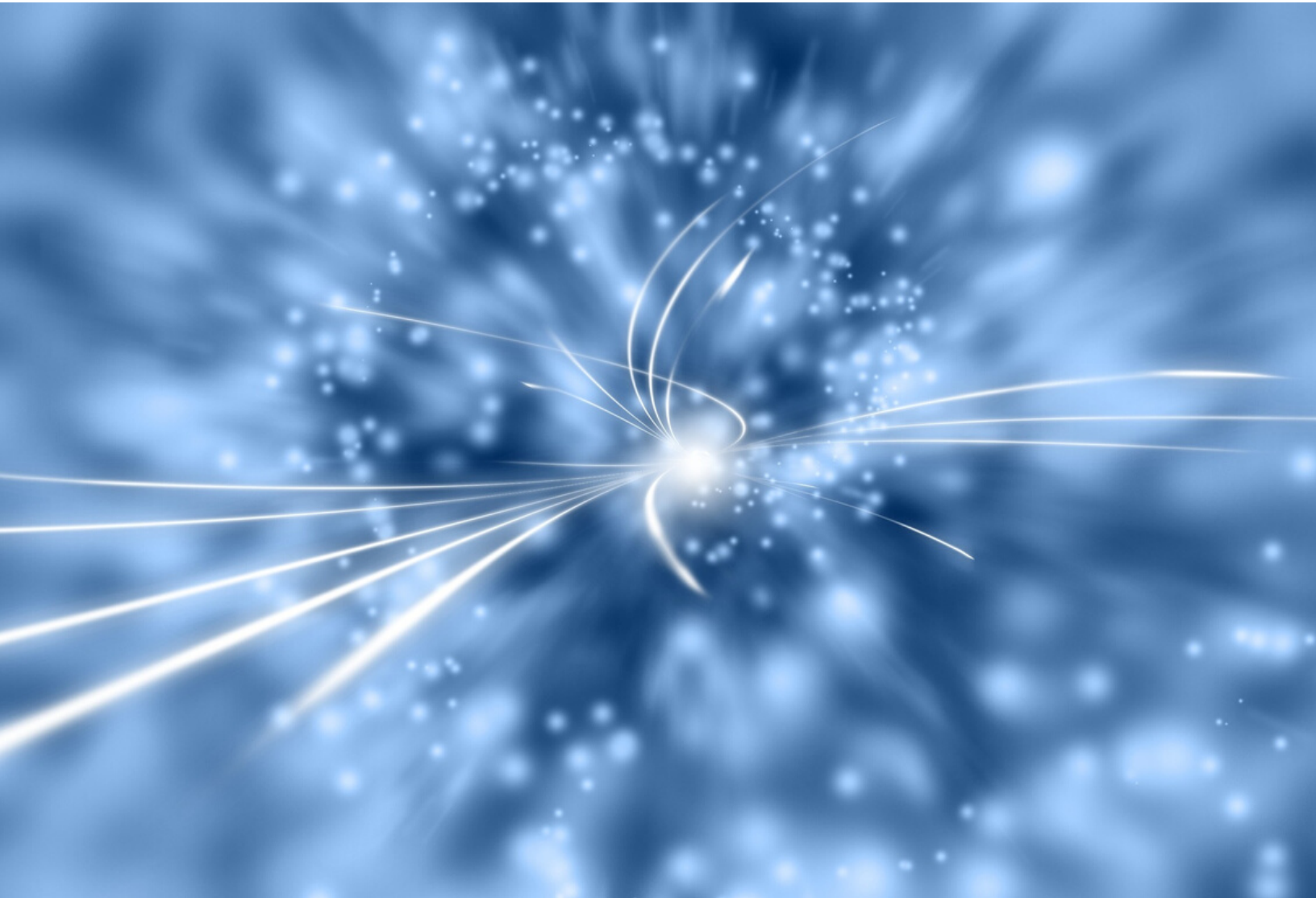


NIEUWS VAN

Zijn

DECEMBER 2019 | Nr 6



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

Johannes Camphuysstraat 150-152 | Den Haag
06 - 12 18 19 50 | www.reikicentrum-zijn.nl



Schakels in een groter geheel

door Lilian van der Zanden

Het thema van deze *Nieuws van Zijn* is 'het grotere geheel'. Vaker is dit thema in verschillende vormen in de nieuwsbrieven van afgelopen jaren voorbij gekomen. Ik citeer Rebecca uit de nieuwsbrief van september 2016, '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.'

Dit denken is actueler dan ooit. Immers, zijn wij niet allemaal schakels in een groter geheel? Dit is zeker voelbaar in deze magische tijd van het jaar: Kerst. Een tijd waarin we verlangen naar menselijkheid en verbondenheid.

En die verbondenheid zien we terug in Zijn. We maken deel uit van het grotere geheel en dát geeft betekenis aan ons leven. In deze tijd waarin we zo sterk op het 'ik' gericht zijn, vergeten we dat wel eens. We zoeken de betekenis van ons leven weleens in hard werken en succesvol zijn. De druk is hoog en we maken ons zorgen: over ons gezin, onze gezondheid, ons werk, over onze kinderen en ouders.

Terwijl ik in Reiki-cirkels waarvan ik deel uitmaak, persoonlijk ervaar en beluister dat betekenis juist zit in het gevoel dat je onderdeel bent van een groter geheel. Het doet me goed dit terug te zien in de initiatieven die er vanuit Zijn ontstaan en we daarmee met elkaar het verlangen naar verbondenheid vormgeven.

In deze *Nieuws van Zijn*, lees je prachtige verhalen over de kracht van verbondenheid en hoe deze ten dienste staat van het grotere geheel.

**Wil je snel gaan, ga dan alleen.
Wil je ver komen, ga dan samen.**

Ik wens je, ook namens het Kernteam van Zijn, een vreugdevolle Kerstperiode toe.

Met een warme Reikigroet, Lilian



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

Missie Reikicentrum Zijn



De vergeten familie

door Rebecca Bredenhof

Vanuit een intens verlangen het Joodse oorlogsverleden dat ik in mijn cellen meedroeg te helen, begon ik twaalf jaar geleden met Healing Your Family Tree with Reiki (HFT). Het was deze eigen ervaring van diepgaande heling die me deed beseffen dat het 'proces' dat de Amerikaanse Reikmaster Marta Getty had ontwikkeld, een belangrijke bijdrage was voor de Reiki community. Dat het op deze manier helen van voorouderlijnen niet alleen een geschenk is voor families, maar ook voor vrienden, collega's en uiteindelijk voor de hele mensheid.



Onze 'vergeten familie' draagt namelijk het geheim in zich tot een diepgaand helingsproces dat tot erkenning en verzoening leidt. Het onderzoeken van patronen in de voorouderlijnen kan veel duidelijk maken over waar we vandaag de dag mee worstelen.

Het erkennen van je wortels

Toen ik onder ogen durfde zien waar ik vandaan kom, ging ik mezelf pas echt goed begrijpen. Mijn felheid als het gaat over mensen die buitengesloten worden om kleur, religie, afkomst of wat dan ook, was niet zomaar een karaktertrek. Het had alles te maken met het niet erkennen van mijn Joodse afkomst en het lot dat daarmee verbonden is. Ik ging begrijpen waarom ik zo intens wil leven; ik was het als het ware 'verschuldigd' aan mijn omgekomen familie.

Verandering in bewustzijn

Mijn wereldbeeld is veranderd en het luisteren naar en het werken met levens- en familie verhalen van vele mensen uit diverse culturen, draagt daar enorm aan bij. Ik zie nu dat we zoveel meer gelijk zijn aan elkaar, dan we vaak willen erkennen. In elk familie verhaal vind je vertrouwen en verraad, liefde en haat, uitsluiting en verbinding. Steeds weer! Maar als we erkennen dat deze huidige tijd is geschapen door de levenservaringen van onze voorouders, hoeven we de geschiedenis niet te blijven herhalen. We gaan dan zien dat we vaak reageren vanuit hetgeen we in onze cellen meedragen en niet vanuit het heden. We kunnen leren verbanden te zien tussen generaties, tussen families van verschillende culturen; tenminste in de laatste zeven generaties. Het eren van onze voorouderlijn geeft ons de keuze om een nieuw pad te bewandelen, een pad van samenhang en vrede omdat we weten ...
We zijn allemaal familie!



Re-thinking Healthcare: Reikibeoefening en de transformatie van gezondheidszorg

door Liesbeth van den Brink

Veertig jaar geleden zette ik mijn eerste schreden op het pad van gezondheidszorg, in opleiding tot A-verpleegkundige. Al heel snel had ik vragen over de manier van kijken naar gezondheidszorg. Wat komen patiënten hier halen, wat betekent het ziek-zijn voor hen, wat is de onderliggende boodschap van hun ziekte? Mijn tijd ver vooruit, want zo werd er binnen het systeem nog niet gekeken. Ik kon er toen nog geen woorden voor vinden. In een latere fase kwamen wel de woorden, mede doordat ik ingewijd was in Reiki 1 en 2 en een Louise Hay cursus volgde. Ik ging in gesprek met naaste collega's, die omgaan met gezondheid en ziekte ook gingen bevragen.

Ik wilde meer ontdekken, werkte als muziektherapeut in de GGZ. De betekenis van symptomen voor het leven van de cliënt was iets ruimer aanwezig. Ook dat we helende stappen konden ondersteunen. Een out of the box team, binnen een nog rigide systeem van protocollen. Zo vormde ik mij verder met mijn onafhankelijke geest binnen een systeem dat ook weerstand gaf.



Ben Haggard



In Reikivisie bij Rebecca onderzocht ik mijn werktoekomst. Zzp-er in opstellingenwerk? Op eigen benen binnen een context van groei, gesteund door Reikibeoefening en Reikicommunity.

In 2018 voelde ik de roep om deel te nemen aan het seminar Re-thinking Healthcare van het Bert Hellinger instituut, waar ik Karin Tjaberings ontmoette die door Phyllis was bekrachtigd voor deelname. De start van een reis van inzicht, co-creatie en transformatie.

Nu is Re-thinking Healthcare een proces binnen Reikicentrum Zijn. Uitgenodigd door de behandelaarsgroep onderzoeken we de plek, het potentieel van Reiki en de Reikibeoefenaar als resource voor transformatie van het veld van gezondheidszorg. De deelnemers aan dit proces hebben hun input gegeven voor de co-creatieverslagen, welke beschikbaar zijn op <https://tjaberingscentrum.nl/nieuws>. En het proces gaat verder...

De mens met een vraag over zijn gezondheid. Ik, jij, wij. Laten we onszelf en elkaar bevragen en resource zijn voor verdere transformatie.

Een donateur aan het woord

Mirjam Top-Termaat

Sinds 2015 ben ik Vriend van Zijn en doneer ik maandelijks een bedrag. Ik besloot hiertoe, omdat ik het belangrijk vond mee te dragen aan Reikicentrum Zijn; een plek die me voedt en waar ik me steeds meer onderdeel van de gemeenschap voel. Ik had een automatische overboeking ingesteld en dacht hier verder niet echt over na.

Begin 2019 stond in mijn laatste masterkandidatenklas het element Geld op het programma. We beleefden boeiende en leerzame dagen samen en ik leerde over het verschil tussen de economische en spirituele waarde van geld. Dit liet mij in de weken die volgden niet meer los. Hoezo gaf ik elke maand geld, om bij te dragen aan het grotere geheel, maar voelde ik daar verder weinig bij? Behalve dan soms stress, wanneer ik bang was dat ik niet genoeg geld te besteden had om te kunnen doneren. Of wanneer ik bang was dat ik niet genoeg gaf...

Tijdens het geven van een Reikibehandeling kreeg ik een idee: Hoe zou het zijn wanneer ik elke maand het geld dat ik met mijn eerste Reikibehandeling verdiende, zou doneren aan Reikicentrum Zijn? Op deze manier zou ik niet 'gewoon' geld geven, maar geef ik geld dat ik heb verdiend met Reiki, om het Reikicentrum te ondersteunen. Dit idee voelde rond en heel en ik besloot het uit te proberen.



Ik heb mijn automatische overschrijving stopgezet en maak nu elke maand bewust geld over. Dit bevalt mij goed. Ik voel me elke keer dankbaar dat ik in de gelegenheid ben dit te doen. En het voelt heel goed dat geld, als energie-uitwisseling met Reiki, weer ten goede komt aan Reiki. Ik heb het gevoel dat deze kruisbestuiving een eindeloos potentieel in zich draagt en deel mijn ervaring daarom graag met je.

Doe je mee?



Wil jij ook Vriend van Zijn (donateur) worden? Doneer dan maandelijks, jaarlijks of eenmalig een bedrag op de bankrekening van Reikicentrum Zijn, NL71 INGB 00 0426 1019 (BIC INGB NL2A), onder vermelding van 'Donatie Vriend van Zijn'. Met maandelijkse bijdragen creëren we energetisch en financieel een gezond fundament. Eenmalige of jaarlijkse bijdragen zijn ook van harte welkom. Weet dat elk bedrag in dankbaarheid wordt ontvangen! Word je donateur? Laat dit via een e-mail weten aan Annemarie Karsten (am.karsten@gmail.com) met daarin je naam en rekeningnummer, zodat we alle donaties kunnen thuisbrengen.

We willen je namelijk graag bedanken!

In dankbaarheid, namens het Kernteam Vrienden van Zijn

....en ieders mens-zijn eren.

door Rebecca Bredenhof

Den Haag, de stad waar ik geboren en voor het grootste deel ben opgegroeid. Den Haag, een stad waar ik al vroeg leerde hoe verschillend mensen er kunnen leven. Zelf groeide ik op in een volksbuurt waar niemand het breed had. Onze rijkdom zat in het feit dat we voor elkaar zorgden, dat we gelijkwaardig waren aan elkaar. Want iedereen had wel een buur waar je even een kommetje suiker, een ei, en soms een paar gulden kon lenen om de rest van de week door te komen. Of waar je je sores op tafel kon leggen.

Vijf minuten verderop was de Paleistuin, de tuin van paleis Noordeinde, waar ik het grootste deel van mijn kinderspeeltijd doorbracht. Het was heel gewoon dat we in de tuin van de koninklijke familie mochten spelen, die we alleen zagen op Prinsjesdag in de gouden koets. Ik kan me niet herinneren of ik me in die tijd bewust was van het grote verschil in onze leefwijzen; het was gewoon anders.

Het is gewoon anders.

In 2002 verhuisde ik met Reikicentrum Zijn naar de andere kant van de stad. Mijn omgeving vond dat ik 'op stand' ging wonen; omdat op 10 minuten afstand Huis ten Bosch is, het paleis waar de koninklijke familie woont. Ik zag gewoon een andere leefwijze.

Op de nieuwe plek ontwikkelde Reikicentrum Zijn zich tot een levend organisme; tot een gemeenschap die niet alleen een Reikitractie eert, maar ook zorg draagt voor elkaar. Net als vroeger in de volksbuurt waar ik opgroeide. Nu niet met een kommetje suiker, maar met een luisterend oor, een woord van begrip, een vraag die uitnodigt tot groei. Iets wat zó nodig is om onze menselijkheid te kunnen leven en bewaren, in een snel veranderende wereld.

In een snel veranderende stad, waar steeds zichtbaarder is geworden dat mensen de weg naar elkaar vaak niet meer kunnen vinden.

Want ik zie steeds vaker mensen op straat leven, meestal noodgedwongen. In mijn contacten met hen is er soms een boeiend gesprek, soms spreken we elkaars taal niet. Altijd raakt het contact me, vaak voel ik me machteloos. Ik voel dat hier iets groots aan de hand is, waarvan ik het ontstaan probeer te begrijpen. Gewoon verschil in leefwijze, zeg ik tegen mezelf. Maar mijn ziel verstaat me dit keer niet.

Voor vrouwen, door vrouwen

Op onze veilige plek in het Reikicentrum groeide het vermogen tot zorg dragen voor elkaar, ook naar buiten toe. Tijdens een Verwendag in 2012 voor dak- en thuisloze vrouwen, georganiseerd door de gemeente Den Haag op internationale vrouwendag, gaf ik met zo'n vijftien Reikistudenten Reiki aan ongeveer 70 vrouwen. Een ontroerende ontmoeting van vrouwen in verschillende leefomstandigheden. Zoveel herkenning, zoveel kwetsbare kracht. Elke aanraking die we mochten geven, voelde als een geschenk voor óns. Deze jaarlijkse dag werd het eerste Reikiproject voor dak- en thuisloze mensen in Den Haag; elk jaar weer mogelijk gemaakt door Anja van Brenk en Christina Spies, die in 2017 de coördinatie voor dit Reikigebeuren van me overnamen. Onvermoeibaar nemen ze deel aan voorbereidingsgesprekken en stimuleren ze Reikistudenten om toiletartikelen, sokken, handschoenen, mutsen en sjaals in te zamelen voor de vrouwen. De ruimte waar we behandelen wordt altijd sfeervol ingericht in vrolijke kleuren. En steeds weer staat op 8 maart een grote groep Reikistudenten klaar om Reiki te geven aan de vrouwen, die vaak al staan te wachten.

Christina: 'Op deze dag kan ik door de zachte aanraking van Reiki, en de stilte die daaruit voortkomt, contact leggen met de ander in volledige gelijkwaardigheid. Een luisterend oor bieden voor een stukje levensverhaal, of gewoon samen stil zijn maakt het voor mij mogelijk het vijfde Reiki-principe te leven en mijn master te eren voor wie deze bijdrage aan de maatschappij zó belangrijk is.'

Ook voor mannen

Er volgden Reiki-sessies op een Verwendag voor dak- en thuisloze mannen, georganiseerd door Straat-pastoraat Den Haag

(www.straatspastoraatdenhaag.nl).

Vanuit een ervaring die een van de pastors diep ontroerde, ontstond een nieuwe vraag en een tweede doorlopend Reiki-project van Zijn voor dak- en thuisloze mensen werd in april 2018 gestart. Maandelijks Reikimiddagen voor de mensen die de pastor op straat ontmoet, gecoördineerd door Christina en Ineke Zwetsloot.

Dit project vraagt weer iets heel anders van ons, vooral aanwezig zijn en verwachtingen loslaten; vooral over het aantal mensen die komen. Een enorme leerschool in waar en wat willen we zaaien. En willen we zaaien of er gewoon Zijn? Ik denk dan aan de man die op een middag een pak koekjes meebracht om te trakteren. Hij had onderdak gevonden; een bed en een kast op een kamer die hij deelde met een aantal anderen en was zielsgelukkig. En wij met hem!



Kiezen voor Reiki

Reikicentrum Zijn werd duidelijk zichtbaar voor Den Haag in het zorg dragen voor onze medemens. Een volgende vraag kwam: of het mogelijk was maandelijkse Reikisessies te organiseren voor zo'n veertig vrouwen die eind vorig jaar tijdelijk onderdak kregen in het oude kinderziekenhuis? Men had gezien wat Reiki deed voor mensen in onrustige omstandigheden. En ons derde Reiki project ging van start. Christina nam namens Zijn ook de coördinatie van dit nieuwe doorgaande project op zich; dit keer samen met Liesbeth van de Brink. En weer zijn de omstandigheden gewoon anders. Tijdens een kennismaking konden de vrouwen persoonlijk hun wens voor Reiki uitspreken en in november 2019 zijn de Reikisessies al begonnen. Dit project kan alleen op een avond, wat het voor meer Reikistudenten mogelijk maakt om mee te behandelen. In één week was de lijst van behandelaars al bijna voor zes maanden gevuld. Omdat de vrouwen 'wonen' op de plek kunnen ze vooraf intekenen voor een Reikibehandeling en weten we precies wie er gaat komen.

Den Haag is een stad die burgers nodig heeft die voor elkaar zorgen. Want in werkelijk contact met de 'andere' Hagenaar, kunnen we stap voor stap leren wat gelijkwaardigheid en menselijkheid betekenen. Met een dankbaar hart kijk ik naar Christina die deze projecten namens Zijn 'draagt' en uitdraagt, en naar de Reikistudenten die altijd klaar staan en een wij-gevoel creëren waar we allen door gevoed worden.

De grootsheid van Reiki

Soms is er het gevoel dat we bij een groter doel betrokken zijn dan we ooit voor mogelijk hielden. En komt de vraag: waar leidt Reiki ons naar toe?

In dankbaarheid, Rebecca



Reiki en medemenselijkheid: Lesbos en de vluchtelingen

door Liesbeth van den Brink

Sinds 2007 kwam ik jaarlijks met Ric op Lesbos voor vakantie. Opladen, wandelen, genieten van alles wat de natuur te bieden heeft. Fijne gesprekken met eilandbewoners. Ontmoetingen...

En toen kwam 2014. De vluchtelingenstroom vermeerderde exponentieel, met voornamelijk mensen die uit Syrië vluchtten. In de haven en over de wegen liepen mensen, op weg naar een officieel registratiepunt. Verhit, moe, uitgeput, gedesoriënteerd.

We hadden net bij een bron flessen water getapt...het enige wat we konden doen: ons water uitdelen. Gebaar van liefde, ontmoeting, hand op hart gebaar. Bewustzijnsmoment over de kwetsbaarheid van mens-zijn.

Vanuit onze familiegeschiedenissen van oorlog en vluchten begon het vraagstuk van de vluchtelingen in onszelf te herleven. Het besef: een druppel op de gloeiende plaat is er één die een verschil kan maken. Ric heeft nadien tweemaal geld ingezameld, om een gebaar te maken naar vrijwilligers en naar twee vrouwen die adequaat hulp in gang zetten voor de vluchtelingen.

Een aantal jaar al broed ik op een manier om mijn bijdrage te leveren op Lesbos. Reikibeoefening draag ik in mijn handen, Reiki stroomt door mij. Reiki Wereldwijd oriënteert zich momenteel of op Lesbos Reikisessies aangereikt kunnen worden. Ik heb mij als vrijwilliger bij hen aangesloten.

Ik ga niet alleen iets brengen, ik kom ook iets halen. Ik ga mijn machteloosheid over de situatie ontmoeten, nu al, over het feit dat de vluchtelingen in overvolle kampen leven, in onveiligheid en onvoldoende verzorgd in de basisbehoeften, zonder perspectief op verbetering. Omdat regeringen deze inhumane situatie laten voortbestaan, gevoed door angst, ook vanuit de samenleving.

Ik ga vluchtelingen, vrijwilligers en ngo's (niet-gouvernementele organisatie) ontmoeten, die het best mogelijke doen binnen deze patstelling. Met mijn Reikihanden ontmoet ik de ander in medemenselijkheid, in gedeelde Levensenergie. De druppel van gedeelde Liefde, die verschil maakt...



COLUMN

*Van Reikistudent
Ineke Zwetsloot*



Het is alweer december. Waar is het jaar gebleven? Bij december denk ik vooral aan Kerst. Mijn Reikibeoefening heeft mijn gevoel bij de van oudsher religieuze feestdagen verdiept. Niet een verdieping van het religieuze gevoel zelf, maar door meer bewustzijn te voelen. Meer bij dingen stilstaan en ze durven te bevragen.

Bij Kerst voel ik een diepe dankbaarheid dat ik ook dit jaar weer aan tafel zit met de mensen die zo belangrijk voor me zijn; mijn man en mijn ouders, mijn zus en haar man en hun kinderen en aanhang. Samen aan één grote tafel. Mijn familie zijn levensgenieters die hun wijntje wel lusten en gezelligheid belangrijk vinden. Confrontaties, dingen uitpraten en diepe vragen stellen zijn zeker niet vanzelfsprekend.

Voor het eerst heb ik voor Kerst iedereen hier bij ons thuis uitgenodigd.

Als jongste van het gezin ben ik trots om deze traditie te dragen en vind ik het best eng. Nu bepaal ik dus wat we eten en wat we de middag en avond gaan doen. Gesterkt door mijn Reikibeoefening ga ik het op mijn manier doen. Dus niet meteen eten en drinken maar eerst uitwaaien op het strand. Iedereen neemt een gerecht mee of helpt me in de keuken.

Waar normaal 's avonds na het hoofdgerecht de oudste van mijn zus al met zijn oma dansend door de kamer gaat, zal er straks een mandje met briefjes langs de tafel gaan waar ieder een vraag uit mag pakken.

'Waar heb je het meeste van genoten dit jaar?'

'Waar ben je dankbaar voor?'

'Is er iets wat je misschien volgend jaar anders gaat doen?'

'Welke muziek raakt je het meest?'

Gewoon omdat ieder mens een mooi verhaal heeft.

Ik ben dankbaar voor een schitterend en Reiki-vol 2019. Heel veel liefs en tot volgend jaar.

Ineke

‘Kijk naar de overeenkomsten, niet naar de verschillen’

Phyllis Furumoto

Op zondag 31 maart 2019 ontving ik het bericht dat Phyllis Lei Furumoto, Lineage Bearer and Grandmaster in Usui Shiki Ryoho, vredig was overgegaan. Haar as werd maandag 25 november bijgezet op Hawaii. Ik ontmoette Phyllis voor het eerst in 1998, bij het eerste Reikifestival in Nederland. Toen ik haar aan het eind van de dag vroeg of ik haar kon schrijven, antwoordde ze ‘als je tijd hebt om te wachten tot ik afscheid van iedereen heb genomen, kan je je vraag persoonlijk aan me stellen’. Een prachtig voorbeeld van de toegankelijkheid die ik steeds weer in haar terug zag. Ik vond haar een kei in het contact leggen met en tussen mensen uit vele verschillende culturen. Ze stimuleerde ons niet alleen te groeien in onze Reikibeoefening, maar ook in menselijkheid, in ons best doen elkaar te begrijpen. ‘Kijk naar de overeenkomsten, niet naar de verschillen’ is een uitspraak van Phyllis die ik nooit meer vergeet.



Ik voel een enorme dankbaarheid dat onze wegen elkaar ooit kruisten; zoveel momenten waar ik vol vreugde op terug kan kijken. Dankbaar ben ik voor de kans die ik kreeg een relatie met Phyllis op te bouwen, die vele aspecten besloeg. Op een zachte manier daagde ze me steeds weer uit mijn grenzen te verleggen, waardoor ik zaken leerde die ik nooit voor mogelijk had gehouden. Haar grote kracht - en tevens haar frustratie- lag in het vermogen om het potentieel in mensen te zien. Bijna vanzelfsprekend werd ze mijn leraar en later ook mijn mentor. Ik leerde zien dat ze een visionair was, waardoor ik haar kon volgen zonder direct te begrijpen waar ze naar op weg was. Toen nieuwe mogelijkheden ontstonden door technologische ontwikkelingen, maakte Phyllis daar graag gebruik van. Het gaf haar de gelegenheid face to face contact te hebben met de Reiki community. Niemand was ver weg meer en vele virtuele Reikigroepen en webinars ontstonden. Ik kon enorm genieten van haar geestdrift, van steeds weer een nieuw plan. Een plan dat deel uitmaakt van een veel groter plan; met Reiki in onze handen zorg dragen voor de aarde en de mensheid. Phyllis heeft een groot erfgoed nagelaten en het is aan ons de taak dat erfgoed zorgvuldig te bewaren, door te geven en te blijven ontwikkelen. Om zo onze dankbaarheid te tonen aan alles wat leeft.

In liefde, Rebecca

Op avontuur: gezamenlijk ons potentieel ontdekken 1 jaar 'potentieelavonden' in Reikicentrum Zijn

Sinds 2018 is een groep studenten die verbonden zijn met Reikicentrum Zijn bezig om het potentieel van het centrum te verkennen. Een boeiende reis. Wat is potentieel eigenlijk? Hoe laat je het stromen – of niet stromen? Hoe draag je als Reikistudent bij aan het grotere potentieel van Zijn? Nu, een jaar later, hebben we er vier 'potentieelavonden' op zitten. Los van meer bekendheid met regeneratief denken is in onze beleving ook meer van de eigenheid van het potentieel van het Reikicentrum Zijn naar voren gekomen. Het besef dat Reikicentrum Zijn geen gebouw is, maar een community, een veld dat zich steeds meer als bron opstelt voor een groeiend aantal Reikistudenten. Een veld van mensen die Reiki in welke vorm dan ook in de wereld willen zetten. We kijken graag met jullie terug.

Avond 1: hoe het begon

Sinds 2015 geeft Ben Haggard les in Reikicentrum Zijn: elk jaar komt hij enkele weekenden naar Den Haag om de groep Resource Development for the Reiki Community te voeden, te prikkelen en te helpen omdenken. Ben geeft les in regeneratieve ontwikkeling. In 2018 bood hij aan om een avond te verzorgen als geschenk aan Reikicentrum Zijn, over het potentieel van het centrum. Die avond schetste hij zijn visie op de waarde, de rol en het potentieel van Reikicentrum Zijn in Den Haag, Nederland en de wereld. Na die avond was er een gezamenlijke wens om hier met zo veel mogelijk Reikistudenten over verder te praten. En samen te kijken of we dit potentieel nader zouden kunnen definiëren of meer tastbaar en concreet zouden kunnen maken.

*door Annemarie Karsten,
Josine Pennings en Anne Boerrigter*

Avond 2: op reis

De tweede avond was in maart 2019. Annemarie Karsten heeft de aftrap genomen die tweede avond met de volgende stelling voor de aanwezige groep: *Als student van dit Reikicentrum kunnen we de expressie zijn van het potentieel van het Reikicentrum.* Dit riep vragen op: wat is potentieel eigenlijk? En wie zijn er allemaal verbonden aan Reikicentrum Zijn? Een paar opvallende antwoorden vanuit de groep op deze vraag: *thuiskomen – gevoel, dit centrum is de bron, olievlek (wat is het potentieel), Reikicentrum Zijn draagt bij aan de expressie van het potentieel van Reiki in de wereld, Potentieel; de kracht van zorgzaamheid, link met creëren van community, Energetische container voor studenten en andere zaken, zoals successie en de laatste levensfase van Phyllis.*

Vervolgens gingen we in de schoenen gaan staan van iemand die we behandelen met Reiki in de grotere community. De volgende vragen werden onderzocht:

Wat is de waarde die deze persoon / personen ontvangen en wat is de waarde die jezelf ontvangt.

Waar toe ben ik in staat om te zijn en te doen in mijn leven nu als een resultaat van bovenstaande bewustwordingen?

Enkele ervaringen: dankbaarheid, vertrouwen, liefde en aanvaarding, onbevangenheid, respect en eerbied, inspiratie en vreugde.

In deze avond hebben de aanwezige studenten hard gewerkt aan de vraag wat het potentieel van het centrum nou eigenlijk is. Deze avond leidde tot de bewustwording dat het centrum niet het gebouw is, maar de community, die als een olievlek de Reikibeoefening verspreid vanuit een bron. Ook zag men de relevantie van dit werk met het thema Opvolging, hoe kan dit centrum behouden blijven voor de Reiki community die ermee verbonden is. Na afloop gaven de deelnemers unaniem aan dat er behoefte was aan meer van dit soort avonden om het thema verder uit te diepen.

Avond 3: een brug

De derde avond werd iedereen gevraagd iemand uit te nodigen. De avond was in handen van Josine Pennings. Na de avond waarin we het potentieel naar buiten verkenden, was dit de avond waarin we het potentieel in onszelf verkenden én de relatie die we hebben met het Reikicentrum. Met veel energie leidde Josine ons langs vragen over het potentieel van het Reikicentrum en in de begeleiding van mini-opstellingen. We onderzochten hoe de relatie is met het Reikicentrum en wat er verandert als het potentieel erbij komt. Wat verschuift er dan? Boeiend, om te zien, te ervaren en te horen wat de reacties zijn. Een tweede mini-opstelling ging over wat het Reikicentrum van je vraagt als student en hoe dat verandert als het potentieel erbij komt. De deelnemers hadden zo het potentieel van het Reikicentrum ervaren. We sloten af met de vraag: "Wat mag er in jou groeien om -als Reikistudent- volledig in het potentieel te gaan staan?" De deelronde over deze vragen was zo rijk. En vroeg om een volgende avond!

'Wat een kracht, wat een power, wat een ervaring in mijn lijf ... Hoe eerlijk kan ik zijn naar mezelf ... DANKBAAR dat ik er bij was...'

'Wat ik heel duidelijk voelde was dat ik niet iets heel bijzonders hoefde te zien of te zijn, maar wel dat ik al mijn kleuren, talenten, mijn zijn, kan inzetten om het Reikicentrum te dienen en voeden.'

'Mijn relatie met het Reikicentrum voelde echt als tweerichtingsverkeer; ik voed het Reikicentrum en het Reikicentrum voedt mij.'

'Deze avond bracht mij dat ik besepte hoeveel de Reiki community betekent voor mij en vele anderen en hoe belangrijk de community is om volledig in het potentieel te gaan staan als continue voedingsbron. De Community van Reikicentrum Zijn betekende een diepe aardende kracht waarbij veel energie ging naar mijn handen en hart.'

Avond 4: je unieke potentieel inbrengen

Voor de vierde avond nam Anne Boerrigter het estafettestokje over. Hoe zou het zijn om als volgende stap te kijken naar ons individuele, unieke potentieel in relatie tot (de community van) Reikicentrum Zijn? Hoe brengen we dat potentieel in, of niet? We gebruikten niet alleen Reiki, maar ook muziek als voertuig om tot meer bewustzijn te komen. We bekeken een fragment van een rappende operazangeres om te onderzoeken welke energie ermee gepaard gaat als je buiten je comfort zone durft te gaan. En we maakten contact met ons eigen unieke potentieel aan de hand van vragen als: Wat zou je doen als het niet kon mislukken? En wat zou je binnen de community van Zijn doen als het niet kon mislukken? Ook onderzochten we ons unieke geluid in de groep door te klinken met onze eigen stem en met muziekinstrumenten. Hoe brengen we ons eigen potentieel tot uitdrukking in de groep – en hoe gaan we om met wat ons tegenhoudt, zoals de stem van onze innerlijke criticus? We sloten deze speelse avond af door onze eigen-wijsheid over potentieel op een tegeltje te zetten.

'Rebecca zette de eerste toon. Iedereen voegde zijn eigen toon, zijn eigen geluid toe. Uiteindelijk vormde zich een heel bijzonder koor met opvallend veel harmonie.'

'Ik heb nogal eens de neiging om te denken: het zal toch wel niet lukken. Als ik dan weer thuis ben in mijn gewone manier van doen, dan kan ik niet zo goed dat warme gevoel uit het Reikicentrum vasthouden. Het tegeltje zorgt ervoor dat ik wakker blijf.'

'Ik heb in geen tijden zo kunnen genieten van de community, het samenzijn en de gedeelde vreugde en plezier.'



PROGRAMMA VAN ZIJN

Reikicentrum Zijn zet zich in om een programma aan te bieden dat een belangrijke bijdrage kan leveren aan de kracht van verbinding in een wereld waar voor ieder mens plaats is. Het internationale karakter van Zijn is inmiddels zichtbaar in het bijzondere aanbod.

'De Vrouw in het licht, het ligt in de Vrouw'

Aannemen en doorgeven vanuit je Vrouw Zijn met Christina Spies en Liesbeth van den Brink
25 januari - 9.30 - 17.30 uur

Reiki Home Café – met Rebecca als gast

Thema: daklozenprojecten van Zijn
1 februari - 18.00 uur

Masters in Zijn - Eerste graads Reikiklassen 2020

donderdag 6 t/m zondag 9 februari met Rebecca Bredenhof
donderdag 19 t/m zondag 22 maart met Annemarie Karsten
donderdag 16 t/m zondag 19 april met Rebecca Bredenhof
donderdag 7 t/m zondag 10 mei met Christina Spies
donderdag 25 t/m zondag 28 juni met Rebecca Bredenhof
donderdag 9 t/m zondag 12 juli met Netty Hakkaart

Potentieelavond Zijn met Mirjam Top-Termaat

12 maart - op uitnodiging

Healing your Family Tree with Reiki met Rebecca Bredenhof

13 maart - 15 maart 1e weekend *plus* **24 - 26 april** 2e weekend

Ons potentieel & ons lichaam - Workshop met Laurence Fontaine

In deze workshop laat Laurence Fontaine ons ontdekken hoe we via lichaamswerk, ademhalingstechnieken en Reiki een groter deel van ons potentieel kunnen gebruiken.
29 maart - 9.30 - 16.30 uur

Re-thinking Healthcare met Karin Tjaberink en Liesbeth van den Brink

Thema volgt
14 mei - 9.30 - 18.00 uur

Stepping into your inner authority with Reiki - workshop met Melanie Hoffstead

30 mei 10.00-17.00 uur *plus* **31 mei** 10.00-16.00 uur

COLOFON

Deze nieuwsbrief is een uitgave van
het Kernteam Vrienden van Zijn

Tekst

Anne Boerrigter
Annemarie Karsten
Ineke Zwetsloot
Josine Pennings
Liesbeth van der Brink
Lilian van der Zanden
Mirjam Top-Termaat
Rebecca Bredenhof

Beeld

Rebecca Bredenhof
Liesbeth van den Brink
Mirjam Top- Termaat
e.a.

Redactie & vormgeving

Anne Boerrigter
Tabine Zoethout