



Nieuwsbrief 17

Maatschappelijke Vernieuwing, Vormgeving vanuit Vrije Verbinding

februari t/m april 2008

Zelfverantwoordelijkheid toekennen

***Zichzelf verantwoordelijkheid toekennen
omtrent de eigen levensbestemming,
is een levensbehoefte die velen niet serieus aanvaarden.
Met als gevolg dat zij onzekerheden voor lief nemen
zonder zich ervan te vergewissen of deze onzekerheden
niet opgeheven kunnen worden door zélfstandig dóen.***

***Besluitenloosheid wordt opgeheven
en innerlijke zelfverzekerdheid wordt geactiveerd
dóór zelfstandig doen.***

***Wie het ongewisse wenst lief te hebben,
dient zichzelf te getroosten bovenal.***

***Samenvattend: onzekerheden hoeft men niet te aanvaarden
wanneer men zelfverantwoordelijk veranderings-en besluitvaardig
zaken kan en wenst te verkiezen.
Echter in het geval van (nog) niet zeker weten,
dient men de onzekerheid te getroosten.
Als het ware te verdulden.***



Liefs Marieke

Berusten

Geen dag is het zelfde, geen week, maand en jaar gelijk.
Telkenmaal verandert wat veranderen zal.
Geen voorspelling op basis van eerdere tijden laat zich weten.
In uw tijding is een weg van hereniging gaande.
Berust daarom niet in de afgescheidenheid van betrekkingen.
Sta uzelf toe open te zijn voor wat gaande is.
U weet en ziet dat vele zaken zich voltrekken in rampspoed en machtsvertoon.
Berust niet in de onliefde daarvan, want zo werkt het tegen u.
Sla uw vleugelen uit en open uw hart omwille van de herkenning en het mededogen.
In het besef dat u het verschil kan maken in het opheffen van de verschillen.
Laat zo de Geest der Eenheid in u toe. Amen

In afstemming ontvangen door Jules J. van der Veldt

www.julesjohannes.nl

INHOUD:	Pag
Inspiraties	1
Ter inleiding	2
Pers. Consult	3
Waterkering	4
CO2-opslag	5
Nieuwe website	5
Tijdversnelling	6
Spirituele Familie	10
Donatie	13
Calamiteiten ...	14
Ontw.poorten	17
Poëzie	20

Dierbare mensen,

Deze Nieuwsbrief verschijnt veel later dan u gewend bent, gewoonlijk eind november of begin december. Dat heeft een reden. Het is een intensieve tijd geweest voor ons. Zaken zijn aan verandering onderhevig. Het belangrijkste verschil met eerdere nieuwsbrieven is ook dat deze Nieuwsbrief geen overzicht en agenda staat van de diverse activiteiten van mij. De reden hiervoor zal u uit het onderstaande duidelijk worden.

Tot slot, in deze Nieuwsbrief zult u ook een nieuw fenomeen tegenkomen namelijk De Spirituele Familie. Dit betreft de lancering van een nieuwe manier om de betrokkenheid van u allen bij het werk van mij en de stichting vorm te geven.

Medio oktober 2007 ben ik gevallen over een drempel die onder een vloerbedekking lag in de bruidssalon waar mijn dochter bruidsjurken paste voor haar bruiloft in april dit jaar. Hierbij is mijn schouder uit de kom geraakt en heeft het bot enkele uren op de zenuwbanen gelegen voordat het gezet werd. Sinds die tijd zijn de klachten zo ernstig dat mijn mobiliteit daarmee is aangetast. Bovendien ontstond na een aantal weken een kapselontsteking in de nog gezonde schouder. Dit alles heeft ertoe geleid dat ik maandenlang zeer moeizaam en pijnlijk geslapen heb, dat ik de beweegbaarheid en het ophefvermogen van mijn armen mis, ik niet heb kunnen typen en voorlopig geen auto mag rijden. Na de val hebben we onze werkzaamheden trachten af te ronden en alleen nog het meest noodzakelijke kunnen doen in relatie tot waterkering. Op dit moment ben ik arbeidsongeschikt verklaard gelet op de ernst van de klachten. Ik revalideer tweemaal per week in het ziekenhuis. Ook voor Jules, mijn partner, is er hierdoor veel werk bijgekomen, mede omdat ik mij niet zelfstandig kan kleden en er veel medische afspraken zijn geweest. De prognose is dat mijn klachten nog wel een periode van een half tot een heel jaar zullen duren, maar het uiteindelijk hefvermogen van mijn armen zal naar alle waarschijnlijkheid wel terugkomen.

Reflecterend terugziend op deze val over een drempel, heeft er te langdurig veel verantwoordelijkheid op mijn schouders gerust wat moeilijk was om ontspannen te dragen, waardoor dergelijke fysieke complicaties opgeroepen werden. Het gemis aan vrije tijd, aan creativiteit en de gevoelde zwaarte van het onderwerp, naast alle andere zaken die liepen, hebben mij bedrukt. Ik heb mij vaak verbijsterd gevoeld over de stand van zaken in regulier Nederland t.o.v. zaken die als levensbedreigend ervaren kunnen worden. De kennis daarover is bij vele mensen en instellingen aanwezig, maar men heeft, met uitzondering van enkelen, niet de moed daar zelf mee in de openbaarheid te treden. Mensen verzoeken ons of wij wél door willen gaan.

Na de vakantietijd merkten Jules en ik op hoe weinig uitgerust we nog waren en hoe belangrijk wij het vonden dat mensen in Nederland zélfbewuster verantwoordelijkheid op zich zouden nemen t.a.v. de waterkeringproblematiek. Hieruit is Vlugschrift 2 Waterkering voortgekomen, waarin wij mensen vertrouwd hebben willen maken met het vele feitenmateriaal waar wij inmiddels beschikking over hadden gekregen. Wij hebben toen ook er voor gekozen om alleen nog op uitnodiging beschikbaar te zijn. Temeer daar wij het gevoel hadden dat er mede door onze bezoeken en vlugschriften al een gezonde basis was gelegd.

Spijtig genoeg ben ik toch nog gevallen, kort nadat deze beslissing genomen was.

Ik ben ermee vertrouwd geraakt dat ik al langdurig in een voorlopers positie sta. Dit vraagt menigmaal dat ik mijn nek ongevraagd uitsteek en verwoordingen aanbreng op zaken waartoe mensen (en de samenleving) nog niet altijd toe bereid zijn om naar te luisteren.

Mijn begeleiding heeft toen ik veel jonger was al aangegeven dat ik een leven zou leiden waar bewuste offering een onderdeel van zou zijn. Bij het aanwezig zijn van wezenlijk urgente problematiek, die nog niet algemeen gedragen wordt, is het voor mij soms lastig het midden te vinden tussen dat wat noodzakelijk geacht mag worden voor de buitenwereld en dat wat in verantwoording aan zelfzorg voor mij daarin actief dient te zijn. Hoewel zelfzorg in de loop der jaren met bijzonder veel aandacht naar mijzelf toe verricht is, heb ik moeten betreuren dat in de veelheid waarin ik stond, ik het afgelopen jaar gewoon te weinig ruimte hier voor genomen heb vanuit een gerust hart. Huis, tuin en keuken Marieke, zoals ik dat zelf noem, heeft te weinig vrije aandacht kunnen krijgen en is in de verdringing geraakt. Het innerlijke beeld dat ik hierover afgelopen week ontving, was het beeld van een moeizame geboorte, waarin de schouders te lijden hebben gehad van de beknelling in het geboortekanaal. In het collectieve veld van Nederland aandacht vragen voor de urgentie van waterkering is dus een hele bevalling geweest voor mij (en mijn partner). Sinds oktober 2004 staan wij daar al actief en veelbelast in.

De huidige ontstane situatie waarin ik voorlopig arbeidsongeschikt ben verklaard, geeft ons de kans om nu dieper tot rust te komen van het veel gedane en daar waar mogelijk nu zaken te bewegen naar een groter geheel. Dit zowel op het gebied van waterkering als wel om te komen tot een diepere besluitvorming omtrent de route die Jules en ik willen gaan in ons werk voor de komende jaren.

We hebben in het afgelopen jaar voor alle afspraken rondom Waterkering meer dan 30.000 km gereden. De onkosten, de tijd en energie die wij hieraan besteed hebben, trokken een zware wissel op onze normale werkzaamheden en inkomsten. Dankzij uw financiële steun zijn de onkosten die we hebben moeten maken voor het waterkeringproject, deels goed opgevangen. Er is in totaal ruim €8.000,- hiervoor ontvangen via Stichting De Vrije Mare. We willen alle mensen bedanken die ons hierbij financieel geholpen hebben. *We vinden dit een groots gebaar van een ieder.* We hebben daardoor wat opgeluchter kunnen ademen.

We overwegen serieus om uiteindelijk meer vanuit Drenthe te gaan werken. We dienen daarvoor dan voorzieningen te creëren op ons eigen woonadres waardoor we hier makkelijker groepen kunnen ontvangen. Dit vraagt om investeringen die we nu nog niet goed kunnen overzien en waar we ons in de komende tijd op dienen te beraden.

Ook voelen we beiden aan dat wij gedaan hebben wat we konden doen en dat het tijd is dat ieder mens zelf gaat staan om verantwoordelijkheid op zich te nemen voor een onderwerp als waterkering als hij zich daardoor zelf geraakt weet.

Al gedurende langere tijd leeft bij mij de wens om mij geheel in verantwoordelijkheid naar de eigen inspiraties toe te kunnen leven. En voorrang te verkiezen op dat wat mij wezenlijk geïnspireerd het belangrijkste lijkt te doen.

Aangezien wij vaak te maken hebben met een planning ruim vooruit, gerelateerd aan onze financiële basisbehoefte, valt het menigmaal zwaar de hoofdstroom aan inspiraties vorm te geven omdat deze allen onbetaald zijn. Denk daarbij aan waterkering, het Samenwerkingsverband Traumahulpverlening Nederland (STNL), het Malariaproject, het Artsenoverleg in relatie tot conserverende medicatie die belemmeringen opwerpen bij sterven, het redigeren en in de eindbewerking brengen van boeken.

Ik mis al langer de mobiliteit in mijn werk om te doen, naar gelang ik de oproep in mijzelf voel. En hoewel ik alle werkzaamheden met liefde vervul, heb ik maar één lijf om het uit te beelden. Sinds juni 2007 heeft Saskia Hontelé het Spirituele Familieplan geïntroduceerd. Met medewerking van het bestuur van Stichting De Vrije Mare (zie verderop in de nieuwsbrief) is dit plan verder ontwikkeld en in de eindfase gebracht. De intentie van het Spirituele Familieplan is om te waarborgen dat er een gezonde financiële inbedding komt voor mijn werk. Dat ik daardoor in staat gesteld wordt om mijn inspiratiebron te volgen. Ik voel mij dankbaar dat dit plan nu gerealiseerd wordt. Ik wil graag hiervoor uw aandacht vragen.

Liefs, Marieke



Persoonlijk consult

Heeft u behoefte aan persoonlijke spirituele begeleiding op uw levenspad t.a.v. uw individuele ontwikkeling, relatie of werk, dan kan mijn partner Jules van der Veldt vanuit zijn rijke ervaring in zijn individuele praktijk (bureau Lindenhof te Drenthe) u van dienst zijn.

Door mijn arbeidsongeschiktheid en bijkomende opschorting van werkzaamheden, heeft hij daar nu weer meer ruimte voor gekregen.

U kunt dan bij voorkeur contact leggen per email lindenh@planet.nl. Tevens wil ik u attenderen op zijn website www.julesjohannes.nl waar meerdere keren per week dag/weekinspiraties op geplaatst worden.

STAND VAN ZAKEN ACTIE WATERKERING

In waterkeringland is de aandacht voor waterkering aangescherpt. Duidelijk is geworden dat (de planning rondom) de uitvoering van waterkeringprojecten menigmaal té ver weg in de tijd geplaatst is. Om zaken te versnellen heb ik verschillende personen bereid gevonden zich te laten interviewen voor de televisie in een collectieve samenhang van aanvullende visies en adviezen.

Rob van Hattum, ondermeer documentairemaker van Cradle to Cradle (wat staat voor het idee dat de natuur geen afval achterlaat en dat mensen hetzelfde dienen te doen, m.n. het bedrijfsleven), en mederedacteur van het programma Tegenlicht (van de VPRO), is bereid gevonden hierover een documentaire te maken samen met andere programmamakers.

We weten nog niet wanneer de documentaire uitgezonden gaat worden. Ik waardeer het zeer dat een ieder die ik persoonlijk aangesproken heb zijn medewerking aan de documentaire heeft toegezegd. Dit betreft allemaal gezaghebbende deskundigen op hun vakgebied met een goede naamsbekend in Nederland en sommigen ook daarbuiten. We hebben daar allemaal in de loop van de tijd besprekingen mee gehad. Van Rob van Hattum heb ik inmiddels vernomen dat de documentaire die gemaakt wordt, naar alle waarschijnlijkheid, breder gesteund gaat worden binnen omroepland en ook grootser wordt opgezet dan aanvankelijk gedacht was met Tegenlicht.

Ik hoop oprecht dat het collectief naar buiten treden, versterkend aan elkaar werkt. En dat door middel van een dergelijke documentaire, politici zich meer van de urgentie bewust worden en zich gesteund weten om op korte termijn beslissingsvaardiger op te treden. Ik hoop dat dit versneld mag leiden tot versterking en vernieuwing van onze waterkering. De aanvullende visies van een ieder, de gedeelde beleving van urgentie en het besef van verantwoordelijkheid tegenover de Nederlandse samenleving, kan een mooi samenspel creëren met een meerwaarde. Ik ben hier graag dienstbaar aan geweest en wanneer daartoe behoefte is oproepbaar om dit proces verder te ondersteunen.

Daarnaast hebben we iemand bereid gevonden in ons netwerk om te zoeken naar een jurist die op non-profit basis een document wenst op te stellen waarmee zowel individuen alsmede Gemeenten, Waterschappen en het Rijk persoonlijk verantwoordelijk gesteld kunnen worden voor schade bij calamiteiten, met name daar waar deze gebreken al langdurig bekend zijn en niet verantwoord verholpen zijn.

Aan de hand van mijn inspiraties heeft muziekformatie To-Be een lied geschreven en gecomponeerd met als titel 'Het water roept'. In dit lied komen de basisprincipes bijeen waar deze tijd voor staat op het gebied van waterkering. In februari zal het nummer in de studio worden opgenomen.

Jules en ik hebben een ontmoeting gehad met Ad Koppejan, lid van de Tweede Kamer en woordvoeder Water namens het CDA. We hebben daar een goede uitwisseling gehad. In de zevende week van 2008 introduceert hij samen met Roos Verwey (PVDA) in de Tweede Kamer een Waterwetsvoorstel, waarin het Rijk verplicht wordt de geconstateerde problemen bij waterkeringen versneld in uitvoering te brengen. Daar dit een gevoelige kwestie is op de rijksbegroting is het niet op voorhand gezegd dat dit wetsvoorstel op korte termijn wordt aangenomen. Wij ondersteunen dit initiatief van harte.

Op 8 november 2007 zijn wij beiden aanwezig geweest bij een avondbijeenkomst voor bewoners in Petten, waar uitleg gegeven werd door Rijkswaterstaat, het Waterschap en de Gemeente. Het ging met name over de vraag waarom de met spoed aangevraagde zandsuppletie van 7 miljoen kubieke zand voor het stormseizoen vanaf medio oktober 2007 voor de kust van Petten niet beantwoord wordt en uitgesteld wordt tot 2010.

Op 29 september 2007 stond namelijk vermeld in het Noord-Hollands Dagblad dat er een crisis heerste over de Hondsbossche- en Pettemer Zeewering. Uit nieuwe berekeningen blijkt de faalkans extreem hoog. Staatssecretaris Huizinga van Verkeer en Waterstaat werkt aan een noodprocedure om de zeewering nog voor het stormseizoen, dat op 15 oktober begint, te versterken. Op die noodmaatregelen werd toen aangedrongen door dijkgraaf De Vries van Hollands Noorderkwartier, en watergedeputeerde Kruisinga van de provincie Noord-Holland. Ze hebben Huizinga gevraagd snel 6 à 7 miljoen kubieke meter zand voor de dijk te storten. De megazandbank moet bij storm de verwoestende kracht van de Noordzeegolven breken, voor ze de waterkering bereiken. Voor de Hondsbossche- en Pettemer Zeewering, een erkende zwakke schakel in de kustverdediging van West-Nederland, loopt een geul die nog veel dieper is uitgesleten dan werd gedacht. Dat zorgt bij zware storm voor golven met superkracht. Met name het centrale deel van de zeewering is over een afstand van 2 kilometer niet tegen dergelijke golven bestand. In plaats van een faalkans van 1: 10.000 is het risico slechts een schamele 1: 800.

Er waren ongeveer driehonderd mensen aanwezig.

Hoewel bewoners uit de gemeente van Petten zich ongerust maken over zaken als a. mogelijke schadevergoedingen, b. het plotseling ontstaan van gaten voor de kustlijn, soms zelfs negen meter diep, en c. de wijze waarop de inspraakprocedures lopen, lijken zij zich redelijk gezagstrouw te schikken naar de visies van de betrokken gezagsdragers.

Wij constateerden daar zelf het volgende. De toplaag van de dijk is onvoldoende verhard in Petten en bestaat slechts uit klinkers en stoeptegels. De kleilaag aan de achterkant van de dijk is als dun

bestempeld door de directeur van het hoogheemraadschap zelf en is daardoor afslag gevoelig, waardoor bij golfwateroverslag de dijk landinwaarts uitgehold kan worden met alle risico's van dien.

Ook is er geen enkel evacuatieplan voor Petten en omgeving, noch gerichte regels bij welke situatie evacuatie gewenst is, zoals springtij en bij welke windkracht en uit welke richting deze windkracht problematische effecten kan oproepen. Wel spreekt men over een goede communicatie! Echter als er geen criteria vastliggen voor evacuatie en sterker, als men het als geheel onmogelijk lijkt te beschouwen dat de dijk het kan begeven, dan is welke actie ook op het laatste moment niet meer de juiste.

Het schijnt dat het Hoogheemraadschap sinds 2 jaar bij laag tij geen dijkschouwingen meer doet vanuit zee. De vissers zijn verontrust over de spontane gaten in de bodem voor de dijk van 5 meter tot 9 meter diep die de laatste anderhalf jaar ontstaan zijn en vervolgens weer gedicht worden met puin?

Vermoedelijk wordt er in augustus /september 2008 in plaats van de 7 miljoen kuub zand een lichte zandsuppletie aangebracht voor de ontstane geul. De financiën die met de suppletie gemoeid zijn en de hoeveelheid zand (7 miljoen kuub) wil men verspreiden over een veel grotere kustlijn, gezien de vele zwakke plekken die zich daar tonen. Er zal dan sprake zijn van een veel kleinere zandsuppletie. Vanuit onze visie neemt men hierdoor groot risico voor lief. Ook wij zijn voorstanders van grotere aanpak van de kustversterking, maar dit mag niet leiden tot het nemen van een verhoogd risico. Alle plaatsen verdienen gedegen aandacht en financiële ondersteuning daartoe op basis van landsbelang.

Daarnaast zijn alle huidige criteria gebaseerd op maximaal windkracht 12. Mijns inziens dient dit zeker bijgesteld te worden om de huidige weersonzekerheden serieus te nemen voor de komende tijden.

Ten aanzien van Delfzijl, reeds eerder benoemd in de vlugschriften, gaan er stemmen op voor een betere kustversterking. Er wordt echter nog alleen óver gesproken, o.a. over de mogelijkheid dat dit rondom 2020-2030 gerealiseerd kan worden. Dit is een mooi voorbeeld van hoe men de tijdsspanne vooruit schuift rondom noodzakelijke investeringen die op een korte termijn noodzakelijk geacht mogen worden.

Stand van zaken CO2-opslag ondergronds

Het is heel spijtig te noemen dat de ideeën rondom CO2-opslag op regeringsniveau ongewijzigd zijn en dat zelfs steeds meer CO2-opslag ondergronds grootschalig wordt voorgestaan. Gezien het vele waar wij persoonlijk in stonden, zijn we niet in staat geweest afgelopen maanden actief hier mee bezig te zijn. Gelukkig heeft Saskia Hontelé (nieuw bestuurslid) nog verscheidene mensen aangeschreven met het Vlugschrift CO2 (zie www.devrijemare.org). Hiervoor onze dank.

Wij willen u hierbij verzoeken, mocht dit ook uw interesse hebben, aan de verspreiding van dit vlugschrift mee te werken. U kunt het vlugschrift van onze website downloaden en versturen naar wie u wenst. Verder raden wij u aan de kranten goed te blijven volgen zodat u op de hoogte blijft van CO2-opslag projecten.

Wij stellen het op prijs als u per mail of per post ons secretariaat wilt informeren over (kranten)artikelen en ons wil attenderen op eventuele Tv-programma's die hieraan gewijd zijn. Wij blijven zo goed op de hoogte van wat er gaande is.

De nieuwe website

De nieuwe website heeft vertraging opgelopen, zodat hij nog niet in de lucht kan. Op dit moment wordt nog steeds hard gewerkt aan het vullen van de inhoud. Een hele klus.

Fijn dat we nu meerdere mensen hebben bereid gevonden teksten te herschrijven en het archief goed op orde te brengen. De verwachting is dat de site medio april op het web zal staan.





Een verkorte versie van een lezing van Marieke over

Tijdversnelling, energieverhoging en zelfverantwoordelijkheid

In het huidige tijdsfragment vindt ongevraagd verhoging van de energie in de mens plaats door de tijdversnelling waarin wij staan. Moeder Aarde verkeert in nood. Er zijn daarom extra kosmische energieën geactiveerd die de mensheid en al wat leeft raken. Dit tijdsfragment creëert bewustzijnsverhoging bij hen die zich daarvoor open willen stellen en verzwaart het proces voor hen die bewustwording uit de weg gaan. Het onderbewustzijn laat zich niet langer gemakkelijk verzwijgen doordat de energieverhoging als het ware het deksel van het onderbewustzijn doet oplichten. Wat vraagt dit aan verantwoordelijkheid van ons als wereldbewoner nu?

De energieshift die plaats vindt raakt ons állen. Ook hen die niet bewust bewustzijnverhoging wensen toe te laten. Dit creëert gemoedsonrust en verheftigt de emoties daar het onderbewustzijn in deze mens van buitenaf bijzonder geprikkeld wordt de komende jaren om zichzelf te bekennen. De vraag is hoe met bewustzijnsverhoging als deze overweg te gaan, zowel naar uzelf als naar anderen toe gericht, die hier al of niet gewenst mee te maken krijgen.

Bewustzijnsverhoging is veelvragend

Bewustzijnsverhoging is altijd veelvragend. We denken daar vaak te licht over. Ieder mens wenst innerlijk te groeien. Maar groei vindt plaats op basis van doorleefde ervaring. Dat is niet iets wat te koop is. Dat is iets waar je voor dient te werken in zorgvuldigheid en langdurig van aard. Het vraagt een grote persoonlijke betrokkenheid met je eigen leven en een serieuze omgang met de situatie waarin je zit, zowel met de omstandigheid als ook met de mensen waar je daarin mee te maken hebt. Met een nog ruimer begrip daarnaar kijkend, zie je ook dat je verbonden bent met de wereld als geheel. Jouw groei, of niet-groei is onvermijdelijk verbonden met het wereldscenario en met hen met wie je je zielsverbonden gedraagt of bent.

We gedragen ons vaak zielsverbonden met mensen waar we ons in onze eigen liefdesintentie naar de ander herkennen, en zijn vaak daarin ook veel makkelijker in betrokkenheid aanwezig. Maar ook de zielsverbindingen die vaak moeizamer verlopen of die je overprikkeld hebben doen raken in dit leven, zijn, ondanks mogelijke afstand in fysieke zin of in psychologische zin, toch verbonden met jou. Wat er in jou om gaat bewerkstelligt ook prikkels, direct en indirect bij derden. En wij zijn ons daar vaak veel minder van bewust dan wij beseffen.

Op een nog veel dieper niveau zijn er zaken gaande die steeds dieper op ons doorwerken. Als je langdurig betrokkenheid gekend hebt bij bepaalde personen of bij bepaalde thema's en het is zuiver geaard geschied, dan zal in de afstemming van jou naar die ene persoon of naar dat ene thema aan de hand van de mate waarin je al of niet zuiver verbonden bent, het energieveld daarachter als het ware ook groter tot je spreken.

Bijvoorbeeld, je bent als therapeut gespecialiseerd in het begeleiden van een bepaald type cliënt met bepaalde vraagstellingen en bepaalde emoties. In dat geval zul je door een bekend-zijn met een dergelijke vorm van thematiek, een veel groter veld ontsluiten voorbij de individuele cliënt. Want het collectieve thema dat in de ether te lezen is als zijnde dat mensen daaraan onderhevig zijn, wordt door jouw scherpzinnige zuivere afstemming veel dieper aangeroepen dan het één op één contact van jou met deze mens, of je algemene betrokkenheid met het thema. En wat je dan ziet is dat dit grotere veld van energie jónu betreft en maakt dat je dieper opruimwerk gaat doen, overeenkomstig de thematieken waar je aandacht op gericht was.

Stel dat je als therapeut heel erg goed bent in het begeleiden van incest slachtoffers en je hebt honderden mensen zo zuiver mogelijk begeleid. Dan ben je voorbij de informatie die je nieuwe cliënt geeft, verbonden met het veld van incest, het veld van de persoonlijke aantasting die wereldwijd plaats vindt. En die grotere thematieken, wat daarin gaande is, dus voorbij die ene persoon die je op dat moment behandelt, dat veld raakt jónu en roept jónu op om zelf nog dieper te verschonen waar ooit weleer aantasting in jou zelf heeft plaatsgevonden. Het bijzondere is dat, doordat je zo kunstig geworden bent in inzicht, in begeleiding, en in het tijdig herkennen van de nuances in de thematieken, je daardoor versneld nieuwe, diepere lagen in jezelf kunt opruimen die spreken van aantasting ooit. Ze komen boven en je hebt alle werk, materiaal en werktuigen in handen om dat zo goed mogelijk te begeleiden.

Sensitiever: het bijzondere kenmerk van dit tijdsfragment

In deze tijd zijn veel mensen sensitiever, inzichtelijk meer bevrucht. Zij hebben door levens heen en heel specifiek in dit leven, langdurige aandacht betoond, vaak eenzijdig naar bepaalde onderwerpen toe. Soms zijn ze ook gekwalificeerd geweest in meerdere onderwerpen tegelijkertijd. De mate waarin ze daar zuiver in gestaan hebben is ook de mate waarin ze de komende tijd versneld huiswerk maken in zichzelf op thema's die voorheen nog minder zichtbaar waren, omdat ze nog niet opgediept waren in die fitnesses. Dus die energieverhoging creëert een hogere zelfverantwoordelijkheid en maakt dat je om die reden in een

versneld tempo zaken opschoont waar je wellicht vroeger veel langer over gedaan had.

In algemene zin kun je zeggen dat mensen die steeds in de pas gelopen hebben bij hun persoonlijke ontwikkeling, hun huiswerk keer op keer gedaan hebben, dat zij in redelijk vermogen een tijdversnelling en energiedruk aankunnen.

Het andere is ook waar. Er zijn mensen die zich bewust afzijdig houden van zaken die op een wezenlijk niveau spelen bij mensen om hen heen, of binnen hun beroepsprofessie, of in het grote wereldgebeuren, zij sluiten daar opzettelijk de ogen voor. Deze mensen zullen, door de energieverhoging die plaatsvindt, grote moeite hebben om de openbrekende thematieken in henzelf, die ze te weinig tijdig verkend hebben, goed te begeleiden. Je willens en wetens afsluiten hiervoor maakt dat je op een gegeven ogenblik niet bent opgewassen om dat wat zich aandient tijdig te onderkennen en te begeleiden. Als je dan geconfronteerd wordt met omstandigheden van energieverhoging, maar ook van feitelijke zaken die in verandering kunnen komen, kom je in het gevoel van patstelling terecht. Je moet er wat mee maar je weet niet hoe.

Zelfverantwoordelijk

Zelfverantwoordelijkheid nemen als thema vraagt mededogen en grote compassie met jezelf. Dit is des te meer zo omdat zelfverantwoordelijkheid nemen al een basisopgave is waar heel veel mensen moeite mee hebben. Als je dan doet wat je kunt, dan vind je vaak dat je daar best de nodige complimenten voor verdient. Maar als er dan nog meer zaken zich aandienen, dan kan je daar ook een gevoel aan ontlenu van, ik vind het nu wel voldoende, ik heb geen zin daarin. Dat is begrijpelijk. Dus als je te weinig betrokkenheid en compassie hebt om zelfverantwoordelijkheid te nemen, dan is het ontzettend moeilijk om bij nieuwe beproevingen daar toch redelijk levenslustig mee om te gaan.

Waarom is er sprake van tijdsversnelling?

De aarde verdient een andere frequentie van energie om het zelfregenererend vermogen te versterken. Vanuit de kosmos wordt de aarde voorzien van die hoge energieën om te komen tot een vorm van zelfherstel waardoor ze als het ware een nieuwe verhouding tot zichzelf kan zoeken. Deze energieën moeten heel diep doordringen omdat er zoveel gaande is in de aarde. Maar die energieën zijn niet selectief, die raken niet alleen de aarde aan, die raken ons ook aan als mens en tevens alle levende schepsels met ons. Deze energieverhoging creëert een onrust, niet alleen in de natuur maar ook in het menselijk denken en in het menselijk voelen. Dat uit zich op de volgende wijze: allereerst zie je dat mensen in het algemeen zich waakzamer voelen, alerter zijn, meer vermoeidheid kennen door overprikkeling. Vervolgens zijn ze teleurgesteld omdat er momenteel nog weinig verandering ten goede zichtbaar is met betrekking tot de zaken die zij in hun waakzame geest opmerken. Dus waakzaamheid, alertheid, overprikkeld zijn, en de vermoeidheid die daarmee gepaard gaat, zijn een voorbode voor een versterking van de intentie om zaken goedgegunstig te willen helpen te veranderen. Echter, de opschoning wereldwijd is niet voldoende gevorderd om die opschoning zichtbaar heel direct nabij te ervaren. Dat roept ongerustheid op. En die ongerustheid leidt ook weer tot overprikkeldheid.

Waakzaamheid is vaak iets van het hoofd en van de zintuigen. De ogen kijken scherper, de oren horen scherper, er is meer sensitiviteitsgewaarwording op van alles en nog wat. De ongerustheid heeft met het buikgebied te maken. Die koppeling van waakzaamheid en ongerustheid, bewerkstelligt in het algemeen dat mensen niet optimaal indalen. Dus ook niet optimaal tot rust komen. Een kenmerk van niet goed tot rust komen is dat je uiteindelijk overstressed kan reageren. Door de vermoeidheid worden veel eerder opgeslagen zaken geprikkeld en komen boven, prikkels rondom eerdere processen in jezelf en die je nog wat had willen verzwijgen of had willen stilzwijgen. Dan heb je met een dubbelzijdigheid te maken want je bent overprikkeld naar de buitenwereld en er is een prikkeling gaande die vanuit de binnenwereld komt en zich ook aanmeldt.

Wat hebben we te leren?

Als eerste dienen we te leren om dieper in onszelf verankerd te zijn. Het is net als met grote bomen: bomen die breed geworteld zijn maar niet diep, waaien met heftige storm om, dat zie je ook letterlijk in deze tijd. Dit geldt ook voor mensen, hoe dieper je bent geworteld, des te beter kun je onrust buiten verdragen. Door veel in hele diepe stilte in jezelf te geraken, word je diep verankerd in jezelf. Dat kan je doen door meditatie te beoefenen, je kan het oefenen door als het ware je ogen te sluiten en steeds heel goed te voelen hoe je voetzolen op de aarde rusten en hoe je als het ware die voetzolen aan de aarde vast laat klinken. Hoe sterker je dat gevoel kent, hoe evenwichtiger je ook vaak omgaat met stress. Wat een ander goed ankerprincipe is, is dat je iedere dag in jezelf het woord 'IK' durft te laten resoneren en je persoonlijke naam er achteraan. Dus 'IK' en dan je naam. Dat doe je meerdere keren per dag. Dat bewerkstelligt dat jij je naam vestigt in je lichaam, in je auraveld, zodat energieën van derden daar niet zomaar kunnen huizen. Je eigen territorium is je eigen veld van energie en niet een wirwar van impressies van derden. Het lichaam kan je zien als je huis, de tempel van je ziel en alle vertrekken daarbinnen dien jij zelf te bewonen. Ieder vertrek dat jij niet bewoont daar kan energie van derden in. En dat wordt onrust en chaos ook van binnen. Je auraveld is als het ware je speeltuin, daarin ontmoet je mensen. Maar het is j'ouw auraveld waarvan het de bedoeling is dat als jij en de ander klaar zijn met ontmoeten, het weer jouw auraveld wordt. Echter, als je jouw huis, symbolisch, je innerlijke tempel, niet in alle vertrekken bewoont dan is jouw auraveld al helemaal geen eigen tuin. Het is dus heel belangrijk je naam te vestigen van je kleine teen tot aan je kruin, in alle organen, in je bloedbanen, in het huidweefsel. Je huid is ook letterlijk de begrenzing van je fysieke lichaam, dus zorg dat jij dit bent.

Als ik groepen begeleid doen we meestal de naamsoefeningen. En je ziet dan bijna direct energieverschuivingen plaatsvinden waardoor je voelt dat mensen veel dieper bij zichzelf zijn. Je krijgt minder projecties, mensen kunnen veel dieper vanuit zichzelf zich zelf benoemen en hebben veel minder last van indringende energie van derden. Dus met hoe meer chaos in de buitenwereld, hoe meer jouw lichaam, jouw fysieke zijn, helemaal gekenmerkt dient te worden door je eigen wezen. Hoe sterker je auraveld, hoe makkelijker ook je eigen gevoelswereld en belevingswereld daarin centraal blijft staan. Dan kan je vrij kiezen, vrij betrokkenheid geven. Dat is een keuzevrijheid. Dan zijn er geen zaken die je overkomen omdat als het ware de energieën van buiten zo diep in je dringen.

Teleurstellingen

Als je in deze tijd teleurstellingen verzwijgt, voor jezelf, en ze probeert te verdringen is dat als het ware een misdaad tegen jezelf. Iedere weggestopte teleurstelling die je niet mag voelen, roept namelijk op een ander niveau verzet in jezelf op, omdat wat teleurgesteld is zich bekend wil maken. Van teleurstellingen dien je te leren. Als je niet wilt leren van teleurstellingen dan heb je een hele bezette ruimte in jezelf waar uiteindelijk wrok en verbittering gaat wonen, waar je dus geen vrij gevoel hebt. Dat maakt dat je in de wirwar van zaken in de buitenwereld geen vrije actieradius hebt hoe je daarmee overweg gaat. Teleurstellingen moet je ophoesten, knuffelen, benoemen, dan zijn ze zichtbaar en erkend geweest. Dus, zijn er nog teleurstellingen, schrijf ze weg, breng ze naar buiten, spreek ze eventueel uit tegen een dierbare vriend, vriendin, collega, partner of degene waar de teleurstelling betrekking op heeft. Of het nu gaat om intieme nabije relaties, je werk, je partner, de kinderen of het grotere of kleinere wereldgebeuren. Als je het niet als een verwijt vertolkt, maar als iets waarvan je aan het bijkomen bent, dan kunnen ze het veel makkelijker accepteren. Je hebt de tijd nodig om van zaken onthecht te raken en dat doe je nooit door ze weg te stoppen. In de tijdversnelling waarin we zitten is het van wezenlijk belang dat teleurstellingen je vrije ruimte niet bezetten.

Opschoning en vernieuwing

Onlangs gaf ik ontwikkelingspoorten vrij die, globaal samengevat, er op wijzen dat er op dit moment sprake is van aan de ene kant, een opschoning van zaken uit het verleden, alsof je in een diepere laag geraaktheden ontmoet waar je voorheen al veel werk aan gedaan hebt, maar die als het ware nu opgeruimd dienen te worden. Deze zaken kunnen zich heel onverwachts tonen, het zijn zaken waarvan je dacht daar was ik toch al lang overheen. Dit wordt door mijn begeleiding prachtig uitgelegd. Deze opschoning dient om een grotere vrije ruimte te creëren in jezelf. Aan de andere kant is er ook sprake van een vorm van vermoeidheid die heel onlogisch klinkt want je bent ook zo waakzaam en alert. Waarom ben je dan zo vermoeid? Het lijkt paradoxaal te zijn, maar de vermoeidheid heeft te maken met de energieverhoging en die maakt dat de oude energieën die niet meer functioneel zijn opschonen. Je bent in ontwikkeling om vanuit die verhoogde energiefrequentie tot een ander functioneren te geraken. Daarvan ben je in afwachting, dat kun je nog niet goed overzien. Dus je zit in zo'n middenfase waarin het oude opgeschoond wil worden en het nieuwe zich reeds aankondigt dóór de energieverhoging, tegelijkertijd weet je nog niet hoe het zich feitelijk en gevoelsmatig zal tonen.

Het advies was heel gericht: zorg dat je tussentijds momenten van diepe rust creëert, want in die momenten komen de energieën die opgeschoond wensen te worden in balans. De hoge energieën krijgen dan meer vrij baan en de momenten van rust brengen ook een nieuw zicht naar dat wat zich wenst aan te melden. Het aanvullende advies was: wees in vrede ermee dat je om die reden buitengewoon diep jezelf dient te ontspannen en dat je ook plezier dient te maken om zaken die vermakelijk zijn. Dit is belangrijk om versneld die hoge energieën, maar ook dat opschoningproces, in een wat lichter gevoel te brengen. Want het valt dus niet mee.

Huiswerk

Mensen die al veel aan bewustzijnsontwikkeling gedaan hebben, die gewend zijn in de maat van wat er gaande is hun innerlijke huiswerk te doen, hebben om die reden al veel ervaring opgedaan. Daardoor kan zo'n opschoning, maar ook zo'n indaling van nieuwe energie, grootschaliger plaats vinden dan bij mensen die meer afgesloten zijn in hun systeem.

Stel dat je willens en wetens een leven lang geprobeerd hebt niet de vingers op de zere plekken te leggen, terwijl de energie zo verhoogd gaat worden de komende jaren, dat of je het wilt of niet, je er onvermijdelijk mee geconfronteerd gaat worden. Dat zal niet alleen ons raken doordat mensen in onze directe omgeving daarmee te maken krijgen, maar het zal ook het hele wereldproces aanraken. Dus in feite zitten jullie ook in een vooroefening waarin je zo diep geworteld wordt in rust in jezelf, ondanks de heftigheid van deze eigen processen, dat je in staat bent na die grotere opschoning in jezelf en die hogere van die hogere energie mee te helpen, voor zover het kan, aan het herstel van anderen die wellicht helemaal van slag zijn. Er is een grote kans dat meer mensen zich psychiatrisch gaan tonen, meerdere ernstige ziektebeelden zich gaan ontwikkelen, ook psychologisch versterkt, waardoor die ziektebeelden sterker zichtbaar gaan worden. We krijgen onvermijdelijk meer te maken met opgehoopte wrok, verbittering, verwijten en je gaat te maken krijgen met een grotere afstandelijkheid van mensen omdat ze niet willen bekennen dat ze gevoelsmatig geraakt zijn. Dat doet je wat. Daarom is het heel belangrijk jezelf solide neer te zetten. Zodat jij wel die rots in de branding blijft als er meer emoties maatschappelijk opgestuwd gaan worden en er, als het ware, meer innerlijk en uiterlijk crisisbeheer nodig is. Dus doe je voorwerk!

De evolutie van de aarde

Op aarde weven we een stoffelijk lichaam. Onze ziel incarneert daarin en na het overlijden is onze ziel weer in de hemelrijken. Op aarde weven wij ons aardelichaam en de aarde heeft als opdracht, als het ware, de evolutie te genereren van alle levende schepsels hier. Ze baart ons en alle levende wezens. Dus er wordt ongelooflijk veel liefde vanuit de aarde aan ons gegeven zodat we als ziel hier kunnen bestendigen en leerervaringen op kunnen doen. Het is van belang dat wij in staat zijn als mens deze liefde te beantwoorden naar de aarde zelf toe. Dat wij haar kunnen zien in haar overdaad van geven en zelf niet onnodig nemen. Als de verhouding daartussen niet goed is, in relatie tot wat wij als rijpingprocessen hier op de aarde aangeboden krijgen voor onze geestelijke ontwikkeling (onze bewustwordingsontwikkeling door de stof heen) en wij eren de aarde te weinig in wat zij ons aanbiedt en nemen teveel, dan krijg je een onevenwichtigheid.

Dat is nu volop gaande, de mens lijdt aan hoogmoed en creëert daardoor een enorme onrust naar haar scheppingsgrond, naar Moeder Aarde. Maar het is hoog tijd dat wij nu zelf wat meer terug treden, zodat zij voor een eigen zelfherstel kan zorgen. Dit is heel voorstelbaar gezien hoe wij haar energievelden hebben uitgeput. De aarde als geheel, haar leylijnen (vergelijkbaar met meridianen), maar ook haar heilige plaatsen (haar accupunctuurpunten), alles is qua energie enorm achteruitgelopen. Het water en de ether is niet meer schoon, de aardelagen zijn in beweging, evenzo de bodemlagen en de grondwaterhuishouding. De klimaatsverandering, er is van alles gaande. We hebben zoveel ook uit de aarde gedolven dat de aarde zich haast op moet schudden om in een nieuwe verhouding te komen. Het is net als met een ziek menselijk lichaam, voordat alles weer wat beter functioneert, moet er het nodige gebeuren. Met die energieshift hebben wij te maken. Moeder Aarde heeft ruim blijk van gegeven van haar offerbereidheid, maar als je in een overlevingsdrang komt, zijn er andere zaken aan de orde. Om daar mee uit te staan in een respectvol bewustzijn naar wat er gaande is creëert ook in ons een hoge verantwoordelijkheid hoe daarmee overweg te gaan.

Tijdversnelling

Tijdversnelling gaat voorbij het proces van de uiterlijke waarnemingen. Het is de optelsom van de hoeveelheid belevingsvelden die opgeslagen liggen in het etherveld van de aarde die snel aanraakbaar zich laten begeistereën en waarneembaar blijken te zijn, gevoelsmatig of onbewust. Het is ook de optelsom van inzichten die aanwezig zijn en die in een versnelling raken, die ook versnelde uitkomsten teweegbrengen, die maken dat we allen sneller aanraakbaar leven en daardoor innerlijke tijdsnood ervaren om de veelomvattendheid van onze begeestering in diepte te kunnen klaren.

Met andere woorden, de versterkte aanraking die plaats vindt naar ons toe op velerlei gebied, die innerlijk verteerd dient te worden, brengt ons in tijdsnood, want we zijn met veel meer verbonden dan wat we uiterlijk zien, uiterlijk horen, en waar we uiterlijk in betrokkenheid mee in contact staan.

Door de veelzeggendheid van al die krachten die in ons een plek zoeken, beleven wij tijdsnood om ons op het juiste moment met deze ontwikkelingen te verhouden.

Daarnaast is er nog veel disharmonie aanwezig en zijn de zaken polair versneld op elkaar werkzaam. In letterlijke zin is het ook zo dat de aardas aan het verschuiven is, dat vindt ook plaats in ons eigen energiesysteem, in onze eigen afgestemdheid op de kosmische kracht die aan verandering onderhevig is. Die verschuiving beïnvloedt ook de vloeibare massa van het aardelichaam, zoals het water van de aarde, maar ook de lucht en de vuurelementen in de aarde. Alles is in hang tot vernieuwing en heroriëntatie. Ook ons lichaam bestaat uit water en we ademen de lucht in. De ether omringt ons en is vol met indrukken waaronder de electrosmog die ons doorstraalt. We hebben met al die elementen in ons fysieke zijn te maken, we raken overgeprikkeld en we moeten het er mee doen. Dat is het gevoel van tijdsversnelling en zo wordt het ook beleefd. Want in vroegere incarnaties kon je in één leven een aantal zaken beoefenen om te leren, maar nu zitten we in de hoogste klasse en moeten we het versneld opnemen. Dat maakt de vergroting van zelfverantwoordelijkheid door middel van zelfverankering belangrijk. We krijgen gewoon een beproeving waarbij we kunnen kijken of we meesterschap kunnen tonen of niet.

Energieverhoging

Energieverhoging ondergaan is een gunst aangebracht om menselijk leed te rijpen. Wie zich daartoe openstelt zal daarvoor en bovengemiddeld aandachtig geheel. Wees daarom niet bevreesd voor staat van uw eigen geestelijke ontwikkeling. kan delen en wie kan delen kan bereidwillig van aard uzelve te verankeren, aanvaarden van wat is. Daar staand in de betrokkenheid met het eigen zelf, velen u kunnen volgen en mededeelbaar gaan worden hierdoor. Met andere woorden, schep uw voorbeeld, anderen zullen volgen en zij zullen anderen aanspreken.



vanuit de onstoffelijke gebieden, voorkomen en versneld geestelijk te zichzelf dieper leren kennen dan zijn naar levensprocessen in zijn wat komen gaat daar het ten dienste Wie zich verbonden weet met zichzelf onbezorgder leven. Wees daarom keer op keer in wilsbereidheid te



De Spirituele Familie rondom Marieke de Vrij en de Stichting De Vrije Mare

In eerdere Nieuwsbrieven heeft u met zekere regelmaat kunnen lezen over de nieuwe activiteiten die, veelal achter de schermen, binnen de Stichting De Vrije Mare gaande zijn. Zo is en wordt er hard gewerkt aan de digitalisering van het archief. Doel hiervan is om de grote rijkdom aan inspiraties, die Marieke door de jaren heen heeft mogen ontvangen, voor meer mensen en makkelijker beschikbaar te stellen. Een essentieel middel hiervoor is de vernieuwde website die binnenkort gaat draaien. De reeds gerealiseerde aanschaf van nieuwe (digitale) opnameapparatuur is hiervan een belangrijk onderdeel.

Naast deze nieuwe media, zijn er ook de, in een verhevigd tempo toegenomen, activiteiten van Marieke en Jules op het gebied van bedreigde waterkeringen en CO2-opslag, die veel energie én financiële steun vergen.

Door uw gulle reacties op onze regelmatige oproepen om financiële steun is dit allemaal mogelijk gemaakt. Waarvoor onze grote dank!

Door de nieuwe investeringen zijn de vaste, maandelijkse kostenposten op de begroting van de Stichting beduidend toegenomen. Daar staat tegenover dat de inkomsten op veel minder vaste basis te begroten zijn.

Het Bestuur wil daar graag verandering in brengen en streeft er naar het aantal vaste, maandelijkse, giften eveneens beduidend te doen toenemen om Marieke's werk en de daaruit voortvloeiende werkzaamheden te steunen. Slechts op deze wijze wordt het mogelijk een gezond en verantwoord financieel beleid te voeren.

Om dit streven te ondersteunen en tegelijkertijd de betrokkenheid van donateurs en vrijwilligers bij het werk van Marieke en de Stichting meer gestalte te geven, wordt het idee gelanceerd van

De Spirituele Familie rondom Marieke de Vrij en de Stichting De Vrije Mare

"Je spirituele familie, die zoek je zelf uit, dat zijn familieleden bij wie jij je thuis voelt, die jouw interesses delen en waar je je solidair mee voelt."

Vanuit deze gedachte is het idee van de Spirituele Familie ontstaan.

Het *doel* van deze Spirituele Familie is:

- **Een samenbindende kracht te vormen van alle donateurs en vrijwilligers die betrokken zijn bij het werk van Marieke. Deze Spirituele Familie wordt breder en dieper op de hoogte gehouden van wat gaande is op gebied van inspiratieve doorgevingen, de onderwerpen en de initiaties die daarvan uitgaan voor het individu en de samenleving, ook in relatie tot de afzonderlijke vakgebieden waar Marieke op werkt. Ook worden zij breder op de hoogte gehouden van de feitelijke inzet en vorderingen die gemaakt worden op het gebied van boeken, archivering, bestuurlijke zaken waaronder financiën, het secretariaat, het uitschrijvers- en redigeerderswerk om de inspiraties in archief en publicatievorm te brengen en andersoortig vrijwilligerswerk.**
- **Marieke de Vrij en de Stichting De Vrije Mare financieel te dragen.**
- **Marieke de mogelijkheid te geven al haar energie te besteden aan het inzetten van haar fijnzintuiglijke vermogens op levensvragen van grote individuele en maatschappelijke betekenis, waar zij zich innerlijk toe geroepen voelt.**
- **Stichting De Vrije Mare de financiële ruimte te geven om tot een grootschalige archivering van alle bestaande inspiraties te komen en steeds nieuwe publicaties aan te bieden.**

- **Jaarlijks een familiedag te organiseren** waar alle spirituele familieleden elkaar kunnen ontmoeten. Waar Marieke een lezing zal houden afgestemd op de actualiteiten die dan spelen en tevens ontwikkelingspoorten zal vrij geven op de aanwezigen afgestemd (groepsschouwing). Ook zal er ruimte zijn voor open vragen en verdere wensen en ideeën die leven binnen de spirituele familie, w.o. netwerken en verdiepen op interesse gebieden.
- **Het onderlinge contact tussen de spirituele familieleden te stimuleren** door hen de mogelijkheid te bieden om ook via de website met elkaar contact te houden.
- **De familieleden op de hoogte te houden via een nieuwsbrief met activiteitenlijst.** Indien u aangegeven heeft de nieuwsbrief per email te willen ontvangen, dan ontvangt u 6 keer per jaar bericht. Wilt u liever de nieuwsbrief per post, dan ontvangt u deze 3 keer per jaar, zonder dat daar extra kosten aan zijn verbonden.

Familieleden zijn al diegenen die donateurs zijn en/of vrijwilligers (zoals uitschrijvers, redigeerders van vrijgegeven teksten, bestuursleden, archiveerders, gastvrouwen, etc.) en daardoor een bijdrage leveren aan (de verspreiding van) het werk van Marieke de Vrij en/of de Stichting De Vrije Mare.

Iedereen die zich aangetrokken of geïnspireerd voelt door het werk van Marieke de Vrij en de Stichting De Vrije Mare, is van harte welkom om deel uit te maken van deze Spirituele Familie. Met een door u zelf vast te stellen maandelijks bijdrage bent u deelgenoot van deze Spirituele Familie.

Wij zijn dankbaar voor iedere bijdrage.

Het lidmaatschap van deze spirituele familie duurt tenminste één jaar, met een stilzwijgende verlenging, tenzij anders is gewenst en jaarlijks vóór 1 november is doorgegeven aan het secretariaat. 075-6350586 of sec@mariekedevrij.org
Om financieel/administratieve redenen verzoeken wij alle familieleden ons te machtigen het aangegeven maandbedrag automatisch te incasseren, via bijgaand machtigingsformulier.

S.v.p. bijgaand machtigingsformulier invullen en opsturen naar: Saskia Hontelé, Vissenberg 19, 4714 AX Sprundel.



Diegene die géén interesse hebben in de Spirituele Familie, kunnen de toezending van de gewone Nieuwsbrief met activiteitenlijst continueren door € 9,- over te maken op giro 7409374 t.n.v. Stichting De Vrije Mare, Zevenhoven. (Door de opgelopen druk- en verzendkosten heeft het Bestuur zich genoodzaakt gezien de gevraagde bijdrage met ingang van het verschijnen van deze Nieuwsbrief te verhogen van € 6,00 naar €9,00. Heeft u uw bijdrage voor 2008 al overgemaakt en wilt u de Nieuwsbrief per post blijven ontvangen, dan gaat dit nieuwe tarief uiteraard pas later in).



Stichting 'De Vrije Mare'

SPIRITUELE FAMILIE Machtigingsformulier

Uw gegevens

s.v.p invullen met blokletters

Achternaam	
Voornamen	
Straat en Huisnummer	
Postcode en Plaats	
Telefoonnummers	
Emailadres	
Nieuwsbrief	<input type="checkbox"/> Digitaal of <input type="checkbox"/> per Post (s.v.p uw voorkeur aankruizen)
Rekeningnummer	
Naam Bank/Giro	

Mijn gift is bestemd voor: (s.v.p. uw keuze aankruizen)

Maatschappelijk relevante onderwerpen zoals:

- Waterkering
- CO2-opslag
- Dierenwelzijn
- Orgaandonatie

Publicaties / Boeken

Digitaal archief en website

Algemene gift ter ondersteuning van het werk van de Stichting De Vrije Mare

Bedrag per maand:

S.v.p. zelf uw eigen keuze aankruizen en/of invullen in het cirkeltje van het betreffende bedrag

€ 2,50

€ 15,00

€ 5,00

€ 25,00

€ 10,00

€ ieder ander bedrag

Handtekening voor maandelijkse incasso

--

**Dit machtigingsformulier graag volledig ingevuld en voorzien van uw handtekening sturen naar:
Saskia Hontelé, Vissenberg 19, 4714 AX Sprundel.**

Met onze hartelijke dank en welkom in de Spirituele Familie!





Extra donatiemogelijkheden

Er zijn verschillende mogelijkheden waarin uw financiële steun vorm kan krijgen:

1. éénmalige giften, zoals bijvoorbeeld uw bijdragen als gevolg van speciale acceptgiroacties (uw reactie op onze laatste speciale Waterkeringactie was geweldig: meer dan €7.500,- werd gedoneerd!).
2. periodieke giften, bestaande uit maandelijkse bijdragen die voor een bepaalde of onbepaalde tijd worden gedaan, zie het idee van de Spirituele Familie rondom Marieke de Vrij en de Stichting De Vrije Mare, elders in deze Nieuwsbrief.
3. notarieel vastgelegde periodieke schenkingen, waarbij in een notariële akte wordt vastgelegd hoeveel u jaarlijks schenkt voor een periode van minimaal 5 jaar.
4. legaten en erfstellingen, ook deze vorm van financiële steun dient te worden vastgelegd in een notariële akte. (*Mocht u vragen hebben over deze mogelijkheden en wat Stichting De Vrije Mare hierin voor u kan doen, dan kunt u via het secretariaat contact opnemen met de penningmeester.*)

Donaties en de fiscus

De Stichting De Vrije Mare is officieel erkend als *Goede Doelen Stichting*, of zoals dat onder het nieuwe belastingsysteem heet: een *Algemeen Nut Beogende Instelling*. Dit betekent dat giften aan Stichting De Vrije Mare aftrekbaar zijn voor de inkomstenbelasting. De hoogte van de aftrek is afhankelijk van uw inkomen. Giften kunt u aftrekken als het totale bedrag in één kalenderjaar tussen de 1% (met een minimum van € 60,-) en 10% van uw verzamelinkomen bedraagt.

Een notariële vastgelegde schenking (zie nr. 3 en 4 hierboven) is een vorm van schenken met een maximaal belastingvoordeel. Bij een notariële schenking bestaat er géén drempel voor de aftrekbaarheid van giften en dat betekent dat het gehele bedrag kan worden afgetrokken van de inkomstenbelasting.

De voordelen van een notariële schenking:

- U kunt Stichting De Vrije Mare meer schenken zonder dat het u meer kost;
- het gehele bedrag van de schenking is volledig aftrekbaar van uw inkomstenbelasting;
- ook bedragen die kleiner zijn dan 1% van uw jaarinkomen zijn fiscaal aftrekbaar;
- Stichting De Vrije Mare is voor een periode van minimaal vijf jaar verzekerd van uw steun.

Elke donateur/goede gever/spiritueel familielid heeft de mogelijkheid om in elke donatievorm, expliciet aan te geven welke voorkeur zij/hij heeft voor de besteding van zijn/haar gift.

Uw voorkeur voor dit zogenaamde oormerken, kunt u uiteraard ook notarieel vastleggen. In het machtigingsformulier bij de Spirituele Familie worden de volgende categorieën van bestedingen genoemd:

- A. Maatschappelijk relevante onderwerpen zoals
 - Waterkering, CO2- opslag, dierenwelzijn en orgaandonatie
- B. Publicaties / Boeken
- C. Digitaal archief en website
- D. Algemene gift ter ondersteuning van het werk van de Stichting De Vrije Mare



Overstroming of andere calamiteit als reële optie?

Wat te doen bij calamiteiten



Lieve mensen, rampen zijn niet te voorspellen maar het bijvoorbeeld bewust vooruitschuiven van werkzaamheden aan wezenlijke zwakke schakels bij de kust maken bijvoorbeeld het risico van overstroming wel groter.

Wat kunt u zelf doen bij een ramp van dergelijke omvang? Nederland houdt rekening met (grootschalige) calamiteiten. Reclamespots zien we regelmatig hierover op TV. We hopen allemaal dat er niets dramatisch zal gebeuren. Maar kunnen we dat zeker weten? Nu al voorbereiden? Waarom afwachten? Voorkom afhankelijkheid, ga in uw eigen verantwoordelijkheid staan en help uzelf op weg.

Het maakt natuurlijk uit of u direct moet vertrekken of dat u dagenlang in huis moet blijven. Wees echter voorbereid op beide situaties. Haal gewoon nu al dát in huis wat van belang kan zijn. Wanneer u goed op een mogelijke calamiteit bent voorbereid geeft dit rust in praktisch en emotioneel opzicht. Het voordeel daarvan is ook dat u het aanschaffen van noodzakelijke zaken niet hoeft te doen vlak voor of tijdens een crisissituatie. De schappen van winkels liggen vol en u doet niemand tekort, die dringend eenzelfde artikel als u nodig blijkt te hebben in een dergelijke noodsituatie. Het is sociaal veel vriendelijker omdat schappen in goede tijden altijd weer vanzelfsprekend worden bijgevuld en artikelen daarmee weer goed bereikbaar worden. Ook kunt u een extra voorraad inkopen om daar anderen in noodsituaties mee van dienst te zijn die zich niet geprepareerd hebben. Denk hierin ook met aandacht aan jonge kinderen en ouderen die kwetsbaarder zijn.

Graag willen wij u een aantal praktische tips meegeven, zoals wij (Marieke de Vrij en Jules van der Veldt) deze zelf samengesteld hebben voor *het Samenwerkingsverband Traumahulpverlening Nederland (STNL)*. Een aantal hiervan kunt u zelf ook vinden op www.denkvooruit.nl of www.crisis.nl, deze zijn door de overheid opgesteld. En als u geen internetbezoeker bent, doe u voordeel met de hieronder aangegeven ideeën. We kwamen bij de samenstelling ook nog een praktische site tegen, waar je diverse spullen voor noodsituaties kan bestellen via hun site www.liff.nl.

Algemeen

Als bijvoorbeeld overstroming uw huis dreigt te naderen doet u er goed aan om gas en elektriciteit direct uit te schakelen. Bij andere calamiteiten is dat niet direct nodig. Wat is verder van belang!

- A. Stel nu al uw eigen **noodvoorraad** samen
- B. Maak een **evacuatiepakket**
- C. Bezin u nu ook al op de dingen die u nodig heeft om **zélf hulp** te verlenen aan derden
- D. Als u niet weg kan, luister bij een calamiteit naar uw (draagbare) radio of TV en tracht niet in paniek te komen. Doe wat u zelf daarvoor nodig acht.

Praktische tips

NOODVOORRAAD

Maak de onderstaande lijst voor uzelf compleet en bewaar de kleinere spullen in een stevige tas, afsluitbare plastic bak of koffertje (liefst waterdicht) op een makkelijk bereikbare plaats.

Basis artikelen

- Radio op batterijen of opwindbare radio
- Mobile telefoon (opgeladen houden)
- Zaklamp met extra batterijen of knijpkat (b.v. verkrijgbaar bij de ANWB) en/of kaarsen
- Lucifers (in waterdichte verpakking) en/of aanstekers

- Uitgebreide EHBO koffer en isoleerdeken bij onderkoeling of verbranding (ANWB)
- Waterdicht medicijndoosje met voorraad van uw medicijnen
- Contant geld, kopieën van uw paspoort of rijbewijs, lijst van verzekeringen met polisnummers en andere waardepapieren, lijst van belangrijke telefoonnummers en adressen waar u eventueel terecht kunt, in een waterdicht zakje (ANWB)
- Toiletpapier
- Reserve sleutels van huis en auto

Rantsoen

- Drieliter water per dag per persoon (voor tenminste 5/6 dagen). Bewaar dit zo mogelijk op zolder. Houdt de houdbaarheidsdatum ervan in de gaten want die is beperkt.
- Voorraad houdbaar eten voor tenminste 5/6dagen: crackers, biscuit, muesli, vruchten(dik)sappen, houdbare sojamelk/melk, voedselblikken (groenten, bonen). Let op de houdbaarheidsdatum.
- Voorraad verzorgingsartikelen: vochtige doekjes, zeep, wasmiddel, maandverband, luiers, toiletspullen en tandpasta
- Eten, drinken en draagbare kooi/mand voor uw huisdieren (om evt. mee te kunnen nemen)

Kleding

- Warme onder- (Thermo) en bovenkleding, stevige schoenen en/of laarzen, warm hoofddekseel (via het hoofd verlies je heel veel lichaamswarmte)

Kookgelegenheid en Warmtebron

- Campinggastoestel met extra tank/tankjes
- Petroleum kachel of Zibro verplaatsbare kachel met speciale brandstof (niet afhankelijk van elektriciteit)
- Houtkachel(tje) met voldoende droog hout

EVACUATIEPAKKET

Bouw dit pakket op uit de hierboven opgestelde basislijst en vul deze aan met de hierna aangegeven ideeën en/of uw eigen ideeën. Ga er vanuit dat u echt alles moet achterlaten. Neem dus het meest noodzakelijke mee. Maak daar als het ware één of twee pakketten van. Handig kan zijn een of twee grote plastic gereedschapbakken (bijv. van Stanley bij Praxis of Gamma) op grote wielen met uitschuifbaar handvat, dan hoeft je niet te dragen. Verpak het merendeel van de spullen in afsluitbare plastic gripzakjes (verkrijgbaar bij boekhandel en de ANWB heeft plastic documentzakjes). Een extra goede waterdichte rugzak (of waterhoes voor rugzak) is ook welkom. Denk ook aan de medemens m.n. om eerste hulp te bieden en mogelijk voedsel en water te delen.

Veel van onderstaande artikelen zijn te koop in camping- en outdoorwinkels zoals Beversport, de Vrijbouter en de ANWB. Maar ook in zaken als Blokker, Kruidvat, Trekpleister e.d.

Extra's naast een deel van de basisartikelen

- ANWB Survival gids
- Medische handgids
- Extra (warme) kleding (b.v. fleece), water- en winddichte jas, hoofddekseel en handschoenen, sjaal, (kussens) en deken(s)
- Outdoor handdoeken (sneldrogend en klein opvouwbaar)
- Regenkleding (klein opvouwbaar)
- Water- en vuilafstotende werkhandschoenen en/of pak vinyl handschoenen
- Reflecterende vestjes en reflecterende armbanden voor over de kleding (om goed zichtbaar te zijn)
- Slaapzakken
- Overlevingsvoedsel
- Pannensetje met campingbrandertje en extra brandstof (gas, benzine)
- Eetgerei: messen, vorken en lepels en (plastiek)bordjes en bekertjes
- Aanmaakblokjes, magnesiumstift en/of vergrootglas (om vuur te maken)
- Watervoorraad, flesjes water plus houders waarin ze te dragen zijn en/of jerrycan
- Waterzuiveringstabletten
- Waterzuiveringpompje (outdoor winkels), voor schoon water

- Wasmiddel (tube 'op reis wasje' van HG')
- Vochtig toilet papier (in afsluitbaar doosje (b.v. van Kruidvat)
- Handzeep flacon met pompje (antibacterieel met water af te spoelen) of wasgel in flacon met pompje te gebruiken zonder water om te desinfecteren
- Papieren zakdoekjes
- Droogdoekjes, vuilopname doekjes
- Afdekszijl en touw, plus tentharingen om schuilplaats te maken, en/of lichtgewicht tentje plus grondzijl (lichtgewicht)
- Vuilniszakken
- Veiligheidspelden
- Extra brandstof/olie/koelvloeistof/ruitensproeistof en water voor uw auto
- Veiligheidsbril en/of extra bril, veiligheidstofkapjes
- Fluitje (om hulp te roepen)
- Schrijfgerei: ballpoints, potloden, watervaste stiften en bloknoot
- Handgereedschap: hamer, tangen, steek/ringsleutels, kleine boomzaag, ijzerzaag, spijkers in diverse maten
- Scharen en messen (multifunctioneel zakmes) en blikopener
- Rol Power tape, om reparaties en/of afdichtingen mee te verrichten
- Rolletje ijzerdraad, bindtouw en stevig dik touw om zaken mee vast te zetten of waslijnen te maken
- Kompas
- Plattegrond van de regio
- Hoofdlampje met extra batterijen (voor op het voorhoofd, dan heb je je handen vrij)
- Verrekijker
- Zonnelader om batterijen mee op te laden (travel&co van ANWB), plus diverse maten oplaadbatterijen voor zaklantaarn
- Batterij oplader voor in de sigarettenaansteker in de auto
- Reisklokje op batterijen of met draaimechanisme
- Walky talky (op afstand direct contact te houden als telefonie is uitgevallen)

Extra EHBO artikelen

- Rescue remedy zalf (van Bach) en druppels
- Uierzalf, calendulazalf, SRL-gelei (gewrichten en kneuzingen)
- Paracetamol of andere pijnstillers
- Diaree remmers (pillen)
- Maagtabletten
- Vitamine C tabletten
- Nivea crème grootflacon, om verruwing en kwetsbaarheid van de huid te voorkomen bij koude en wind
- Alcohol en jodium
- Verband en pleisters
- Etc.

Wanneer u door calamiteiten langdurig verstoken blijft van water, voedsel, elektriciteit en gas, dan zou u de volgende extra zaken kunnen overwegen om in huis te halen.

- Generator om stroom mee op te wekken (diesel of benzine) plus extra brandstof
- Zonnecollector met omvormer om stroom en/of licht te creëren ook voor het opladen van batterijen
- Batterij oplader met oplaadbatterijen
- Grotere indoor/outdoorlamp(en) op batterijen met ledlampverlichting of stormlamp op olie
- Luchtbedden plus pomp en extra lakens/dekens, ook voor eventuele opvang van derden
- Papieren zakdoekjes, toilet papier, vochtige doekjes in veelvoud, maandverband, luiers
- Levensmiddelen met een extra lange houdbaarheidsdatum. Denk altijd vooruit met boodschappen doen. Vul uw voorraad ruim aan. Te denken valt aan een voorraad granen, bonen, blik- en glasgroenten, muesli, vruchten(dik)sappen. Sta stil bij het voedsel voor jonge kinderen wat u nodig heeft. Op korter termijn zijn er bepaalde verse groenten of vruchten die langer houdbaar zijn dan doorsnee. Denk aan winterwortelen, uien, appels.

Vorbereiding

Weet u voorbereid. Waar u innerlijk zich opgeroepen voor voelt, stá in uw keuze.
Help uzelf om uw intuïtieve vermogens tot u te laten spreken.
Spreek u uit en vorm zo uw nieuwe weten.
Ú bent gezegend met de liefdeskracht die alle keuzes aankan.
Want zonder handelen vervaagt uw innerlijke oproep.
Bereidt u voor op al wat komen zal.
Niet omwille van de angst, maar omwille van uw weten.
Steun zo uzelf en de uwen en zo velen meer die u wensen te verstaan.
Vorbereid zijn, is zichtbaar stellen wat van u gevraagd wordt.
Want zij die tonen, zullen de toon aangeven en zich tijdig geroepen weten.

www.julesjohannes.nl

Jules van der Veldt

Ontwikkelpoorten

Het leven van ieder mens is gegrondvest op innerlijke leeropdrachten die hij zelf dient te beoefenen ter bevordering van zijn evolutie op aarde. De ontwikkelingspoorten schetsen deze individuele ontwikkelingsgang op een persoonlijke wijze afgestemd op uw huidige levensfase. Marieke geeft vaak tijdens handaanreikingen en groepsbijeenkomsten ontwikkelingspoorten vrij op de gemeenschappelijke leeropdrachten die actueel zijn en brengt hierop verdieping aan op een zodanige wijze dat dit praktische toepasbaar wordt. De ervaring is dan dat iedere persoon zich hierdoor bijzonder geraakt en gesteund weet op zijn of haar individuele levenspad. Wij geven in deze nieuwsbrief enkele van de ontwikkelingspoorten vrij zoals deze door haar ontvangen zijn in 2007. Deze zijn gerelateerd aan het thema "Verantwoordelijkheidsbesef"; het thema van deze nieuwsbrief. We hopen dat het voor u een bron van inspiratie is.



ONTWIKKELINGSPOORT 1 Uzelf zijn, langdurig, vraagt bestendige moed in volhouding van eigen verantwoordelijkheden te verkeren. Dit maakt dat, binnen hedendaags besef, u geprikkeld wordt om bovenmatig aandachtig te blijven in relatie tot wat u wezenlijk wensend behoeftig bent, om diepgeworteld uzelve te blijven bovenal. Uzelf zijn vraagt daarom een grote verantwoordelijkheidsgave naar uzelve toe gericht.

ONTWIKKELINGSPOORT 2 Vrijblijvendheid van opstelling wordt u niet gevraagd op momenten waarin u zich zekerheidsbelievend wenst op te richten naar zelfgewenst betoon. Met andere woorden, volg uw intentie tot opstaan in dat waartoe u zich gericht weet in plaats van afwachtend u open te stellen naar dat wat anderen (u) nalaten te doen. Zelfverkozen gaan is te prefereren boven dat wat anderen nalaten of laten afweten.

ONTWIKKELINGSPOORT 3 Innerlijk geruststellend met uzelf overweg gaan is wezenlijk belangwekkend in een periode waarin veelal meer gevraagd en beantwoord wordt dan men zelve belieft. Dit vraagt constante gewaarwording op het niveau van zelfbegeestering te activeren, daar waar anders verzet zou ontstaan. Wees daarom bemoedigend bovenal naar uzelve toe gericht binnen tijdelijke momenten van oponthoud.

ONTWIKKELINGSPOORT 4 Doortastend van aard zijn zij die niet omkijken maar doorgaan in het perspectief van zelfbeleving. Bij ontstaan oponthoud vraagt men zich niet onnodig af waartoe dit diende, maar tracht men zichzelf voort te bewegen binnen het eigen gelijk, hiermee niet veroordelend dat wat was en ter verbetering is weggelegd. Met andere woorden, wat geschiedde heeft de intentie in zich om vooruitgang te baren. Tijdelijk oponthoud zal deze vooruitgang niet blijvend in de weg staan. Zo bega het pad, voorwaarts gericht, als getuigenis van moedhandhaving.

ONTWIKKELINGSSPOORT 5 Uzelf uit handen geven in een periode van snelbeslissendheid doet u geen goed. Terdege aanvoelen wat wezenlijk behoeftigd is voor u, is essentieel in het gaan in de komende tijd. Belangstelling veinzen in relatie tot onderwerpen die anderen aangaan, maar niet u in die mate, doet u geen goed. Wees oprecht belangstellend naar wat u wezenlijk zélf wenst te verkrijgen, in dát wat wezensecht u toebehoort. Met andere woorden, spreek niet, uit onechte belangstelling geplaatst, wanneer u veelomvattend uzelf dient te belopen in het aangaan van consequenties úw bestaan rechtvaardigend. Wees dáárom oprecht zeker vanuit eigen genomen verantwoordelijkheid naar waar uzelve wenst te verkeren. Dit te doen, vergroot oprechte belangstelling naar derden en creëert innerlijke rust.

ONTWIKKELINGSSPOORT 6 Veelomvattendheid kenmerkt het huidige proces. Rusteloosheid in geestkracht toont zich menigmaal. Echter, voorbít dit alles zijn energieën zich aan het herscheppen, vérstrekkend. Wees daarom bewust van dít tijdsfragment waarin u nú staat en bezie dit vanuit een tijdelijke aard. Daar wat herschappen wenst te worden continuïteit behoeft om dóórgang te creëren door deze rusteloze fase heen.

ONTWIKKELINGSSPOORT 7 Nalatigheid ontstaat alleen dan wanneer men tegen beter weten in zaken opzettelijk laat liggen. Bezie daarom of nalatigheid speelt op zaken die u essentieel van belang acht. Zo ja, geef u dan de rust van het gedane, zo nee, wees dan onbekommerd vrij.

ONTWIKKELINGSSPOORT 8 Gedragen te zijn temidden van waar anderen verblijven, geschiedt wanneer men wezensecht, waarachtig, zichzelf toont op basis van wat men wezenlijk verkend heeft in zichzelf en daarin is opgestaan. Dit veroorzaakt gedragenheid door algemene waardering. Niet om wat men toont, maar om de standvastigheid in moedbetoon om zaken positief en wilskrachtig te benaderen. Met andere woorden, wie zichzelf toont binnen processen van geestelijk opstaan zal bereidheid ervaren bij anderen dit evenzo te doen. Zie daarom niet om. Sta in volle overtuiging in uw eigenwaarde op. Zie wat dan geschiedt en voel u niet geremd hierdoor.

ONTWIKKELINGSSPOORT 9 Zachtaardig staan, bewust vertolkt, creëert rust temidden van hen tot wie u spreekt. Wees daarom bovenmatig oplettend in rustgevend spreken, óók wanneer aandachtsbehoefte gesproken wordt omtrent dat wat men wezenlijk wenst om vooruitgang te baren.

ONTWIKKELINGSSPOORT 10 Zichzelf waarnemen temidden van anderen is veelgevraagd, gezien de complexiteit van ontmoetingen. Echter, uzelve bezien, middelpuntvliedend, creëert rust, daar in de toegankelijkheid naar anderen toe gericht veel bereikt wordt ongezien voor u. Dít te ervaren middels terugschouwing is essentieel van aard om vooruitgang te verstevigen. Hier oplettend op worden genereert kracht en bemoedigt bovenal het pad te vervolgen om intermediair vooruitgang te boeken, blijvend van aard. Wees daarom bereidwillig om terugblikken te aanvaarden daar waar vermoeidheid optreedt om vóórwaarts te blijven gaan. De kracht van bemoediging aan te spreken in uzelve bovenal, is waar het wezenlijk nú om gaat.

ONTWIKKELINGSSPOORT 11 Toe te treden naar diepere waarheidsgrond maakt dat dieper beleden dient te worden wat u wezenlijk oprecht aanvaardt in inzichtbarendheid. Deze opwellende eenvoud van waarheidsbekrachtiging creëert daadkracht bovenal.

ONTWIKKELINGSSPOORT 12 Veelal benoemen waar anderen achterblijven heeft geen zin in deze tijd waarin beperking hoogtij viert. Uzelve bemoedigen, daadkrachtig van aard, om uzelve voorrang te bieden in het realiseren van nieuwgaand gedrag, ter versterking van allen, is waar het nú om gaat. Zie dáárom niet om. Bemoedig uzelve buitensporig en ga de weg van onafhankelijk betoon.

ONTWIKKELINGSSPOORT 13 Nalatigheid ontstaat wanneer men zaken vermeend te weten en daar geen gehoor aan geeft. Wie zichzelf bezoekt dient bovenmatig eerlijkbekennend zijn eigen weten daadkrachtig behoevend óm te zetten naar meer doen toe, om zijn weten gerust te stellen.

ONTWIKKELINGSSPOORT 14 Vrijblijvendheid te ervaren bij anderen, wanneer u wezenlijk behoeftig bent aan aansturend handelen middels hen vormgegeven, maakt het wezenlijk van belang om oprichtend, duidelijkheidssprekend, hen te verzoeken tot gericht gedrag. Afwachtend zijn op wat zich niet direct toont in commitment naar u toe gericht, maakt dat energie verloren gaat en derhalve het proces als geheel ondermijnd wordt. Wees daarom oplettend van aard aansturendheid te betrachten wanneer anderen zich hiervan wensen te onthouden en dit het wezenlijke belang tegenspreekt.

ONTWIKKELINGSSPOORT 15 Wezenlijk deelzaam te zijn met anderen maakt dat innerlijke verwoording toeneemt van dat wat belangwekkend uitgesproken dient te worden in gemeenschapzin. Wie zich innerlijk inhoudt in uitspreken van dat wat hem waarachtig bezig houdt doet zichzelf tekort. Oplettendheid is daarom genoodzaakt wanneer men zich innerlijk deelachtig voelt en zich niet bekwaamt in uitspreken. Wees daarom bewust uitnodigend niet alleen naar uzelf toe gericht maar ook naar anderen om gemeenschappelijk spreken in deelgenootschap te laten ontstaan.

ONTWIKKELINGSSPOORT 16 Zichzelf zijnd, in voor en tegenspoed geplaatst, vraagt bekwaamheid in zichzelf te verantwoordwoorden omtrent de wijze waarop men zichzelf ervaart. Niets afdoend van belevingsgrond creëert gemoedsrust te allen tijde. Niet hoe men zich toont dient vooraan te staan maar de wijze waarop men zich gedragen weet door zichzelf. Ten lange lesten is het ervaringsrijk één geworden met dat wat men wezenlijk zelf verantwoordelijk aanvaard heeft. Daarmee vervalt de wens zich onverkieselijk anders te tonen dan wat de zelfbeleving aangeeft. Met andere woorden, zichzelf zijnd is iedere façade doorbroken.

ONTWIKKELINGSSPOORT 17 Doordachtheid maakt plaats voor doorleefdheid bovenal. Doorleefdheid geeft het ervaringsrijk aan van zelfbekwame belevingen die men zich eigen heeft gemaakt. Daarmee vervallen aannames van buitenaf aangereikt, omdat de zelfbeoordelende omstandigheid het uitgangspunt is voor handelingsbekwaamheid. Wie zichzelf ervaart kan anderen niet naspreken daar men zichzelf ten gehore dient te brengen bovenal. Zelfverantwoordelijkheid is hiermee geschapen en vindt zijn enting in oorspronkelijk gedrag.

ONTWIKKELINGSSPOORT 18 Doortastendheid te ervaren in doorgaan waar men zich wezenlijk mee belast weet, vraagt een uithoudingsvermogen welke slechts getoond kan worden wanneer men keer op keer zichzelf op één bijzondere wijze voedt. Zij die innerlijk gerijpt zijn om verantwoordelijkheidsdragend zaken onder de aandacht te brengen, hebben menigmaal veel uithoudingsvermogen nodig. Aangescherpt waarnemen, innerlijk volwassenheidsbetoon, zijn noodzakelijk ter neerlegging van wat men zich wezenlijk voorgenomen heeft te doen. Daar vanuit is zelfzorg bovenal gewenst ter versterking van hun taakgerichtheid.

ONTWIKKELINGSSPOORT 19 Veelgevendheid stagneert als anderen niet bereidwillig zijn om de kern van het gegevene te omarmen, bereidwillig van aard, daar zij zich niet geschikt achten het aangehoorde te ontvangen. Dit creëert spanningsvelden tussen de gever en diegene die zich niet in staat voelt tot omarming te komen van het geschonken aangereikte. Hiermee blokkeert uitwisseling en vindt impasse plaatst op het gebied waar overdracht betoond is op een wezenlijke wijze. Dit te aanvaarden bovenal vraagt bemoediging naar het eigen zelf toe gericht, hiermee aangevend dat wat getoond is zijn eigen weg dient te gaan zonder bemiddelingskracht daarin te ervaren. Het geschiede dient zijn beloop te kennen overeenkomstig dat wat het tekort aan samenspraak en samendoen oproept.

ONTWIKKELINGSSPOORT 20 Welluidend spreken kent geen gezag wanneer anderen afhoudend spreken aan de dag leggen. Staand in het ongemak van de niet-erkenning buiten, dient het hart gevolgd te worden dat in zichzelf spreekt. Wie in staat blijkt te zijn het eigen hart, onhoorbaar voor derden, te volgen, zal na verloop van tijd medestanders herkennen die hem gevolgd zijn zonder uitleg van verklaring. Heb daarom vertrouwen in het gaan op eigen koers, daar zij die hiertoe gerechtigd zijn innerlijke zekerheid hervinden en doelbewust voortgang uitzetten, gezien hun innerlijk houding van volhardende aanwezigheid. Daadkracht voert de boventoon, het hart volgend.

ONTWIKKELINGSSPOORT 21 Blijmoedigheid creëert aandacht op een wijze die anderen doet opkijken en veroorzaakt medewerking onverwachts. Wees daarom bereidwillig van aard uzelve vooruit te plaatsen, moedwillig van aard. In het besef dat u daarmee anderen opbeurend aanraakt en hen vergezelt evenzo zaken ter hand te nemen. Met andere woorden, hoewel rust is aangebroken, meer dan voorheen, is het wezenlijk belangwekkend uw doelen niet op te schorten maar voortgang te bereiken, constructief, blijmoedig van aard en zelfbewust. Dit ter activering vanwaar anderen verblijven die u toezien, zichzelf bewuster actiever gaan gedragen.

ONTWIKKELINGSSPOORT 22 Remmend kan het zijn om, om te zien in plaats van zich te verblijden omtrent mogelijkheden die zich openbaren. Niet omziend, zult u bemerken dat al veel gedaan is en dat u kunt buigen op het neergelegde. Bevrijd daarom uzelf en ga uws weegs in oproep van wat komen gaat.

ONTWIKKELINGSSPOORT 23 Innerlijke waakzaamheid betrachten, afgestemd op zaken die gaande zijn, is veelomvattend en vermoeiend tegelijkertijd. Echter, voorbij het ongemak van zaken die alom gaande zijn, vindt er op een dieper niveau in u opschoning plaats van belastheid enerzijds en doorgangsbehoefte anderzijds. Hiermee aangevende dat, ondanks verscherpte waarneming, veelal verdieping plaats vindt in uzelve. Wees daarom uitgerust in uzelve waardevol te omgeven met zelfaandacht bovenal. Daar wie zich bewust is van verantwoordelijkheidstoename, dieper gelegen zichzelf dient te aanschouwen in verbeteringsdrang die gaande is om verdiept nieuwe verantwoordelijkheden te kunnen gaan dragen.



WETEN ALLEEN BIEDT GEEN VERVULLING

Hoe makkelijk wordt mij gezegd
dat ik immer weet.
Alsof weten alleen vervulling biedt.

Weten dient gedragen
te worden in Zijn
en Zijn dient ieder dag
beoefend te worden
dagelijks terugkerend
niet in meditatie alleen.

Meer kennis, meer weten
is harder werken
niet voorbijgaand aan wat is
om meditatief de wereld
te verruilen voor het heel-al.

Uit de poëzie-bundel: 'Eenzaamheid als loutering'. Marieke de Vrij

Afzender: De Vrije Mare,
Mantingerdijk 24. 9436 PN Mantinge.
Tel. 075-6350586, sec@devrijemare.org
en www.devrijemare.org

Heeft u onze nieuwsbrief op prijs gesteld en wilt u er 3 per jaar ontvangen dan zijn er twee mogelijkheden:
digitale ontvangst door een mailtje met uw e-mailadres te sturen naar bovenstaand e-mailadres.
Wenst u dit 6 keer per jaar te ontvangen, dan kunt u lid worden van de Spirituele Familie.
De folder daarvan is op te vragen bij het secretariaat.
ontvangst per post door € 9,00 over te maken op onderstaande rekening onder vermelding van nieuwsbrief en uw volledig adres.

Wij stellen daarnaast uw gift bijzonder op prijs, zodat we ons werk kunnen blijven doen:
gironummer 7409374
t.n.v. Stichting De Vrije Mare, Zevenhoven.

Stichting De Vrije Mare is een Goede Doelen Stichting; giften zijn aftrekbaar.

TNT Post
Port betaald
Port Payé
Pays-Bas