

Weerschijn Nieuws

15

Jaargang 3, januari 2006

Over goede voornemens...

Heeft u ze... de goede voornemens voor het nieuwe jaar? Het jaar is nog jong en vele goede voornemens zijn al weer van de baan. Hoe komt dat toch? Zijn we zo zwak? Schort het aan onze zelfdiscipline?

Ik geloof dat wij in een hele bijzondere tijd leven. Een tijd waarin we mogen leren te leven naar de waarheid van ons eigen hart. Niet de waarheid van de kerk, onze ouders, de maatschappij of welke goeroe dan ook maar onze eigen waarheid, onze innerlijke wijsheid. Wat mij opvalt, is dat goede voornemens nogal eens berusten op dat wat wordt beschouwd als goed of fout, als wat door de beugel kan en wat toch echt niet. Deze oordelen zijn gebaseerd op wat we 'meegekregen' hebben. Met andere woorden conditioneringen bepalen onze moraal. Goede voornemens die hieruit voort komen vragen discipline en worden vaak uitgedrukt als: ik zou (niet/wel/meer) moeten... nou vult u het zelf maar in. Als wij leven naar de waarheid van ons hart, zullen goede voornemens overbodig worden. Maar hoor ik u denken, waar is dan de moraal gebleven en mogen we zo maar doen en laten wat we willen? Moraal zonder bewustzijn maakt ofwel star en rigide of wel is het een dun en oppervlakkig laagje beschaving. En als wij leven vanuit ons hart zonder enig bewustzijn dan vrees ik voor de effecten. Maar als onze moraal voortkomt uit bewustzijn dan is alles wat wij doen goed en mooi en kost het bovendien geen enkele inspanning.

De waarheid te vinden van uw eigen hart, is wat ik u toewens voor 2006.

Actueel

Agenda in het kort!

- 21 januari ▶ Open Dag OWCR met om 15.00 uur informatie over Leven met Sterven
- 31 januari ▶ Lezing Leven met Sterven, De Woudkapel om 20.00 uur.
- 3, 10, 17 februari en 3 maart ▶ Workshop Leven met Sterven in het OWCR, van 19.00 tot 21.30 uur.
- 8, 15, 22 en 29 maart ▶ Workshop Leven met Sterven in De Woudkapel, van 19.45 - 22.15 uur.
- 17, 24 en 31 maart ▶ Cursus Rouw beLicht in het Davidhuis, van 10.00 tot 12.30 uur.

Aanmelding:

- OWCR
Mariniersweg 9, Rotterdam tel. (010) 413 55 44.
Het Oost West Centrum Rotterdam bestaat sinds 1984 en is een cursuscentrum met een breed scala aan cursussen op het gebied van een moderne, natuurlijke levensstijl.
- De Woudkapel
Zweerslaan 31 te Bilthoven, tel. (030) 228 61 73.
De Woudkapel is een Vrijzinnige Geloofs-gemeenschap met een veelzijdig en aantrekkelijk programma Ontwikkelingen in Bewustwording.
- Davidhuis
Slotlaan 31, Rotterdam, tel. (010) 412 34 42.
Het Davidhuis is een centrum dat is opgericht in 1985 ten behoeve van Genezing van het Hele Leven door middel van spirituele bewustwording.

Wordt verwacht

De Workshop Rouw beLicht, bestaat uit drie bijeenkomsten waarin we de diverse aspecten van rouw belichten.

In de eerste bijeenkomst Rouw verwerk(elijk)en bekijken we wat rouwverwerking nu eigenlijk is en wat het van ons vraagt. Wat heeft u nodig, wat helpt en wat stagneert in uw rouwproces.

In de tweede bijeenkomst De Spirituele dimensie van rouw gaan wij in op de mogelijkheid die een ingrijpend verlies ons biedt. Vragen die aan de orde komen zijn: Wat is loslaten? En hoe doe je dat? Hoe heel je relaties (ook na iemands sterven) en hoe ga je (opnieuw) echte verbindingen aan?

In de derde bijeenkomst gaan wij werken aan de drie voorwaarden voor een zinvol leven.

Nadrukkelijk is er tijd en ruimte voor de individuele rouwbeleving van de aanwezigen. De cursus is bestemd voor mensen die bereid zijn hun verlieservaring(en) te onderzoeken, te delen en eventueel te toetsen aan die van anderen. En die bovendien willen groeien aan hun verlies.

Heeft u interesse? Vraag dan de flyer aan of neem contact op via tel. (010) 202 16 27.

'De waarheid te vinden van uw eigen hart...'

Weerschijn
Weerschijn

Nieuws & wetenswaardigheden

15

Jaargang 3, januari 2006

Hospice De Vier Vogels zoekt vrijwilligers.

Mensen met levenservaring, contactueel vaardig, liefdevol en waar nodig terughoudend. Wij bieden een klein en intiem werkveld waar het werk bestaat uit 'aanwezig' zijn voor de bewoners in hun laatste levensfase. Het gaat om verzorgende handelingen zoals maaltijden, koffie, thee, kleine hand- en spandiensten en een praatje of gesprek. U wordt geschoold voor de specifieke eisen van dit werk. Info: (010) 244 95 52.

Centrum Sterrenkind

Centrum Sterrenkind is het eerste spirituele centrum voor kinderen en hun ouders. De Haagse Coby de Jong (50), iniatiefneemster van het centrum heeft als doelstelling om ouders extra te stimuleren bewust een kind te krijgen en op te voeden, zodat ze meer vervulling kunnen ervaren in hun ouderschap. Coby vindt dat kinderen vaak afdwalen van hun innerlijke sturing door alle verwachtingen van buitenaf. Voor kinderen in alle leeftijdscategorieën zijn er cursussen ontwikkeld om zich weer bewust te worden van wie ze echt zijn. In het centrum wordt Zwangerschapsyoga en Babymassage gegeven maar ook een ouderschaps-cursus. Verder kunt u er terecht voor spirituele hulpverlening aan kinderen.

Meer weten? Belt u met (070) 365 72 67 of brengt u een bezoek aan www.sterrenkind.com.

Rouwkaarten nieuwe stijl

Op de site www.uitvaart.nl wordt melding gemaakt van het initiatief van uitvaart.com om een serie rouwkaarten, digitaal en/of op papier, op de markt te brengen. Deze rouwkaarten onderscheiden zich, zo meldt de website, doordat ze zowel qua beeld als tekst, minder gevangen zitten in traditie en clichés. Vormgever Floor Massee: 'Essentie is rustig sfeervol beeld gecombineerd met zeer gevoelsmatige uitdrukkingen in woord; heel persoonlijk eigenlijk'. Op de website kunt u de kaarten nieuwe stijl bekijken en uw reactie daarop geven.

Als u zich dan toch oriënteert op rouwdrukwerk, dan beveel ik u van harte de website van Ramcard aan. Initiatiefnemers Jan van Waarden & Joke van der Stempel hebben naar aanleiding van persoonlijke gebeurtenissen een serie rouwdrukwerk ontworpen met grote zeggingskracht, persoonlijk en van deze tijd. Zij gebruiken daarbij opvallend kleurgebruik omdat het leven nu eenmaal niet zwart-wit is. Er zijn diverse thema's als bloemen, natuur, religie, spiritueel en voor jonge mensen. Per thema en onderwerp treft u een korte toelichting op de symboliek.

De kracht die wat mij betreft uitgaat van het drukwerk van Ramcard is gelegen in de unieke combinatie van universele en kleurrijke symboliek die tevens persoonlijk en ingetogen is. Heeft u interesse breng dan een bezoek aan www.ramcard.nl

Weerschijn van tijd tot tijd in het nieuws

Bezoek www.weerschijn.nl en ga naar Uitgave & Publicaties, waar de downloads van enkele artikelen te vinden zijn.

Het Licht van Afscheid

Het Licht van Afscheid van Christine Longaker is weer op voorraad en dus rechtstreeks bij mij verkrijgbaar voor € 15,-. U kunt het ook bestellen via www.weerschijn.nl/literatuur waar via de link naar bol.com nog meer actuele literatuur te vinden is.

Ruimte voor rouw op het werk

Zie nieuwsbrief no. 11 of ga naar www.weerschijn.nl/begeleiding en klik op 'rouw op het werk' met:

- Advies, beleid en begeleiding (protocol en verlof-regeling)
- Werknemer, collega en werkgever
- Als een medewerker een geliefd persoon verliest
- Als een medewerker sterft
- Uitgave Ruimte voor rouw op het werk.

Uitgave Ruimte voor rouw

Gratis te downloaden. In plaats van de uitgave aan te vragen, kan deze nu gratis en onbeperkt worden gedownload via www.weerschijn.nl/uitgave.

Wilt u op de hoogte worden gesteld van nieuw te verschijnen nieuwsbrieven en toekomstige publicaties mail dan naar weerschijnnieuws@weerschijn.nl.

Tot slot

Als u deze informatie de moeite waard vindt en u denkt dat het iets voor iemand in uw omgeving kan betekenen dat zou ik u willen vragen dit bericht verder te verspreiden.

Mocht u geen prijs stellen op aankondigingen van nieuwsbrieven en/of publicaties van mij in de toekomst dan volstaat een kort berichtje,

'Vanuit mijn hart zend ik u licht en liefde'

(INEKE KOEDAM)

Weerschijn
Weerschijn

Weerschijn, praktijk voor afscheid-
begeleiding en rouwverwerking

Ineke C.P. Koedam-Visser

Joh. Voorhoevestraat 44
3065 NB Rotterdam

T (010) 202 16 27

M 06 24 09 03 72

info@weerschijn.nl

www.weerschijn.nl