nieuwsbrief heilig vuur

najaar 2023



radicale verandering

In sneltreinvaart en eigenlijk sneller nog kantelt mijn leven volledig, schreef de goede vriend in antwoord op de vraag hoe het met hem ging. *Ik ervaar een enerverende periode met ruimte voor bezieling en nieuw leven. Met een nieuw thuis, een nieuwe baan zonder andere banen, los van familie, los van relatie die hiermee in verband lag, golvend in de natuur met eeuwenoude bezieling die tevoorschijn komt. Zoiets.*

buigen

Soms bereiken we het punt dat we onze koers radicaal weten te verleggen naar een gezondere en meer vervullende koers. Dat gebeurt vaak pas op het moment als we er in zijn geslaagd om vrede te sluiten met het verleden. In het werken met systeemdynamieken, noemen we dat *buigen* en daarbij maken we ook daadwerkelijk een buiging. Als je nog 'vast' zit aan een belangrijke gebeurtenis of patroon in jouw geschiedenis of die van je familie, dan uit die *verstrikking* zich in een *symptoom* dat 'het oude verhaal' vertelt. Het symptoom kan een fysieke uiting zijn, zoals bijvoorbeeld een



Eugenia Maximova

ziekte. Maar het symptoom kan er ook uit zien als *boos blijven*, bijvoorbeeld op onze ouders, *wrokkig zijn*, bijvoorbeeld naar een ex-geliefde of besluiten om iets of iemand *uit te sluiten*, als het bijvoorbeeld te pijnlijk is. *Bert Hellinger* schreef dat je na een intense ervaring, drie keuzes hebt: je ertegen blijven verzetten, boos/wrokkig blijven of aannemen dat het is gegaan, zoals het is gegaan.

vrijheid

De laatste optie levert je *autonomie*, ofwel de grootste vrijheid, op. Het onder ogen zien en 'aannemen' van de gebeurtenis, de pijn doorleven en rouwen om het gemis, biedt je de mogelijkheid om ruimte te maken voor nieuwe stappen en je koers radicaal te verleggen. Als je kan buigen voor het verleden en het gedrag van de ander en diens verantwoordelijkheid daarvoor ook werkelijk bij die ander kunt laten, dan kun je je opnieuw met het leven en de beweging voorwaarts verbinden. Het is niet altijd gemakkelijk om voor het verleden te buigen omdat het *ego* daarbij vaak in de weg zit. Maar op het moment dat je ervaart dat je de buiging vooral voor jezelf maakt, dan merk je gelijk dat de buiging de meest helende beweging is die je kunt maken! Buigen is een *bevrijdingsfeest* voor de ziel.

antigif

De goede vriend vervolgt: *het valt me op dat ik de historie werkelijk kan laten voor wat die was en is*. In 2019 bezochten wij samen *Auschwitz*. Twee dagen liepen wij over de kilometerslange velden, bezochten wij de barakken en alle gruwelijke onheilsplekken van de Poolse vernietigingskampen *Oswiecim* en *Birkenau*. Daders en slachtoffers zijn van alle tijden. De in 2018 overleden Israëlische schrijver en publicist *Amos Oz* filosofeert in zijn boeken over het kwaad en hoe daar mee om te gaan. In zijn boek *Een verhaal van liefde en duisternis* (2010) schrijft hij: *In het leven van zowel individuen als volken breken de ergste conflicten vaak uit tussen twee vervolgden*. Joden en Arabieren delen een geschiedenis van vervolging. De Joden zijn in Europa vervolgd. De Arabieren zijn in hun eigen landen door Europa vervolgd in de vorm van kolonialisme en imperialisme. Joden en Arabieren delen hun negatieve ervaringen met Europa, maar van solidariteit tussen de slachtoffers is geen sprake. Voor de Arabieren zijn de Joden de nieuwe Europese kolonialisten, terwijl voor de Joden, de Arabieren ervaringen



Ben Zank

oproepen van Nazi-Duitsland. *Oz* zei in november 2015 tijdens een bezoek aan Nederland over *Israël* en *Palestina*: *Het zijn net twee kinderen van gewelddadige ouders die gevangen zitten in hun projecties. Bepaalde delen van die kinderen zijn nog niet geïntegreerd. Zolang de wond van hun slachtofferschap nog niet is genezen, zetten zij de strijd voort als dader.* Over hoe op terreur te antwoorden, zegt hij: *Terreur is een monster dat is voortgekomen uit een diepe, etterende wond. Agressie komt altijd voort uit een wond. We kunnen de wond niet alleen met een stok te lijf gaan als we willen dat die wond een keer stopt met bloeden.*

Wees de verandering die je in de wereld wil zien, is de bekende quote van *Gandhi*. Tijdens ons bezoek aan *Auschwitz* zagen we diverse groepen van verschillende nationaliteiten en achtergrond arm in arm in een kring staan terwijl ze liederen van vrede zongen. We hoorden ook verhalen over mensen die juist op deze 'plekken des doods' de liefde bedreven. Als antigif. *Fijn om je na de zomer weer te spreken*, sloot mijn vriend af. *Nieuwsgierig naar hoe het met je gaat. Ook jij zal een radicale verandering herkennen bij jezelf. Minder strategisch vanuit de toekomst doen. Op een andere rails die geen rails is.* En zoals zo vaak heeft hij gelijk.

niet meer vanzelfsprekend

Gisteren zwaaide ik ze uit. Mijn ex-partner met onze meiden en de hond. Onze zoon zou later inhaken. Op vakantie naar de Ardennen. Ik was eerder met het 'hele spul' al een weekje op Terschelling geweest. Het was goed, zo hadden we het afgesproken. Ik deed vrolijk, wenste ze veel plezier en hielp met het verzamelen van de laatste spulletjes. Toen de auto de hoek omdraaide en ook de zwaaiende handen van de meisjes uit het zicht waren verdwenen, voelde ik het. Een golf van weeïge pijn welde op vanuit mijn buik en greep zich vast rondom mijn hart. *Ik wil ook mee,* huilde het

ergens vanbinnen. Herinneringen aan voorbije vakanties kwamen naar boven. Voor de miljoenste te keer vroeg ik mij opnieuw af. *Waarom? Waarom ging het ook alweer mis tussen ons?* Meestal weet ik dat heel goed, maar soms lijk ik het ook opeens te zijn vergeten.

Precies een jaar geleden zat ik met de meisjes op een berg in *Monteverde* in *Costa Rica* en keken we naar de zonsondergang. Op dat moment schreef ik ook de vorige nieuwsbrief voor *Heilig Vuur*. Vanuit een paradijselijke natuur reflecteerde ik op onze relatie en schreef: *tot hier konden wij elkaar brengen*. Ik had er vrede mee en kon het gebeurde ook echt een plek geven. Deze zomer en alweer een jaar verder, heeft wat mij betreft, het taaie deel plaats; alles wordt nu echt gescheiden. Letterlijk! En dat is ook een soort kille operatie en wij ondervinden wat geld doet bewegen. Dit is het echte scheiden. Au!

het is goed

In zo een proces, is het dan soms verleidelijk om de deur van de herberg van je hart dicht te gooien. *Potverdikke!* Ik heb besloten om deze open te laten en wil mijn ex-partner bedanken voor alles wat hij mij in mijn leven heeft gebracht; de rust, de veiligheid, de gezelligheid, de mooie reizen, de heerlijke maaltijden, de kopjes thee op bed, de voetmassages, de films waar we samen graag naar keken en de gelegenheid om *Heilig Vuur* op te bouwen. Ik voel dat het goed is dat we het proces nu snel afronden zodat we allebei verder kunnen met ons leven. Los van elkaar, maar verbonden door het feit dat wij de ouders zijn onze prachtige, fantastische en wonderbaarlijke kinderen. En koffers vol herinneringen aan alles wat er ook was en waar we elkaar wel in hebben kunnen vinden.

Een wijs iemand zei mij ooit: wanneer je je ex-partner het allerbeste kunt gunnen, en dat ook werkelijk meent, dan ben je pas echt los van elkaar. Want loslaten kan alleen in liefde. Opeens weet ik het weer. Dit is goed. Lieve ex-man: **het ga je goed**. En dat meen ik vanuit mijn volle hart!



‘t Was boven op de berg dat ik begreep
En besloot het nooit meer te vergeten
‘t Was boven op de berg dat ik begreep
Wat ik al zo lang had moeten weten

Diep onder mij het zachte groene dal
Wit boven mij de wolken in het blauw
‘t Was boven op de berg dat ik begreep
Wat ik nooit meer vergeten wou

Geen stem, geen vuur vanuit een struik
Gewoon de vage bergen in de mist
‘t Was boven op de berg dat ik begreep
Dat ik dit al langer wist

Altijd, altijd

Geen donderslag bij heldere hemel
Ook niet de bleke sikkel van de maan
‘t Was boven op de berg dat ik begreep
Ik kan ook zonder angst bestaan

Was het de wind die mij vertelde
Je bent nooit alleen op deze aarde
‘t Was boven op de berg dat ik begreep
Wat ik al lang bewaarde
Was het de warmte van de zon

De geur van steen, door mij herkend
‘t Was boven op de berg dat ik begreep
Je bent nooit alleen als je samen met jezelf bent

Altijd, altijd

Bram Vermeulen

Joshua Herrera



heilig vuur-reis naar mexico

het gebied is de kaart

In februari 2023 maakten we met een groep van 10 (inclusief mijzelf) moedige reizigers een *radicale* reis in de vorm van een *sprong in het onbekende* waarbij het gebied en de reis onze kaart waren. De eerste Heilig Vuur-leiderschapsreis was een vervolg op de Leergang en Master Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek. De deelnemers hadden dus al het nodige gedaan met systemisch schaduwwerk. Zij hadden geleerd over plek, over balans tussen geven en nemen en over insluiten van datgene waar je liever van wegkijkt. Tegelijkertijd voelden zij het verlangen om verder en dieper te gaan, de vertrouwde comfortzone nog meer te verlaten en daadwerkelijk een flinke stap voorwaarts te zetten. In het onbekende.

sierra madre

Dat verlangen bracht hen (ons) in de *Sierra Madre* in *Oaxaca, Mexico*, een berggebied dat we betraden op het punt waar de twee benen van het moedergebergte zich wijd uitspreiden. Je zou kunnen zeggen dat we de baarmoeder van het gebergte in gingen. Hier wonen de *Mixe*, een volk waarvan wordt gezegd dat zij nooit geheel onderworpen zijn geweest aan een ander volk, noch aan de *Azteken*, noch aan de *Zapoteken*. En ook de *Spanjaarden* konden geen grip op hen krijgen. En dat merk je. Voor deze reis kregen wij speciale toestemming van de leiders van de gemeenschap om, onder begeleiding van lokale gidsen, rituele plekken te bezoeken, dorpjes met eeuwenoude tradities en, als hoogtepunt, om de heilige berg van de *Mixe*, de *Zempoaltepetl*, te beklimmen. Over deze reis was goed onderhandeld hoe geven en nemen in balans zou zijn. Zo brachten wij inkomsten en waren zij bereid hun geheimen met ons te delen. Maar er was meer. Wij waren namelijk niet de eerste *Europeanen* die naar *Mexico* kwamen voor *goud*...





la conquista

Het is iets meer dan vijf eeuwen geleden dat de Spaanse *conquistador Hernan Cortés* het gebied dat nu *Mexico* heet, op zeer gewelddadige wijze roofde van de volkeren die daar toen leefden en de *Azteekse* en andere oorspronkelijke beschavingen binnen enkele jaren genadeloos afslachtte. Van de 20 tot 25 miljoen inwoners van het gebied, overleefde slechts één op de tien het drama. De Spanjaarden kwamen vanuit *Cuba* aan in *Yucatán* waar zij eerst de *Maya's* versloegen. Het uiteindelijke doel van *Cortés* was *Tenochtitlán*, de hoofdstad van het *Azteekse* rijk en de plek waar zich nu *Mexico-Stad* bevindt. Na een lange en bloedige strijd werd *Tenochtitlán* uiteindelijk in 1521 door *Cortés* in naam van het *hof van Castilië* geannexeerd. Het gehele huidige Mexico kwam zo onder Spaans bewind en de kolonie werd *Nieuw-Spanje* genoemd. Op de ruïnes van *Tenochtitlán* werd *Mexico-Stad* gebouwd. De Spanjaarden hadden het Azteekse goud in handen en brachten het naar Europa.



Muurschildering van Quatzacoatl in Oaxaca

In de *Historias de las Indias de Nueva España* (1579) van de Spaanse kroniekschrijver *Diego Durán*, staat dat de *Azteekse* keizer het einde van zijn heerschappij al zag aangekondigd door onheilspellende voortekenen in de vorm van vreemde astronomische verschijnselen: *"Op 8 november 1519 arriveerde de Spaanse conquistador Cortés in Tenochtitlan. De Europese indringers werden met veel eerbied in Tenochtitlán ontvangen. De Azteekse keizer Montezuma was er, net als veertien jaar later Atahualpa, leider van de Inca's in Perú, van overtuigd dat een oude voorspelling uitkwam die sprak van de terugkeer van de blanke, bebaarde god Quetzalcoatl, de Gevederde Slang. Cortés landde uitgerekend op 'Eén Riet', de dag waarop Quetzalcoatl volgens de voorspellingen zou terugkeren. De Spaanse soldaten werden daarom als goddelijke boodschappers beschouwd en kregen de prachtigste geschenken."*



eerbied voor het geheim

In het begin was er een luidruchtige hemelgod. Zijn naam was *Huracán*. Hij was overal, in de donder, in de bliksem, in de wind en in de regen, in de duisternis en in het licht. Er was ook een stillere god. Die lag op de rustige zee helemaal verscholen onder schitterende blauwe en groene veren. Zijn naam was *Quetzacoatl* ofwel *Gevederde Slang*.

Eens op een dag ontmoetten ze elkaar en ze besloten om de aarde te gaan maken. Allebei tegelijkertijd zeiden ze: *Aarde, laat er aarde zijn!* En de rustige zee kwam in beroering en er stegen bellen op. Grote golven rolden over de oppervlakte. Land rees op uit de diepten en werd hoger en hoger tot er hoge, kantige bergen, diepe valleien en wijde vlakten waren ontstaan.

Toen besloten *Huracán* en *Gevederde Slang* om levende dingen te gaan maken. Allebei tegelijkertijd zeiden ze: *Leven, laat er leven zijn!* Er schoten planten op en het land werd vervuld van kleur. De zee raakte vol vissen. En in de lucht zwermden vogels en insecten. Kleine beestjes scharrelden tussen de struiken door. Poema's en jaguars sprongen over de bergen en slangen gleden door het gras.

Toen alles klaar was, besloten *Huracán* en *Gevederde Slang* dat het tijd was dat de vogels en de andere dieren hen moesten bedanken omdat zij hen hadden gemaakt. *Zo is het*, zeiden ze. Allebei zeiden ze: *Spreek! Noem onze namen! Breng ons eer!* Maar de vogels kwetterden alleen maar, ze piepten en ze snaterden terwijl de andere dieren knorden, blaften, gromden en brulden. Niet één van hen kon spreken.



Alexander van Steenberge

Dit is niet genoeg, zei *Gevederde Slang* teleurgesteld. *Wat zullen we nu doen?* Huracán zei: *We zullen een mens maken*. Dus namen ze wat modder en boetseerden en maakten ze de eerste mens. Deze mens had net zo een vorm als de mensen van nu. Maar omdat de modder zacht was, lukte het de mens niet om goed te staan of te spreken. En toen het ging regenen, werd deze mens bovendien weggespoeld.

Niet goed genoeg, zei *Gevederde Slang. Niet goed genoeg! Wat zullen we nu doen? Huracán* zei: *We moeten een stevige mens maken. Eentje die niet in elkaar zakt.* Dus namen ze een stuk hout en sneden het in de vorm en maakten een houten mens. Deze mens kon staan en bewegen en praten. De goden waren blij en maakten nog een paar mannen en vrouwen met dezelfde vorm als de mannen en vrouwen van nu. Maar de houten mensen hadden geen gedachten en ook geen gevoelens. Ze lachten niet en ze huilden niet en hun gezicht stond altijd effen. De goden hadden echter geduld. Ze wachtten een poos en toen zei *Huracán: Nu is de tijd gekomen dat de houten mensen ons moeten bedanken dat wij hen hebben gemaakt.* Allebei tegelijkertijd zeiden de goden: *Spreek! Roep onze namen, breng ons eer!* De houten mensen hoorden het wel, maar ze begrepen het niet. Ze wisten niet wat het betekende om dankbaar te zijn en zeiden niets.

Alweer, zei Gevederde Slang, *niet goed genoeg. Wat nu?* En Huracán zei: *Ik zal ze vernietigen*. En hij liet zwarte, pekachtige regen op de houten mensen vallen. Toch lukte het een paar van de houten mensen te ontsnappen. Ze renden het bos in en klommen in de bomen. Ze bleven in leven en ook vandaag de dag leven hun kinderen nog altijd in de bomen. Dat zijn de apen.

Nog één keer ontmoetten de goden elkaar. *Gevederde Slang* zei: *ik weet niet zeker of het mogelijk is om iemand te maken, die dankbaar is en ons wil vereren. Huracán* antwoordde: *we moeten het nog één keer proberen.* Hij liet zijn blik naar de planten gaan. *Dit keer zullen we de mens maken uit het zaad van de meest wonderlijke plant die we hebben gemaakt.* En toen plukten ze een paar maïskolven. Gele, witte, rode en zwarte. Zij mengden en stampten de maïskolven, deden er water bij en van dit mengsel vormden zij vier mannen en vier vrouwen. De mensen hadden stevig vlees en stevige spieren. Zij stonden rechtop en liepen en spraken. En ze hadden gevoelens. Ze glimlachten en ze fronsten, ze lachten en ze huilden. Bovendien waren ze heel slim. Ze konden dingen zien die een heel eind weg waren. Ze konden zelfs *Huracán* en *Gevederde Slang* zien. Ze zagen alles en ze begrepen alles. Ze waren als goden. Zodra ze klaar waren, riepen de mensen zonder dat het hen was gevraagd: *Wij danken U, Gevederde Slang, wij danken U, Huracán! U hebt ons gemaakt en wij danken U waarlijk! Tweemaal, driemaal danken wij U!*

Maar wat was dat nu? Dit vonden de goden niet prettig. *Deze mensen zijn weer té goed*, zei *Gevederde Slang, ze zijn volmaakt! Ze weten alles! Huracán* zei: *als ze net als de goden zijn, zullen ze niet meer tegen ons opkijken. Ze zullen onze gelijken zijn en het zal niet lang meer duren of ze houden op met ns te vereren en te aanbidden. Huracán* dacht een poosje na. *Ik moet hen de ogen vertroebelen*, zei hij. En hij blies een waas in de ogen van de mensen, zodat zij alleen nog dicht bij de dingen duidelijk konden zien en niet meer alles konden begrijpen en verklaren.

Toen scheen de wereld vol wonderen en geheimen en zo vereerden de mensen steeds weer hun goden, *Quetzacoatl* en *Huracán*. Uit deze mensen kwamen alle mensen voort. Hun ogen zijn nog altijd vertroebeld en de wereld schijnt hen nog altijd vol wonderen en geheimen. En daarom prijzen zij hun goden, steeds weer.

Scheppingsverhaal uit Midden-Amerika, Margaret Mayo Uit: Scheppingsverhalen uit alle windstreken.















helende taak

Als je vanuit systemisch-sjamanistisch perspectief kijkt naar de reis die wij in februari 2023 maakten, dan waren wij reizigers die behoren tot de witte *Europese groepsziel*, wiens leden in de vijftiende en zestiende eeuw op grote schaal aan het koloniseren sloegen. Hiervoor dragen wij nog steeds een niet-afgeloste schuld mee via de groepsziel waar wij toebehoren. Het was goed om ons dat aan het begin van de reis te beseffen. In plaats van dat wij op zoek gingen naar het *goud* van de *Azteken*, wat iets buiten onszelf zou zijn, gingen we op zoek naar het goud dat in de schaduw-lagen van onze ziel op ons lag te wachten. *Mexico* en de *Sierra Madre* wachtten ons op met *vrouwelijke* energie, die ons behulpzaam was bij de intentie onze *helende taak* nog verder te integreren en het goud in onszelf op te delven.

wetende veld

Je *helende taak* is de opdracht die je in dit leven hebt te volbrengen om los te komen èn te blijven uit de verstrikkingen met je systeem van herkomst. Het vervullen van je helende taak brengt je per definitie dichter bij je verlangen. Informatie hierover en hulp bij het vervullen van deze 'taak' kun je o.a. vinden in het zogenoemde *wetende veld*. Bij *Heilig Vuur* werken we op verschillende manieren met dit wetende veld ofwel de ruimte waar zich de onbewuste informatie bevindt en waar je *heling* kunt vinden. Het wetende veld wordt al duizenden jaren betreden door inheemse *healers* en *teachers* als een gewoon onderdeel van het leven. In het westerse denken is het niet gebruikelijk te luisteren naar de wijsheid van dit veld omdat er nog geen sluitende wetenschappelijke verklaring is voor het bestaan ervan. De natuurlijke verbinding met de schepping, de schepper en de voorouders is nauwelijks meer terug te vinden in de westerse geneeswijzen.



constellaties

Tijdens een constellatie is het mogelijk om met het wetende veld in contact te treden. Wij mensen hebben de mogelijkheid deze kennis bewust waar te nemen. De waarde van *Bert Hellinger* is dat hij het wetende veld in het therapeutisch handelen heeft weten te integreren en de kennis daarover naar de westerse wereld heeft gebracht. Het wetende veld beperkt zich echter niet tot de informatie die aanwezig is in familiesystemen. Zo spreekt de Engelse celbioloog *Rupert Sheldrake* bijvoorbeeld van *morfogenetische velden*. Hij gaat ervanuit dat de wereld onderhevig is aan een creatief proces en dat natuurwetten om deze reden niet statisch kunnen zijn. Als de natuur zich ontwikkelt, is het noodzakelijk dat de natuur een geheugen heeft. Volgens *Sheldrake* hebben ook bomen, planten, eiwitten of kristallen een geheugen. Ook zou er sprake zijn van hiërarchisch georganiseerde stelsels, die op ieder niveau van samengesteldheid eigenschappen bezitten die niet volledig begrepen kunnen worden uit de eigenschappen die hun afzonderlijke delen laten zien. Op ieder niveau is het geheel meer dan de som der delen. Recent wetenschappelijk onderzoek toont bovendien aan dat de ruimte niet leeg is maar gevuld met energie. Ieder deeltje in het universum is verbonden met een ander deeltje waardoor interactie op afstand mogelijk is. Zou het kunnen dat dit energieveld een opslagplaats is van informatie? Is dit het 'wetenschappelijke bewijs' van het wetende veld? Hoe dan ook, aan één wetenschappelijk criterium voldoet het wetende veld in ieder geval wèl: het is overal en op elk tijdstip oproepbaar.



Laureen Missaire



Photo Merchan Montes

een antwoord dat ertoe doet

We weten dus dat, als we een vraag stellen, we in de opstelling die daarop volgt ook een antwoord krijgen. En we kennen ook allemaal de diepe wens om een mooi en 'aardig' antwoord te krijgen. Een opstelling geeft dat niet altijd. Werken met het wetende veld is vaak een intense ervaring, zowel voor beginners als voor gevorderden. De representatiemethode van opstellingen en de sjamanistische technieken is ontwikkeld om het bewustzijn te openen voor andere, soms hele nieuwe manieren om de realiteit te ervaren. Om deze reden kunnen sjamanistische technieken en opstellingen, en de combinatie van deze twee, de manier waarop je jezelf en de wereld om je heen ervaart, veranderen. Elke deelnemer neemt zijn eigen mentale en emotionele geschiedenis mee; deels bewust, deels onbewust. Een zwakke plek, die nooit een probleem vormde in het dagelijks leven, kan zich op onverwachte manieren laten zien. Het veld laat bijna altijd iets oplichten uit het systeem van degene die de vraag stelt. Dat wat oplicht, is vaak precies wat op dat moment nodig is. Als we werken met het wetende veld, kunnen we dus niet beloven dat je dàt waarneemt wat je graag wilt waarnemen. We kunnen wel beloven dat je iets krijgt te zien wat er voor jou toe doet.

universele taak

Als je veel opstellingenwerk doet, ontwikkel je een vermogen om te kunnen waarnemen in een groter kader. Je treedt gemakkelijker in contact met het wetende veld. Hierdoor groeit je sensitiviteit, evenals je creativiteit en je vermogen om nieuwe ideeën te ontwikkelen en anderen te begeleiden. Dit is een geschenk dat je krijgt. Tegelijkertijd brengt het ook een grotere verantwoordelijkheid met zich mee ten opzichte van je omgeving. Je helende taak gaat dan niet meer over jou alleen maar ook over jou en de betekenis die je hebt voor je directe omgeving.

Het doel van elk familiesysteem is te overleven en het leven op de een of andere manier door te geven. Op een diepere laag is het doel ook: het ervaren van onvoorwaardelijke liefde. Als je het werken met systeemdynamieken toepast, werk je met liefdesbanden. Bij gebonden liefde ben je verstrikt met iets of iemand uit je systeem. Deze vaak onbewuste binding veroorzaakt dan een vraag of thema waar je niet uit komt. Er is sprake van een symptoom. Pas als je in staat bent om deze binding om te zetten in verbinding, transformeert de gebonden liefde in onvoorwaardelijke of pure liefde. Dit is liefde zonder dat je daar voorwaarden aan stelt.

Je zou daarom kunnen zeggen dat het de universele taak van ieder mens op aarde is om te onderzoeken welke ideeën in je ‘mind’ je tegenhouden om onvoorwaardelijke of pure liefde te ervaren. Tijdens de reis naar Mexico hebben we diep in onze ziel gekeken en gingen we soms terug naar vorige generaties om te onderzoeken welke onbewuste overtuigingen ons tegenhielden om onze helende taak daadwerkelijk te leven. Sommige overtuigingen waren al bekend, andere nog niet. Het was een boeiende reis met veel lichtpunten. En de kwartjes vallen nog steeds. Bij alle deelnemers, inclusief ondergetekende.







What you are
has already said YES to this moment as it is.
YES to these thoughts,
these sensations, sounds, feelings,
however 'unacceptable' they seem right now.
What seems unacceptable to 'you',
has already been accepted by what you are.
Life is the acceptance we seek.
This Deep Acceptance, as I call it, is not something you do
- it's what you are...

Jeff Foster



vertrouwen en helende taak

Het opnemen van je helende taak vraagt om vertrouwen. Vertrouwen is echter een moeilijk te bevatten begrip. Wat betekent het precies en hoe doe je het? Waar komt het vandaan en is het te leren? Kun je jezelf eigenlijk wel vertrouwen? Of is er steeds weer dat stemmetje dat zegt: *je bent niet goed genoeg zoals je bent.*

vertrouwen met een kleine v

In spirituele geschriften en overleveringen kom je twee soorten vertrouwen tegen: vertrouwen met een kleine v en Vertrouwen met een hoofdletter V. Het vertrouwen met een kleine letter is het aardse vertrouwen op materieel, menselijk niveau. Op basis van eerdere ervaringen in je leven maak je een inschatting of de persoon in kwestie aan je verwachtingen zal gaan voldoen. Je projecteert je ervaringen uit het verleden op de toekomst en bepaalt zo of je de persoon nu vertrouwen kan of niet.

Vertrouwen met een kleine v heeft dus alles te maken met verwachtingen, oordelen en emoties en wordt voornamelijk gevormd in je mind, je hoofd, en voor een deel in je buik. Dit soort vertrouwen maakt je afhankelijk van wat de ander doet en daarmee kwetsbaar en soms ongelukkig. Er is namelijk altijd het risico dat de ander je vertrouwen beschaamt en dat kan teleurstelling, pijn of verdriet opleveren.

vertrouwen met een grote v

Dan is er Vertrouwen met een hoofdletter V. Dit Vertrouwen stijgt boven het materiële, intermenselijke niveau uit en speelt zich af op een ander, meer spiritueel niveau. Als je werkelijk Vertrouwt, dan accepteer je alles wat er op je pad komt. Je hebt het geloof dat zowel de positieve als de negatieve ervaringen er zijn voor jou om te groeien en te leren om te zijn wie je bent. Er is dus geen oordeel over goed en kwaad. Alles is wat het is en je kunt er met liefde naar kijken. Je geeft je als het ware over aan het leven. Dit Vertrouwen is de toegangspoort tot het hart. Het geeft gemoedsrust en maakt je sterk en liefdevol.



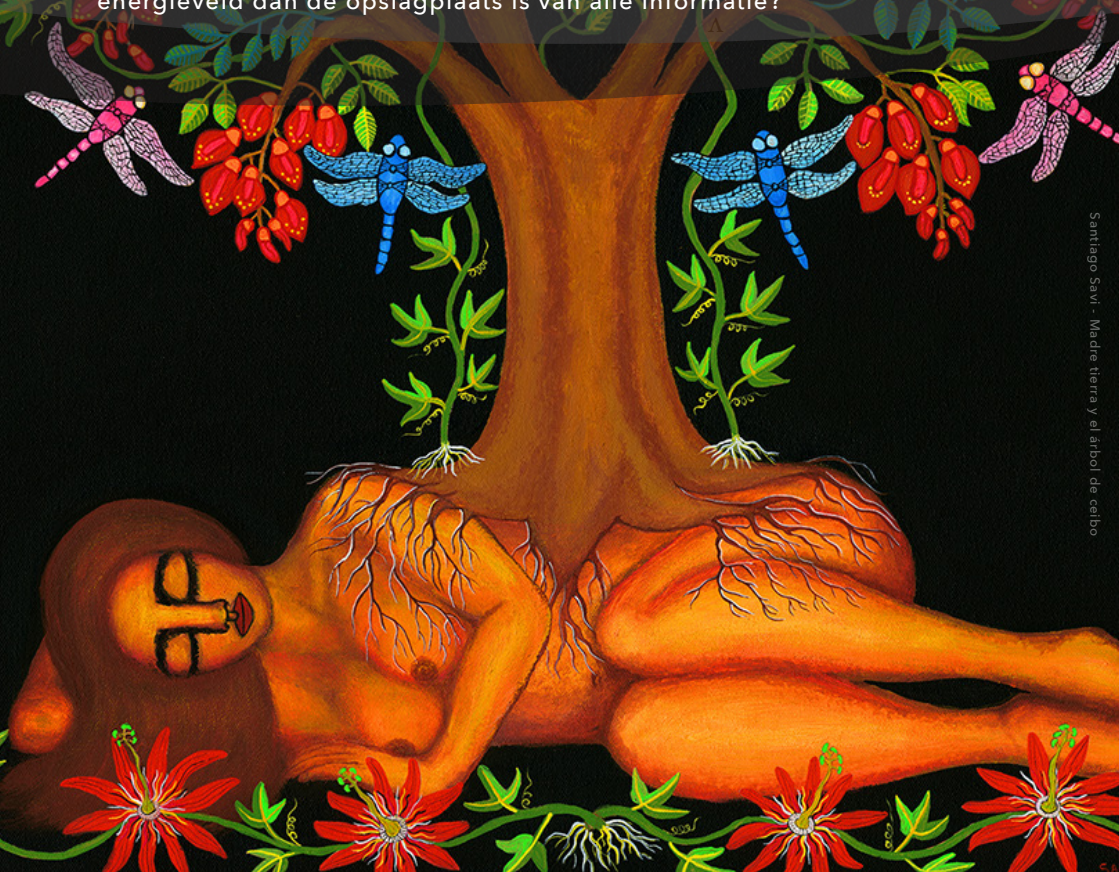


de noodzaak van vrouwelijke energie

Lange tijd was spiritualiteit nauw met de wetenschap verbonden. Zieners waren ook belangrijke wetenschappers en magiërs waren voorname raadgevers van de koning. Aan hun opvattingen werd veel belang gehecht. De mensen zagen de natuur als een manifestatie van het goddelijke. Oude volken vereerden vrouwelijke godinnen als scheppers en bezielers van de natuur. De industrialisatie zorgde voor een grote omwenteling. De natuur werd ontdaan van het goddelijke en het vrouwelijke en voortaan gezien als een onuitputtelijke hulpbron. Ziel en materie werden uit elkaar getrokken ten behoeve van winstgevendheid. De oude wijzen werden in de ban gedaan. Iedere kracht die niet kon worden verklaard door de wetenschap werd afgedaan als bijgeloof. Mannelijke goden werden voortaan vereerd als de scheppende krachten.

moeder aarde

Toch zijn de wetenschappers altijd blijven vermoeden dat er een verbinding bestaat tussen de ziel, het brein, ons lichaam en de wereld om ons heen. De laatste jaren wint dat idee weer terrein. Recente ontwikkelingen in de neurowetenschap tonen aan dat de 'ongrijpbare ziel' wel degelijk te verenigen is met de nuchtere wetenschap. Steeds vaker kunnen aspecten van oude, traditionele geneeswijzen en spirituele praktijken worden uitgelegd in moderne neurologische termen. De sjamanen geloven in de kracht van de Goddelijke Moeder, Moeder Aarde, een levend energiesysteem dat als een levensweb alle levende wezens ondersteunt en van energie voorziet. De sjamanen zeggen toegang te hebben tot dit energieveld van onzichtbare kennis waardoor zij hun helende werk kunnen verrichten. Het 'concept' van de Goddelijke Moeder als energiematrix vindt steeds meer ingang in wetenschappelijke kringen. Wetenschappers stellen dat de ruimte niet leeg is maar gevuld met energie. Ieder deeltje in het universum is verbonden met een ander deeltje waardoor interactie op afstand mogelijk is. Is dit energieveld dan de opslagplaats is van alle informatie?



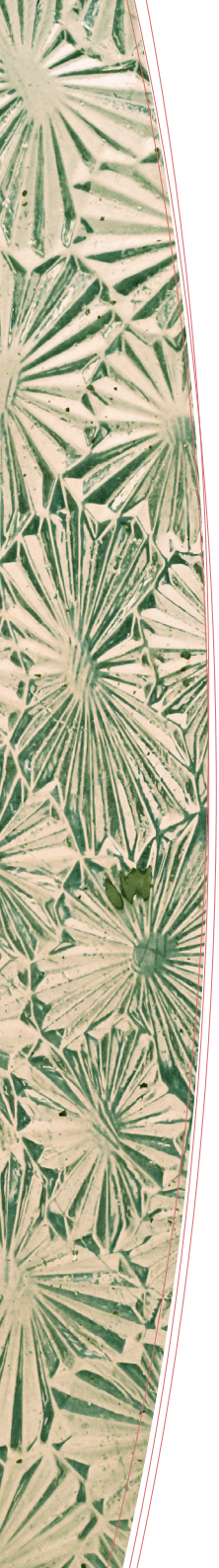
Santiago Savi - Madre tierra y el árbol de ceibo

mitochondriën

In hun boek *Het verlichte brein* beschrijven psycholoog en medisch antropoloog *Alberto Villoldo* en neuroloog en holistisch arts *David Perlmutter* hoe het menselijk lichaam ook vrouwelijke levenskracht nodig heeft om voort te bestaan. In de moderne neurowetenschap zijn het de *mitochondriën* die staan voor de vrouwelijke levenskracht in ieder mens. De *mitochondriën* zijn de onderdelen van onze cellen die energie produceren en die uitsluitend in de lijn van onze vrouwelijke voorouders worden doorgegeven. Het zijn 'energiefabriekjes' die ervoor zorgen dat wij vitaal zijn. Voor een gezond en lang leven hebben wij optimaal functionerende mitochondriën nodig.

De mitochondriën worden echter bedreig bedreigd door onze moderne en stressvolle levenswijze en de biochemische belasting van kwik, pesticiden en lucht- en waterverontreiniging. Daarnaast zijn niet of gedeeltelijk verwerkte trauma's een belangrijke oorzaak voor het onvoldoende functioneren of zelfs afsterven van de *mitochondriën*. Depressieve klachten, burn-out, fatale hersenaandoeningen, kanker of hartkwalen kunnen het gevolg zijn.

Om de *mitochondriën* te repareren en de levensenergie weer te herstellen, is het van belang om zo gezond mogelijk te leven en onze trauma's te helen. Trauma's zijn negatieve ervaringen uit het verleden die ons brein hebben geconditioneerd. Het werken met systeemdynamieken en sjamanistische technieken zijn behulpzaam bij het helen van deze belemmerende en destructieve conditioneringen. We kunnen zo gevoelens van angst, woede en verdriet uit ons leven lossmelten. Ons brein reageert hier vervolgens op door de oude, ongezonde neurale netwerken af te sluiten en nieuwe, gezonde routes aan te leggen. Deze nieuwe gezonde netwerken zijn dan vrij van de stress die de *mitochondriën* bedreigt.



het hogere brein en de weg van angst naar liefde

Als we kijken naar de structuur van ons brein, dan is het de *prefrontale cortex* die ons in staat stelt om levensvreugde, creativiteit en vernieuwing te ervaren. Ons brein kent verschillende ontwikkelingsstadia. Elk stadium kent een eigen subjectieve beleving van de wereld en een eigen gevoel voor tijd en ruimte. Het oude brein bestaat uit de hersenstam en het limbische systeem. De hersenstam wordt ook wel het *reptielenbrein* genoemd omdat het sterk lijkt op het brein van een reptiel. Een reptiel is niet aaibaar en ook dit hersendeel voelt geen enkele emotie. Het reguleert autonome functies als de hartslag, de ademhaling en is betrokken bij vecht- en vluchtreacties.

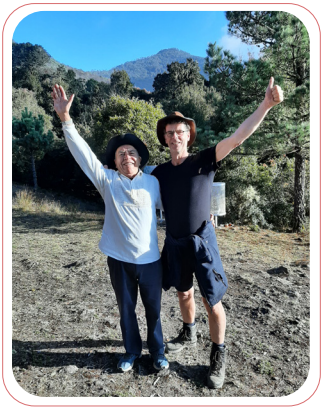
Het *limbische brein* is een volgende en complexere fase van ons brein waar de emoties zetelen. Omdat dit brein bij zoogdieren dominant is, wordt het ook wel *zoogdierenbrein* genoemd. In dit brein worden signalen gedecodeerd volgens vier basisprogramma's: angst, eten, vechten/vluchten en voortplanten. De *neocortex* is de volgende fase in de evolutie van ons brein. Het verwerkt prikkels op een holistische manier en interpreteert beelden en geluiden uit de omgeving tot samenhangende informatie. Met dit 'nieuwe' brein kunnen we plannen, vooruitdenken en toekomstplannen maken. In de hogere delen van de *neocortex* is plaats voor onbaatzuchtige liefde, rationeel denken en logica.

Wanneer we in staat zijn om de schadelijke emoties uit ons oude brein te helen, kunnen we het nieuwste stadium van ons brein, de *prefrontale cortex* verder activeren. Dit brein houdt verband met persoonlijk initiatief en de ontwikkeling van onze individualiteit en zelfgevoel. Het helpt ons te begrijpen wie we zijn en wat ons belemmert om een hoger niveau van bewustzijn te bereiken. Het wijst ons de weg van de angst naar de liefde. Het werken met systeemdynamieken en sjamanistische technieken zijn behulpzaam bij het 'verlichten' van de prefrontale cortex wat ons in staat stelt steeds meer toegang te krijgen tot het allesomvattende energie- en informatieveld.



There is a pleasure in the pathless woods,
There is a rapture on the lonely shore,
There is a society, where none intrudes,
By the deep sea, and music in its roar:
I love not man the less, but Nature more,
From these our interviews, in which I steal
From all I may be, or have been before,
To mingle with the Universe, and feel
What I can never express, yet cannot all conceal.

Lord Byron
Engels schrijver en dichter, 1788-1824




reconstructivas of reconstruerende constellaties

Terug naar Mexico. Het voelt als niet gepast om uitgebreid verslag te doen van alles wat wij hebben meegemaakt: *what happened in Mexico, stays in Mexico*. Maar vraag er gerust een van de deelnemers naar. Wat ik wel kan 'verklappen' is dit: als we onze schaduw integreren, ontmoeten we weer de onvoorwaardelijke liefde en hebben we toegang tot de kosmos van energie. We stellen dan geen vragen meer over wie, hoe, wanneer en waarom en kunnen de deur achter ons trauma dicht doen. Dit hebben we allemaal op een bepaalde manier ervaren. Tijdens de reis werkten we met *reconstruerende constellaties* of - in het Spaans - *reconstructivas*. Dit zijn constellaties in een volgend evolutiestadium. We zetten deze constellatievorm in om te onderzoeken welk individueel, familie- of collectief trauma aan de kiem staat van onze belemmering de onvoorwaardelijke liefde te kunnen ervaren. Door ons trauma, recent of van generaties terug, te reconstrueren, kunnen we ons verhaal helen. We hoeven dan niet meer te overleven en kunnen onze negatieve emoties transformeren in liefde. Deze *reconstructivas* zijn een soort 'virtuele *Ayahuasca*', de hallucinerende drank die sommige sjamanen gebruiken bij hun *journeys*.

waar blijft de ziel?

Al eeuwenlang zijn mensen op zoek geweest naar de ziel en haar verblijfplaats. De oude Egyptenaren waren ervan overtuigd dat het hart de zetel van de ziel was. Anderen wezen weer de lever of de milt aan. Toen we de ziel op geen van deze plaatsen konden ontdekken, besloten we dat de ziel in onze hersenen huist, zoals ook hersenonderzoeker *Dick Swaab* in zijn boek *Wij zijn ons brein* betoogt. Net als hij beweren de meeste neurowetenschappers dat de ziel een bijverschijnsel van het brein is: de neurale netwerken van de hersenen creëren ons bewustzijn en onze ziel. Toch is ook dat nooit bewezen, er is immers geen anatomische grondslag gevonden voor het ontstaan van onze neurale netwerken. De sjamanen geloven precies het omgekeerde, namelijk dat het brein een bijverschijnsel van onze ziel is. Onze ziel gebruikt complexe, evolutionaire mechanismen om nieuwe neurale netwerken te creëren, waarmee we ons bewust kunnen worden van onszelf en het universum kunnen leren kennen.

Villoldo en *Perlmutter* beschrijven het mooi in hun boek *Het verlichte brein*: "Misschien ontdekken we op een dag dat zowel de moderne neurowetenschappers als de oude sjamanen en mystici het bij het rechte eind hebben. Misschien ontdekken wetenschappers dat wij toch meer zijn dan een verzameling neuronen en misschien ontdekken mystici dat het brein en het lichaam essentiële onderdelen zijn van het bewustzijn. Maar waarom zouden we wachten tot vooraanstaande wetenschappers of spirituele leiders ons duidelijkheid geven over deze kwestie? Waarom zouden we niet zelf op onderzoek uitgaan?" Dat doen we wanneer wij werken met systeemdynamieken en sjamanistische technieken toepassen. We werken dan met de bewegingen van de ziel en kunnen deze bewegingen ervaren als een boeiend en ingenieus samenspel tussen ons brein, ons lichaam, onze omgeving en onze geschiedenis.





bijdrage aan de gemeenschap

Bij de *Mixe*, waar wij in *Mexico* waren, is het normaal dat je je steentje bijdraagt aan je gemeenschap. Als je gezegend bent met een bepaald talent komt het de gemeenschap, en daarmee dus ook jezelf bovendien ten goede, als je dit talent deelt met de anderen. Je eigen talent zal op deze wijze steeds verder groeien; je laat 'waar je mee bent gezegend' door je heen stromen waardoor je van binnen steeds ruimer wordt. Zo hebben we op deze reis gezien dat ook iedere *Mixe* aan zijn of haar gemeenschap bijdraagt door middel van een specifieke 'community service'. In de eindopdracht aan deelnemers stond (o.a.) het volgende:

In welke vorm zou jij iets van wat jij tijdens deze reis hebt geleerd aan jouw gemeenschap kunnen doorgeven? Dit kan natuurlijk vele vormen hebben. Zo draag ik bijvoorbeeld een vast deel van mijn salaris af aan goede doelen en geef ik gratis (of tegen een gereduceerd tarief) coaching aan mensen met geen of een smalle beurs (bijvoorbeeld vluchtelingen, bijstandsmoeders en studenten).

je cynisme gaat je niet redden

“Je cynisme gaat je niet redden. De lijst met taken voor de overheid is terecht eindeloos. Om te beginnen met de meest basale behoeften en rechten van burgers nakomen. Zoals een dak boven je hoofd. Zoals een toegankelijke gezondheidszorg. Zoals een rechtvaardig onderwijssysteem. Zoals betrouwbare overheidsinstanties die dienstbaar zijn. Zoals een humaan rechtssysteem. Zoals een solidair asielbeleid. Zoals het benoemen en veroordelen van geweld en uitbuiting in het verleden èn in het heden. Dit is het moment om radicaal te bevragen wat we als vanzelfsprekend hebben geaccepteerd.

Want je cynisme gaat je niet redden. Net zoals het overanalyseren van systeemproblemen je niet gaat redden. Net zoals het conceptualiseren van de dagelijkse levens van mensen van vlees en bloed je niet gaat redden. Net zoals het academisch en theoretisch benaderen van problemen je niet gaat redden. Net zoals het constant haten op anderen in zogenaamde intelligente kritiek je niet gaat redden. Net zoals onverschilligheid je niet gaat redden. Net zoals algoritmen je niet gaan redden. Net zoals complotten je niet gaan redden. Net zoals sociale media je niet gaan redden. Net zoals uitbuiting je niet gaat redden. Net zoals uitsluiting je niet gaat redden.





Kom van de bank! Steek je handen uit de mouwen en kijk hoe je anderen kunt helpen. Doe wat je kunt en doe dat elke dag. Begin een community. Strijd om je buurtbibliotheek overeind te houden. Organiseer het uitdelen van maaltijden. Ga stemmen. Lees je in. Vang een dak- of thuisloze op. Deel kennis. Sta open. Organiseer een protest. Vraag zelf om hulp. Leid een demonstratie of kom bijeen in een kleine ruimte met mensen en luister naar elkaar. Bedenk waar we vóór zijn in plaats van waar we tegen zijn. Houd je buurthuis overeind. Houd de kringloopwinkel overeind. Houd de buurtschool overeind. **Of doe het radicaalste van alles: houd jezelf overeind!**

En kijk hoe je met jouw kwaliteiten en talenten anderen kunt helpen. Want solidariteit gaat je redden. Inclusie gaat je redden. Verbeelding gaat je redden. Heling gaat je redden. Collectivisme gaat je redden. Gemeenschapszin gaat je redden. Samenwerking gaat je redden. Hoop gaat je redden. Inspiratie gaat je redden. Visie gaat je redden. We moeten terug van de solitaire samenleving naar de solidaire samenleving. Dit is het moment om dat wel te doen. Ongeacht wat het resultaat is. Probeer het. Doe het. Want in de poging zit al het succes en is het cynisme overwonnen!”

Massih Hutak, vader, echtgenoot, muzikant, schrijver, docent
op NPO-radio 1, 13 juli 2023

Mathilde Langevin



brief aan irene

Ik kreeg een brief van Michaela. 25 jaar geleden begonnen we als collega's. We werden vriendinnen. Haar brief bracht mij op het idee, voor een nieuwe rubriek in de nieuwsbrief: 'brief aan Irene'.

Lieve Irene,

Weet je nog dat jij jaren terug een keer op facebook schreef over onze vriendschap? Er reageerde iemand die onder jouw post schreef: 'ik ben blij voor haar dat ze jou als vriendin heeft.' De eenzijdigheid in die reactie raakte mij. Het maakte me verdrietig. De vriendschap is voor ons beiden waardevol. Dus ja, degene die de reactie gaf, mag blij zijn voor MIJ dat ik JOU als vriendin heb, maar ze mag ook blij zijn voor JOU dat je MIJ als vriendin hebt.

Ik heb het toen van me afgeschud als muggenzifterij en (over) gevoeligheid. Maar na ons laatste telefoontje, dacht ik opeens weer aan die post. Ik realiseerde me dat jij een haarfijn gevoel hebt voor de gelijkwaardigheid in onze vriendschap. Als het nodig is die te bevestigen, doe je er zelfs nog een schepje bovenop. In ons laatste

gesprek lachten we samen omdat ik je wees op vergelijkbare situaties van vele jaren geleden. Zo werkt het bij vriendschappen die zo ver teruggaan. Bij het afscheid zei je met de lach nog in je stem: 'Dank je wel voor de coaching'. Mijn ego was gestreeld, ook al was het natuurlijk geen coaching, maar 'vriendinnen praat & raad'. Jij weet dat ik soms aarzel over mijn rol en mijn inschattingsvermogen omdat ik door mijn hersenletsel aan de zijlijn sta van het drukke leven van de mensen om mij heen. Daarom benadrukte jij mijn waarde. Dat is de fijngevoeligheid die jij bezit.

Misschien wil je binnen jouw Heilig Vuur-leergangen dit voorbeeld delen? We zoeken immers allemaal onze weg op het pad van verbinding, inclusiviteit en insluiting. Maar... zonder gelijkwaardigheid, blijven het in mijn beleving toch wat halfslachtige pogingen. Nu ik al geruime tijd degene ben 'die anders is', voel ik het belang van gelijkwaardigheid als noodzaak voor echte verbinding.

Ik koester onze verbinding en jouw oog voor de gelijkwaardigheid in onze vriendschap. Daarin schuilt voor mij de warmte en kracht van jouw 'Heilig Vuur'!

kus,
Michaela



activiteiten heilig vuur 2023

29 september tot 9 oktober: meditatieretraite in India

12 oktober: systemische bijdrage aan een leiderschapsprogramma voor burgemeesters

17 en 18 oktober: start Master Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek, groep 11

25 en 26 oktober: start Heilig Verlangen, werken met systeemdynamieken in coaching (dit is een vervolg op de Leergang en de Master)

28 oktober: opstellingendag

30 oktober: systemische begeleiding van de medezeggenschap van een grote uitvoeringsorganisatie

3 en 4 november: start Leergang Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek, groep 18

10 november: Spaanstalige opstellingendag

11 november: Nederlandstalige opstellingendag

8, 9 en 10 februari 2024: driedaagse Vrouwelijke Seksualiteit

en verder:

Individuele, relatie- en familiecoaching, ook in het Spaans en online

Supervisiegroepen

Organisatieopstellingen, workshops en teaminterventies op maat

Heilig Vuur Meditatie app-groep

voor alle activiteiten van heilig vuur en meer informatie, kijk graag op: www.heilig-vuur.nl

afronding jaartrajecten heilig vuur

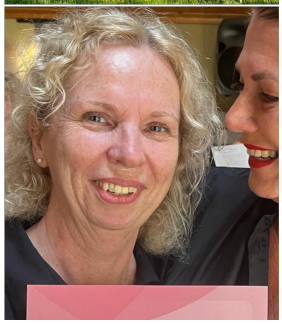
Leergang en Master Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek
& Heilig Verlangen, coaching en werken met systeemdynamieken






















certificaat


certificaat


certificaat


certificaat





certificaat

certificaat




















tot slot

Voor mij was 2023 een jaar van radicale verandering. Zowel in mijn eigen leven als in hoe ik de wereld om mij heen heb ervaren. De grootste uitdaging van deze tijd blijft wat mij betreft dat we ons herinneren hoe we als mens een onmiskenbaar onderdeel zijn van een groter geheel en dat we daar ook naar handelen. Ik hoorde op de radio het vlammende betoog van *Massih Hutak* dat ik spontaan in deze inspiratiebrief heb opgenomen: *Kom van de bank! Steek je handen uit je mouwen en kijk hoe je anderen kunt helpen. Doe wat je kunt en doe dat elke dag.* Zoals de *Mixe* dat ook in hun gemeenschappen in de *Sierra Madre* doen. Hier doe ik zo graag aan mee en Heilig Vuur is daarvoor een belangrijke plek. De leiderschapsreis naar Mexico is absoluut voor herhaling vatbaar, maar hoe doe ik dat dan met vliegen? Voor 2024 ga ik toch overwegen om een gebied te zoeken waarvoor wij niet met het vliegtuig hoeven te reizen. Wat dacht je van *Noord-Spanje*? En dan nog iets. Consuminderen is voor velen een uitdaging die moeilijk in de praktijk is te brengen. Niet voor *Elisah Pals*, expert in afvalpreventie en initiatiefnemer van *Zero Waste NL*. Samen met *MaatschapWij* organiseert zij een *Koop Niks Nieuws Challenge*. Al zeven jaar koopt zij niets nieuws en toch ziet ze er altijd hartstikke leuk uit. Haar kleren koopt ze tweedehands op Marktplaats of in de kringloopwinkel. Dat lijkt me nou een goed idee voor (in ieder geval) het komende half jaar. Geen nieuwe spullen meer kopen als een radicale daad. *Doe jij ook mee?*

Laten we de wereld reconstitueren door onze kleine persoonlijke bijdragen, onze samenwerkingen en ons samenzijn. Als we ons best doen om de laatste stukjes ongerepte wildernis te beschermen en schoonheid weten te creëren uit onze gebroken harten, dan kunnen we elkaar misschien weer werkelijk ontmoeten en iets van het leven in wederkerigheid gaan ervaren. Ik hoop van harte dat ik door mijn werk als begeleider van persoonlijke- en organisatieontwikkeling daartoe een charmante, en soms ook radicale, bijdrage kan leveren!

www.heilig-vuur.nl
irenegrijpink@gmail.com

© heilig vuur 2023 tekst: irene grijpink
vormgeving: hannah oosterhout | hannahoosterhout@hotmail.com