook maar ietsje meer op deze manier zouden werken, vergaderen geen 'energie-lek' zou zijn, maar juist energie zou geven! Een mooie les om mee te nemen in mijn dagelijks werk dus!'

Anne Boerrigter

ANNEBOERRIGTER@HOTMAIL.COM

'Werken in het kernteam geeft me energie en ik leer er heel veel van. En het is ook uitdagend. Werken in Reiki is anders dan ik heb geleerd. Ieders proces eren, gedeeld leiderschap, niet deadlines halen en 'verkopen'; maar vooral luisteren, luisteren, luisteren. Naar onze eigen innerlijke stem, naar elkaar, naar Reiki en vooral naar de (toekomstige) studenten aan Reikicentrum Zijn.'

*Rebecca Bredenhof*

REIKICENTRUM.ZIJN@HETNET.NL



'Met het Kernteam deel ik mijn 15-jarige ervaring in het reilen en zeilen van het Reikicentrum en ik geniet van de nieuwe input. Naast dat ik het team voorzie van nodige informatie om zaken in gang te zetten, denk ik mee bij de uitvoering van nieuwe ideeën. Het is fantastisch dat we nu allen gevoed worden door te kunnen oogsten, van wat ik ooit zaaide. Ik ben dankbaar'.



ONTMOET GRATITUDE

ANNY

Misschien heb je haar al wel zien staan in het Reikicentrum: Gratitude Anny! Vernoemd naar de vrouw die lange tijd de oudste Reikistudent in Reikicentrum Zijn was, Anny Swart. Zij was degene die Rebecca in 2002 een renteloze lening aanbood. Later, in een van de moeilijke jaren van het centrum, maakte ze daar een gift van. Voor alle duidelijkheid: Gratitude Anny is een spaarpot. Alle giften, klein en groot, ontvangt ze dankbaar.

DANKBAARHEID! GRATITUDE!

Vaak zeggen we tegen elkaar dat het Reikicentrum ons tweede thuis is, dat we ons er veilig voelen en dankbaar zijn dat deze plek bestaat. Het is dan ook heel waardevol dat zich dit vertaalt naar de financiële bijdragen die het centrum heeft mogen ontvangen. Wat is er aan gelden binnengekomen in de periode vanaf april tot en met oktober en wat is ermee gedaan?

Donaties

In totaal hebben we in de afgelopen periode maar liefst € 2.000,- aan donaties ontvangen.

- Inmiddels maken 15 Vrienden van Zijn elke maand trouw een donatie over
- Er zijn losse giften binnengekomen via de bankrekening

- Bezoekers hebben gedoneerd via de spaarpot
- We hebben contante giften ontvangen tijdens het Master Candidate Café
- We hebben giften ontvangen waarvoor is gewerkt. Zo heeft Reikimaster Inger Droog gul gegeven aan het Reikicentrum, hebben organisatoren gratis gewerkt, en hebben workshopleiders een deel van hun inkomsten gedoneerd

Uitgaven

- Er zijn nieuwe stoelen aangeschaft
- Eén maand zijn de donaties gebruikt om een deel van de huur te kunnen betalen

Gereserveerde gelden

- Aanschaf nieuwe boiler voor in de keuken op de begane grond

GRATITUDE

FINANCIËEL BIJDRAGEN - HOE WERKT HET?

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.

Door te kiezen voor een maandelijkse bijdrage creëren we energetisch en financieel een gezond fundament. Maar een eenmalige of jaarlijkse bijdrage is natuurlijk ook hartstikke welkom! Dat kan per bank, of je kan een bedrag in de spaarpot doen. Voel je vrij om te doneren.

Elk bedrag wordt met een buiging ontvangen! Dankjewel dat jij bijdraagt aan de plek van Reiki in de wereld.



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! Je kunt je aanmelden bij de coördinator van de Energiegroep, Ella Fondse, door een mailtje te sturen naar ellafondse@tiscali.nl.

LID ZIJN VAN DE

ENERGIEGROEP VAN ZIJN

... HOE IS DAT?

De afgelopen maanden heeft Ella Fondse een team van mensen gevormd dat met regelmaat Reiki stuurt naar Reikicentrum Zijn. Inmiddels zijn ook Attie Aarsen, Bernadette Gulickx, Hans Klein, Karin Mackaay, Liesbeth van den Brink, Lilian van der Zanden, Netty Hakkaart, Tabine Zoethout, Thérèse van der Harst en Dé Zwaanswijk lid geworden van deze groep.

De leden laten weten dat ze het een bijzondere ervaring vinden om naar het centrum Reiki te sturen. Liesbeth van den Brink: 'Reiki is universele levensenergie. Reikicentrum Zijn is de plek waar ik mij aan verbonden heb om Reiki

te delen en te groeien in Reiki. De Energiegroep is de plek waar ik aan deelneem: om Reiki te sturen naar het Reikicentrum via afstandsbehandelingen. Ik ervaar hoe dit sturen energetisch voelbaar wordt. **Er ontstaat een wisselwerking: ik stuur en maak connectie met Reikicentrum Zijn. Ingeplugd voel ik de energie en tegelijk word ik ook gevoed door de energie die wij allen creëren in het Reikicentrum. Door samen te delen groeit het potentieel aan energie. En kan ik daarvan weer delen in de wereld. Dat doe ik volop, en mijn bron blijft steeds gevuld. Er is overvloed.'**

PROGRAMMA

IN DE PIJPLIJN VOOR 2016

Er staat alweer van alles op de agenda van Reikicentrum Zijn, in 2016. Zo komt **Phyllis Furumoto** voor een workshop voor Russische Reikimasters. En de groep studenten **Reiki Resource Development** komt nog drie keer bijeen voor uitdagende weekenden met Ben Haggard. Voor Rebecca staat het eerste halfjaar van 2016 naast haar 'gewone programma' vooral in het teken van **helend stamboomwerk**: twee edities van Healing the Family with Reiki (HFT), een weekend HFT & Geld, en een workshop stamboomwerk voor Reikistudenten van alle graden! Verder zijn er plannen voor een workshop over **celbewustzijn** met Roger Rundqvist. Plus een tweedaagse **Reiki-verdiepingsworkshop** met Reikimasters en 'Reiki-promovendi' Jojan Jonker en Dori Beeler, over Reiki als spiritualiteit in oosterse en westerse context. En eind juni is er een **Reikivakantie** naar Landgoed Marathea in Griekenland, gefaciliteerd door Annemarie Karsten.

Alvast voor in je agenda ...

Wereld Vredesmeditatie met Netty Hakkaart

Donderdag 31 december 2016 van 13.00 tot 14.00 uur

Info & aanmelden: Netty Hakkaart, gerardnetty@gmail.com

Voedingsworkshop Eenvoudig Gezond met Anna Kruyswijk

Vrijdagmiddagen 18 maart, 8 april en 13 mei 2016 van 13.00 tot 17.00 uur

Info & aanmelden: Lilian van der Zanden, lvdzanden@casema.nl

Healing the Family Tree with Reiki (HFT) met Rebecca Bredenhof

Editie 1 van 12-14 februari *plus* 25-27 maart 2016 | Editie 2 van 3-5 juni *plus* 15-17 juli 2016

Info & aanmelden: Rebecca Bredenhof, reikicentrum.zijn@hetnet.nl

WIE HELPT REIKI ZICHTBAAR TE MAKEN IN DE WERELD MET YOUTUBE-FILMPJES?



Door Annemarie Karsten

Het kernteam van Reikicentrum Zijn wil graag meehelpen om Reiki zichtbaar te maken in de wereld. Dat kan natuurlijk op alle mogelijke manieren en iedere Reikistudent levert hieraan een bijdrage.

We hebben enkele weken geleden als kernteam een fantastische avond doorgebracht met Jos Mitsunaga, Reikistudent van het eerste uur en specialist in social media en films maken.

Jos heeft ons laten zien dat de wereld verandert en dat veel mensen meer informatie opnemen van bewegende beelden, dan van het geschreven woord. Hierop inspelen door filmpjes te maken kan een goede manier zijn om Reiki zichtbaar te maken.

Filmpjes maken die geplaatst worden op YouTube en gelinkt aan een website of Facebookpagina, is te leren volgens Jos. De mogelijkheden zijn enorm. Van korte instructiefilms, tot het behandelen van bijzondere onderwerpen. Jos is graag bereid om ons te helpen aan een filmcamera en software om alles te maken en te monteren en uploaden. Ook heeft hij aangeboden om een dag instructie te geven. Waarschijnlijk zal dat in januari worden op een zaterdag.

Als kernteam van Zijn zoeken we vrijwilligers, die dit leuk vinden om te doen en tijd hebben om met regelmaat een filmpje te maken met Rebecca of een van ons en mee te helpen dit filmpje te plaatsen.

Voel je je aangesproken? Meld je bij Rebecca.

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 SPULLENWEGBRENGERS

In april 2016 komt Phyllis Furumoto voor een negendaagse workshop met een groep Russische Reikimasters. Daarvoor moet eerst het magazijn worden opgeruimd. Allereerst zijn mensen nodig die spullen weg willen brengen.

2 KEUKENBLOKPLAATSERS

Is het magazijn eenmaal leger (zie 1), dan is het de bedoeling dat er een keukenblok wordt geplaatst, zodat er meer werkruimte is voor koks. En daarvoor zoeken we een of meer ... keukenblokplaatsers :).

3 GORDIJNENNAAIERS

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

4 ALGEMENE KLUSHULPEN

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

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 WORKSHOPORGANISATOREN

Achter elke workshop bij Reikicentrum Zijn zit een organisator. Als organisator verbind je je per workshop, bijvoorbeeld aan een workshop Transformatiespel. 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!

7 FILMAVONDORGANISATOREN

Regelmatig komen wakkere documentaires voorbij die we de moeite waard vinden om met een groep studenten te bekijken en te bespreken. Bijvoorbeeld over bewustzijn, gezond leven en gezonde voeding. Hiervoor zoeken we filmavond-organisatoren met ideeën!

8 TIJDELIJKE KLUSCOÖRDINATOR

Normaal gesproken coördineert Hans Klein de klussen in het Reikicentrum: kluslijsten maken en de juiste personen bij de klussen vinden. Hij kan dit tijdelijk (waarschijnlijk enkele maanden) niet doen. Wie springt in?

9 WEBSITEVERTALERS

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

10

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.

11

IDEEËNHEBBERS

Heb je ideeën om het Reikicentrum te versterken ... we horen ze graag!

12

KOKS

Voor workshops zijn vaak koks nodig die de lunch en/of het avondeten willen verzorgen. Soms op freelancebasis, soms tegen een onkostenvergoeding. Meld je je?

13

ERVARINGENDELERS

Wil jij een paar regels schrijven over je ervaringen tijdens een workshop bij Zijn voor in nieuwsbrieven, flyers of op de website? Graag! Zo help je om de praktische spiritualiteit van Reiki zichtbaar te maken: wat heb je eraan (gehad)? Je kunt je tekst mailen naar Rebecca. Het is fijn als je er dan ook bij vermeldt of je naam erbij mag, en voor welke communicatie-uitingen je tekst gebruikt mag worden.

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!

Energiegroep Ella Fondse, Attie Aarsen, Bernadette Gulickx,
Hans Klein, Karin Mackaay, Liesbeth van den Brink,
Lilian van der Zanden, Netty Hakkaart, Tabine Zoethout,
Thérèse van der Harst, Dé Zwaanswijk

Coördinator Energiegroep Ella Fondse

Coördinator Supportgroep Anja van Brenk

Coördinator Zijn voor Reiki Wereldwijd Jacqueline
Spierdijk

Vrienden van Zijn Anne Boerrigter, Annemarie Karsten,
Hanneke van Nistelrooij, Christina Spies, Egbert Pladdet,
Tabine Zoethout, Herma Harmsen, Sirpa van der Heiden, Ingrid van Alst,
Lilian van der Zanden, Ineke Zwetsloot, Mirjam Top-
Termaat, Jetske Stortelder

Vorbereiding maandelijkse geheugensteuntjes
Alexandra de Savornin Lohman

Websiteonderhoud Rianne Leijten (voorheen Denise Belfor), Levi Brown

Vertalers Tabine Zoethout, Willemijn
Leedekerken, Anne Boerrigter

COLOFON

Deze nieuwsbrief is een uitgave van
het kernteam Vrienden van Zijn

Tekst

Lilian van der Zanden

Annemarie Karsten

Ella Fondse

Hans Klein

Rebecca Bredenhof

Anne Boerrigter

Redactie & vormgeving

Anne Boerrigter



Zijn