



Nieuwsbrief Soefi centrum Den Bosch maart 2018.



Lieve mensen,

In mijn drukke leven heb ik toch even tijd gemaakt om naar het snelheid schaatsen en naar het voor mij zo wonderschone kunstrijden op de schaats te kijken. Een prachtig voorbeeld van hoe je met heel veel talent, oefening, doorzettingsvermogen en wilskracht tot geweldige resultaten kunt komen. Tot in de kleinste details zijn de verfijningen te zien en te ervaren. Perfecte timing, indrukwekkende choreografieën op prachtige muziek, het is soms adembenemend om naar te kijken. De schaatsers hebben een geweldige beheersing over hun lichaam en geest waardoor ze op zeer hoog niveau fantastische resultaten boeken. Dit kunnen we allemaal ook in ons eigen leven toepassen en misschien doen velen van u dat ook al. Het zal misschien niet altijd mogelijk zijn maar ik probeer er wel altijd naar te streven. En niet alleen op het gebied van harp spelen maar ook hoe ik graag dit leven wil leven en wil leren over mezelf en het leven. Dan heb ik natuurlijk wel heel wat doorzettingsvermogen nodig en haal ik mijn inspiratie regelmatig uit het soefisme.

Hazrat Inayat Khan zegt over wilskracht, oefening en doorzettingsvermogen het volgende in "verruiming van bewustzijn"

Hoofdstuk 6 beheersing van het lichaam:

...want het is door middel van dit fysieke lichaam dat het hoogste en grootste doel van het leven moet worden verwezenlijkt..... Het is evenwicht dat

beheersing geeft over het lichaam. Iedere handeling, iedere lichamelijke beweging



wordt door evenwicht mogelijk gemaakt.

Hoofdstuk 7 “de beheersing van het denken”:

En mocht er een geheim bestaan om succes te hebben, dan is de sleutel hiervoor te vinden in de beheersing van het denken. Intuïtie, inspiratie, openbaring, komen alle wanneer de geest beheerst is. En alle zorgen, ongerustheid, angst en twijfel komen voort uit het gebrek aan beheersing..... En wanneer eenmaal de geest onder beheersing is gebracht, wordt de mens een meester van het leven.

hoofdstuk 10- de wil:

Wilskracht wordt stelselmatig ontwikkeld door eerst het lichaam te leren beheersen. Het lichaam moet de voorgeschreven houding aannemen; het moet blijven in de stand die het gevraagd is aan te nemen. Het lichaam hoort niet rusteloos of moe te worden door wat er van verlangd wordt, maar het moet voldoen aan de eisen van de persoon aan wie het toebehoort. Zodra een Soefi zijn lichaam onder beheersing begint te brengen, merkt hij pas hoe ongedisciplineerd het tot nu toe was; dan ontdekt hij pas dat dit lichaam dat hij altijd ‘mijn’, en ‘mijzelf’ heeft genoemd en voor welks welzijn hij alles gedaan heeft wat hij kon, dat dit ontrouw, zeer ongehoorzaam en trouweloos blijkt te zijn.....Daarna komt de discipline van de geest. Dit wordt door concentratie gedaan. Wanneer de geest aan iets anders denkt en men wil dat hij zich op één speciale gedachte concentreert, dan wordt de geest erg onrustig; hij wenst niet op dezelfde plaats te blijven, want hij is altijd zonder discipline geweest. Zodra men probeert hem onder discipline te brengen, wordt hij als een weerspanning paard dat men wil temmen. De moeilijkheid begint zodra men probeert zich te concentreren; dan begint hij te steigeren, terwijl hij anders alleen maar wat rondloopt. Dit komt omdat de geest een wezen op zichzelf is. Hij voelt zoals een wild paard zou voelen: “waarom zou ik mij door jou laten hinderen?” Maar het is de bedoeling dat de geest een gehoorzame dienaar is, evenals het de bedoeling is dat ons lichaam een gehoorzaam werktuig wordt om er het leven mee te ervaren. Als die

twee niet in orde zijn, als zij niet reageren zoals wij willen, dan hebben wij weinig kans echt geluk, echt welzijn in dit leven te vinden. De wil kan zo sterk worden dat hij het lichaam beheerst en volkomen gezond maakt.....

Hoofdstuk 14: "de kracht in ons":

Degenen die grote dingen in het leven verricht hebben, in welke hoedanigheid ook, hebben ze verricht door de kracht van de waarheid, de kracht van oprechtheid, van ernst, van overtuiging; wanneer deze er niet zijn, is er ook geen kracht.....Twijfel ondermijnt iemands kracht. Het ontnemt moed, hoop en optimisme.



In ons soefi centrum kunnen we ook leren over onszelf en het leven via de filosofie van het soefisme. Er zijn interessante lezingen en er komen heel bijzondere mensen met wie ik mooie boeiende gesprekken heb. Vaak zo liefdevol en met een hart van Licht. Het is steeds weer een plezier om naar Den Bosch te rijden en samen met zoveel mensen een prachtige ochtend te beleven.

Mocht u denken; Dat wil ik ook graag dan bent u natuurlijk van harte welkom bij onze diensten of soefi klassen.

Onze eerst volgende klas is op **dinsdag 13 maart**. Bij de **Oriëntatie en soefisme klas die om 19.00 uur begint**, werkt dit keer Qadira Hendriks Franssen met teksten uit de Gayan en Vadan als bron van Inspiratie en overdenking, daarnaast muziek, en oefeningen met de adem. Er is natuurlijk ook gelegenheid om vragen te stellen. U bent van harte welkom.

Vanaf 20.30 uur is er de **Gatha klas** die dit keer door Ali Can Yurdakul geleid zal worden. Daarbij wordt er gelezen uit het boek "de Gatha's" van Hazrat Inayat Khan en tevens worden daar de Gebeden behandeld en ademhaling en concentratie oefeningen gedaan of zingen we een wazifa.

Op zondag 25 maart zal er een informele soefidienst zijn welke om **11.00 uur** begint in ons soeficentrum aan de Buitenhaven 13. **Hakima Wuester** zal spreken

over "het licht in ons". Na afloop is er gelegenheid om van gedachten te wisselen onder het genot van een kopje koffie of thee. U bent van harte welkom.

Saraswati

Adres Soefi centrum Den Bosch: **Buitenhaven 13, 's-Hertogenbosch**

Adres klas oriëntatie en soefisme en Gatha: **Antonius van Alpenstraat 1, 's-Hertogenbosch**

Voor informatie: **Saraswati de Vries: harpsaraswati@kpnmail.nl Tel: 0623148145**

Ali Can Yurdakul: alican.1@kpnmail.nl of tel. 0653168044

Maart:

Dinsdag 13 : **Oriëntatie en soefisme belangstellenden klas.** Aanvang 19.00 uur tot 20.15 uur daarna **Gatha klas** van 20.30 uur tot 21.45 uur.

Zaterdag 24 : **Dag van het Zuiden ?**

Zondag 25 : **Soefi dienst.** Spreker **Hakima Wuester** in het Zen centrum den Bosch. Aanvang 11.00 uur.

April:

Dinsdag 10 : **Oriëntatie en soefisme belangstellenden klas.** Aanvang 19.00 uur tot 20.15 uur daarna **Gatha klas** van 20.30 uur tot 21.45 uur.

Zondag 22 : **Soefi dienst,** Spreker **Maharani de Caluwé** in het Zen centrum Den Bosch. Aanvang 11.00 uur.

Mei:

Dinsdag 8 : **Oriëntatie en soefisme belangstellenden klas.** Aanvang 19.00 uur tot 20.15 uur daarna **Gatha klas** van 20.30 uur tot 21.45 uur.

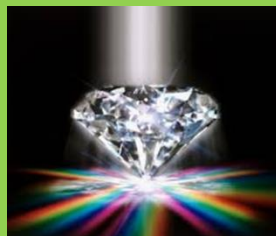
Zondag 27 : **Soefi dienst.** Spreker **At de Roos** in het Zen centrum Den Bosch. Aanvang 11.00 uur.

Juni:

Dinsdag 12 : **Oriëntatie en soefisme belangstellenden klas.** Aanvang 19.00 uur tot 20.15 uur daarna **Gatha klas** van 20.300 uur tot 21.45 uur.

Zondag 24 : **Soefi dienst,** spreker **Ganesh van der Veer** in het Zen centrum Den Bosch. Aanvang 11.00 uur.

"Een diamant moet geslepen worden, voordat zijn licht kan schijnen."



"Laat mijn hart Uw goddelijk licht weerkaatsen, Heer, zoals de maan het licht van de zon weerkaatst."