



UNIVERSEEL SOEFISME ASSEN Nieuwsbrief december 2024

Lieve Soefi vriendinnen en vrienden,

In de afgelopen dagen kwamen wij het volgende gedicht tegen:

*Licht
Licht, adem,
Adem mij zacht.
Adem mijn licht de wereld in,
Mijn gedachten verlichten de bergen,
Mijn gevoel verlicht de zee,
Mijn woorden stralen naar de zon,
Mijn verlangen schijnt naar de levensboom,
Mijn liefde straalt naar alle harten,
Adem een aai over alle wangen.
Licht, adem,
Adem mij zacht.*

Voor ons gevoel een gedicht dat troost in een onrustige tijd en gelijktijdig uitnodigt om op een positieve manier in de wereld te gaan staan.

Het licht en de adem van de Ene is, zo geloven wij, in ieder van ons. Dat licht brengt warmte en vreugde in ons dagelijks leven, zo vieren en her-inneren wij ons tijdens verschillende feesten in december. Die adem mag onze inspiratiebron zijn, die uitstraalt in enthousiasme en vreugde. Diep van binnen borrelt de adem en het licht op en maakt ons zacht. Het kan pijn helen en troost bieden als er verdriet of gemis is. Het is een bron die onuitputtelijk is en houvast biedt in ons leven.



En als het uitstraalt in de wereld blijkt het bestand te zijn tegen de duisternis en de tegenwind die over onze aarde gaat en soms ook in ons eigen leven te voelen is. Die uitstraling wordt onder andere gekenmerkt door aandacht voor elkaar. Geen polarisatie, geen strijd, maar open armen en ruimte voor verschillen. Ruimte voor de verschillende eigen waarden en normen en ondanks die verschillen toch beseffen dat we allemaal mensen zijn. Mensen van vlees en bloed, kwetsbaar en waardevol. Aandacht voor elkaar mag zichtbaar worden in een teder gebaar, met de woorden van het gedicht: "een aai over alle wangen".

Veel lees- en kijkplezier gewenst.

NasiBan en Gert

AGENDA

Diensten: Universele Eredienst (U.E) of Informele Dienst (I.D.)

De diensten vinden plaats op de derde zondag van de maand. Er zijn geen diensten in juli en augustus. De dienst begint om 11.00 uur. Iedereen is van harte welkom.

De diensten zijn ook via Zoom te volgen.

Vanaf 10.45 uur is er gelegenheid om je in stilte voor te bereiden op de dienst, waarbij de muziek ondersteunend is.

dienst	datum	spreker
I.D.	15 december 2024	Gert van der Zande. We vieren ook samen de lichtceremonie en er is een gezamenlijke maaltijd.
U.E.	19 januari 2025	Wakil Hutter
I.D.	16 februari 2025	Rahma Liefstink
U.E.	16 maart 2025	Ganesh van der Veer
I.D.	20 april 2025	Kadir Troelstra



Spirituele activiteiten in Assen

De activiteiten worden gehouden op: Pijlkruidstraat 26, Assen. Er zijn geen kosten aan de activiteiten verbonden. Graag afmelden als je niet komt en wel een uitnodiging hebt ontvangen. Een aantal activiteiten is ook via Zoom (op aanvraag) te volgen.

Nadere info is te verkrijgen via mail: soefi.assen@ziggo.nl of via telefoonnummer: 06-42220870 of 06-13971936.

Heb je belangstelling, meld dit dan bij: soefi.assen@ziggo.nl.

De activiteiten zijn als volgt ingevuld:

- **Meditatie:** Eerste woensdagavond van de maand; aanvang: 19.30 uur; open voor iedereen; zowel fysiek als via Zoom (op aanvraag) te volgen. Data: 4-12, 5-2, 5-3, 2-4.
- **Spirituele thema-ochtenden** (09.45-11.45 uur) over de aarde, water, vuur, lucht, ether, harmonie, stilte.
Tweede woensdagmorgen van de maand; open voor iedereen. Centraal staat een open ontmoeting rond het thema in respect voor elkaars mening. Zoom op aanvraag.
Data: 11-12, 12-2, 12-3, 9-4.
- **Gita-kring:** Derde woensdagmorgen van de maand (alleen op uitnodiging). Start om 09.45 uur.
Data: 15-1, 19-2, 19-3, 16-4.
- **Spiritual Healing:** Derde woensdagavond van de maand (alleen op uitnodiging). Aanvang: 19.00 uur. Namen voor de healing kunnen worden doorgegeven aan Latifa (hknoop@home.nl).
Data: 15-1, 19-2, 19-3, 16-4.
- **Zikar:** Derde woensdagavond van de maand (alleen op uitnodiging). Aanvang: 20.15 uur.
Data: 15-1, 19-2, 19-3, 16-4.
- **Gatha-kring:** Vierde woensdagavond van de maand (voor moerieds en genodigden), aanvang: 19.30 uur. We gaan verder met de paragrafen over Kashf in het boek 'De Gatha's' van Hazrat Inayat Khan. Zoom op aanvraag.
Data: 22-1, 26-2, 26-3, 23-4.

Landelijke activiteiten

Zie voor andere landelijke activiteiten: <https://soefikalender.nl>

Website

Op onze website: www.soefi-assen.nl is info te vinden over onze vereniging wat betreft doelstellingen en activiteiten. Voor meer informatie over Hazrat Inayat Khan is er een link opgenomen naar een video over hem. Ook is er info te vinden over de andere Soefi-organisaties in Nederland. Leuk om eens te bekijken.

THEMA: AANDACHT VOOR ELKAAR: WEES HET LICHT



Aandacht voor elkaar

Een van de 10 Soefi gedachten luidt: Er is één broederschap, de menselijke broederschap die de kinderen van de aarde zonder onderscheid verenigt in het vaderschap van God.'

In het boek 'De eenheid van religieuze idealen' zegt Hazrat Inayat Khan bij deze gedachte: 'Maar hij (de mens) groeit toe naar dit ideaal, dat het enige doel is van zijn komen op aarde, door zichzelf met anderen te verenigen. ... Zelfs in zo'n wijd gebied van broederschap bestaat de kiem van afscheiding. En hoe wijdverbreid de broederschap ook mag zijn, zolang die de ene mens scheidt van de ander, kan het geen volmaakte broederschap zijn. Omdat hij dit beseft, bevrijdt de soefi zichzelf van de grenzen van natie, ras en godsdienst, en verenigt hij zich in de menselijke broederschap, die geen verschillen en onderscheid kent van klasse, kaste, geloof, ras, natie of godsdienst, en die de mensheid verenigt in de universele broederschap'.

Een van de uitdagingen van het leven is om uit te stijgen boven alle onderscheid en verschil dat de mensen verdeelt. Anders gezegd: te zoeken naar onderlinge verbinding. Dit kan bijvoorbeeld door aandacht aan elkaar te geven, door te zorgen voor elkaar, door open en vriendelijk in het leven te staan, door elkaar niet af te rekenen op onze beperkingen, door begrip en respect voor andere meningen, waarden en normen, enz.



Laat je dragen door de aarde,
laat je strelen door de wind,
laat je glimlachen door de liefde,
want je bent een sterrenkind.

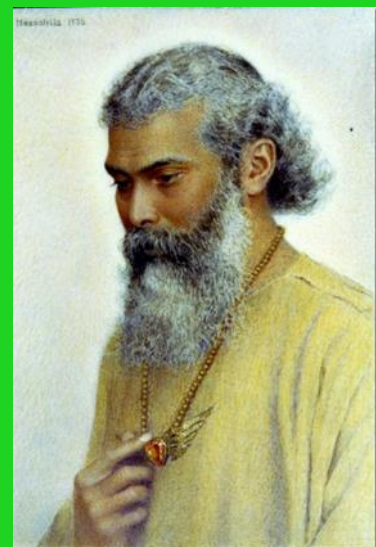
Van: Immia Schellevis

Mogelijke regels om te werken aan aandacht voor elkaar.

In 1919 stond Hazrat Inayat Khan in Edinburg een groep nieuwe leerlingen te woord. Zij vroegen hem of hij hun raad kon geven voor hun leven in de wereld. ... Inayat Khan zei toen: Als u werkelijk enkele woorden over dit onderwerp wilt horen zal ik u zeggen hoe ik, onder bepaalde omstandigheden althans, probeer te handelen.

1. Bij alles kijk ik vanuit het standpunt van de ander zowel als dat van mij, daarom laat ik iedereen vrij in zijn opvattingen, omdat ik mezelf die vrijheid ook geef. Ik waardeer wat goed is in een ander en zie over het hoofd wat ik verkeerd vind. Als iemand zelfzuchtig tegenover mij handelt, beschouw ik dat als natuurlijk, omdat zelfzucht de menselijke natuur eigen is, en ik word er niet door teleurgesteld. Maar als ik mijzelf een egoïst vind, neem ik mijzelf onderhanden en tracht beter te worden.
2. Er is niets dat ik niet bereid ben om te verdragen en er is niemand wie ik niet zou willen vergeven.
3. Ik twijfel nooit aan wie ik eenmaal mijn vertrouwen heb geschonken, ik haat nooit wie ik liefheb, ik veracht nooit iemand wie ik eenmaal mijn achting heb gegeven.
4. Ik zoek de vriendschap van iedereen die ik ontmoet; als ik ze moeilijk vind, doe ik een poging hun vriendschap te winnen. Als ik met die poging niet slaag, laat ik ze verder met rust. Maak ik iemand eenmaal tot vriend, dan wens ik die vriendschap nooit te verbreken.
5. Als iemand mij op een of andere wijze kwaad doet, dan denk ik dat ik dat waarschijnlijk verdien, of dat degene die mij kwaad doet niet beter weet. Ik heb geen vijanden, maar iedereen die zich laat 'horen' in het leven wekt veel verzet.
6. Ik beschouw niemand als hoger of lager dan mijzelf.
7. In alle bronnen waaruit ik de behoeften van mijn leven put zie ik één bron, God, de enige Bron, en als ik iemand bewonder en hem eer bewijs of liefheb, weet ik dat ik God bewonder, vereer, liefheb.
8. In verdriet vertrouw ik op God en in vreugde dank ik Hem.
9. Ik treur niet over het verleden, ik ben niet bezorgd over de toekomst, maar tracht van het heden te maken wat ik kan. Ik ken geen mislukking, zelfs in vallen zie ik een eerste stap om te stijgen, en succes en tegenspoed in het leven doen er weinig toe.
10. Ik heb geen berouw over wat ik gedaan heb, en ik denk, zeg en doe wat ik meen.
11. Als ik in het leven iets tot stand wil brengen, ben ik niet bang voor de gevolgen; Ik begin er aan en doe het gewoon, en ik neem aan dat wat komen moet, komt.

Neem van deze ideeën wat u het beste toeschijnt, en vergeet de rest.



Wees het licht

Opvallend is hoe in alle godsdiensten de oproep klinkt om in je daden te laten zien wie God is. God kan kennelijk zichtbaar worden in hoe je met je medemens omgaat, anders gezegd: hoe je aandacht geeft aan elkaar.

Hazrat Inayat Khan

Alles wat ik voor de mensen doe en hen aandoe,
doe ik voor God en doe ik Hem aan.
En wat iemand voor mij doet of mij aandoet,
beschouw ik als komend van God.



Gebed van Franciscus

Heer, maak mij een instrument van uw vrede.
Waar haat het hart verscheurt,
laat mij liefde brengen.
Waar wordt beschuldigd,
laat mij vergeving schenken.
Waar verdeeldheid mensen van elkaar vervreemdt,
laat mij eenheid stichten.
Waar twijfel knaagt,
laat me geloof brengen.
Waar dwaling heerst,
laat me waarheid uitdragen.
Waar wanhoop tot vertwijfeling voert,
laat hoop doen herleven.
Waar droefenis neerslachtig maakt,
laat me vreugde brengen.
Waar duisternis het zicht beneemt,
laat me licht ontsteken.
Maak dat wij niet zozeer zoeken
om getroost te worden,
als wel om te troosten.
Om begrepen te worden
als wel om te begrijpen.
Om bemind te worden
als wel om te beminnen.
Want wij ontvangen door te geven.
Wij vinden door onszelf te verliezen.
Wij krijgen vergeving door vergeving te schenken
en wij worden tot eeuwig leven geboren
door te sterven.

Lichtgebed van Mohammed

Geef, God, licht in mijn hart
en licht in mijn ziel, licht op mijn tong,
licht in mijn ogen en licht in mijn oren.
Geef licht aan mijn rechter-
en licht aan mijn linkerhand,
licht achter mij en licht voor mij uit,
licht boven mij en licht onder mij.
Geef licht in mijn spieren
en licht in mijn vlees,
licht in mijn bloed,
licht in mijn haar
en licht in mijn huid.
Geef mij licht, versterk mijn licht,
maak mij tot licht!

Koperen regels, Hazrat Inayat Khan

Mijn gewetensvol zelf:

- Beschouw je verantwoordelijkheid als heilig.
- Wees beleefd tegen iedereen.
- Doe niet iets tegen je geweten in, waardoor je je schuldig voelt.
- Help bereidwillig wie in nood verkeert.
- Kijk niet neer op wie tegen jou opkijkt.
- Beoordeel een ander niet naar je eigen maatstaven.
- Draag zelfs je ergste vijand geen kwaad hart toe.
- Verleid geen mens tot iets verkeers.
- Koester tegen niemand vooroordelen.
- Laat in al je doen en laten zien dat je betrouwbaar bent.





Lichtfeesten

In deze laatste maanden van het jaar staan vele lichtfeesten centraal. Om er een paar te noemen: Loy Krathong (Boeddhisme), Chanoeka (Jodendom), Divali (Hindoeïsme), Advent en Kerst (Christendom). Vandaar dat we woorden van Hazrat Inayat Khan hebben gezocht die met het thema: 'Licht' hebben te maken. Licht dat je innerlijk mag en kan verwarmen. En licht dat zijn invloed mag en kan hebben op jouw uitstraling in de wereld en dus op je medemens.

- Gezegend hij, voor wie de ster van zijn ziel is als het havenlicht dat vanaf zee wordt gezien.
- Voorwaar, het hart dat het licht van God weerkaatst, is verlicht.
- Een diamant moet geslepen worden, vóór hij zijn licht kan uitstralen.
- Je levenshouding blijkt uit je uitstraling.
- Een ontlusterd geweten verduistert je uitstraling.
- Een woord dat de ziel verlicht, is met geen schat ter wereld te betalen.
- Als je het pad van het licht bewandelt en toch de duisternis zoekt, word je als het ware aangetrokken door de beide polen van de aarde. Je voelt je uit elkaar getrokken en kunt geen kant meer uit.
- De duisternis in ons hart valt als een schaduw over het hart van een ander en wordt in hem tot twijfel.
- In God geloven is de brandstof, God liefhebben de gloed en God verwezenlijken de vlam van het goddelijke licht.
- Laat mijn hart Uw licht weerkaatsen Heer, zoals de zon weerkaatst wordt in een waterplas.
- Nu Uw glimlach een nieuw licht in mijn hart heeft ontstoken, zie ik overal zonnenschijn.

"Het belangrijkste in een werkelijke menselijke gemeenschap is dat iedereen daarin enkeling durft te zijn."

Sören Kierkegaard

"De vrije mens zal trachten met zijn medemensen in een zo goed mogelijke verstandhouding te leven, ervan overtuigd dat aan het leven in de gemeenschap de voorkeur moet worden gegeven boven dat in eenzaamheid."

Spinoza



Zo donker, zo licht

*Als ik spreek van hart tot hart,
dan bedenk ik van tevoren niet wat licht is en wat donker.*

*Als ik vlieg en zing als vogels in de lucht,
dan hoef ik mijn schoonheid en muziek niet te verdedigen.
Dan is er licht!*

*Als ik eerder de splinter zie in andere ogen en
voorbij kijk aan mijn eigen balk,
dan wordt het donkerder!*

*Als ik getuig van mijn eigen geloof en waarheid en
mijn gevestigde belangen verdedig,
dan wordt het donkerder!*

*Als ik een gesprek voer wil ik de ander ervaren
zoals een roos mij haar geur laat ervaren.
Dan wordt het lichter!*

Aangereikt door Micaela

Ik ben er

Heb je Mij nodig?

Ik ben er.

Je kunt Mij niet zien, toch ben Ik het licht waardoor je ziet.

Je kunt mij niet horen, toch spreek Ik door je stem.

Je kunt mij niet voelen, toch ben Ik de kracht die door je handen werkt.

Ik ben werkzaam, ook al begrijp je Mijn plannen niet.

Ik werk, ook al herken je Mijn werken niet.

Ik ben geen vreemde visioenen, Ik ben geen mysteries.

Alleen in volkomen stil zijn, boven het zelf uit, kun je Mij kennen zoals Ik ben, en dan alleen maar als een gevoelen en een geloof.

Toch ben ik er, toch hoor Ik, toch antwoord Ik.

Wanneer je Mij nodig hebt, ben Ik er.



Aangereikt door Lydia

Ik ben Geest in actie

Auteur Emmet Fox schrijft: "Het woord is scheppend en de sterkste en meest creatieve woorden zijn 'IK BEN'. Wanneer je zegt: 'IK BEN' doe je een beroep op het universum om iets voor je te doen en dat zal het ook doen ... Het 'IK BEN' is God in actie."

Wanneer ik bid, verbind ik me met de Geest. Ik ben er voorstander van om positieve, constructieve woorden te gebruiken als ik met mijn 'IK BEN' verbind – mijn goddelijke natuur. Ik bevestig IK BEN heel en gezond, ik weet dat de Geest in mij, door me heen stroomt als volmaakt, helend leven. Ik spreek woorden van overvloed: "IK BEN welvarend", wetend dat dit Gods wereld is en God mij liefdevol van alles voorziet.

Ik richt me op mijn innerlijke Geest en bevestig IK BEN vredig en vrij, ik weet dat ik omringd ben door – en verbonden met – goddelijke liefde op elk moment.



Schrijffactie Write for Rights 2024 in Jozefkerk te Assen

De jaarlijkse schrijffactie van Amnesty International Write for Rights wordt dit jaar gehouden in de Jozefkerk te Assen. Zaterdag 7 december is het gebouw open tussen 10 en 16 uur. Doe mee en schrijf één of meer brieven om te pleiten voor de situatie van mensenrechtenactivisten. Ieder jaar rond de Dag van de mensenrechten (10 december) wordt deze actie in tal van plaatsen wereldwijd gehouden.

In Assen doen we daar vanzelfsprekend ook weer aan mee.

Amnesty International heeft 9 personen geselecteerd, uit diverse landen en met verschillende achter-gronden, voor wie actie wordt gevoerd. Voorbeeldbrieven liggen klaar en voor de verzending wordt gezorgd.

De jaarlijkse actie wereldwijd levert resultaat op en leidt tot vrijlating van gevangenen of heropening van hun rechtszaak. Daarnaast is het voor degenen die zich inzetten voor hun politieke of humanitaire rechten belangrijk om te weten dat er internationaal aan hen wordt gedacht.

In de Jozefkerk is voldoende ruimte om u te ontvangen. Tijdens het schrijven zullen allerlei activiteiten plaatsvinden, zoals elk uur een miniconcert van de Nederlandse zanger, songwriter en troubadour Harry Loco. Harry speelt al jaren in binnen en buitenland op festivals en in clubs en concertzalen. Hij trad op met artiesten uit de jaren 60 en 70, onder andere met Melanie Safka (Beautiful People, Lay Down) Slade, Eric Burdon, the Animals, Alides Hidding (Time Bandits), Herman van Veen, Freek de Jonge, Cuby & the Blizzards en vele anderen.

Lukt het niet om langs te komen in de Jozefkerk zaterdag 7 december? Geen probleem, je kunt ook thuis de brieven schrijven. Klik op deze link van Amnesty en je ziet voor wie we schrijven en hoe je een pakket 'thuis schrijven' kunt ontvangen: <https://www.amnesty.nl/organiseren/over-write-for-rights>

Ben je benieuwd naar de resultaten van het werk van Amnesty International? Zie de link voor de behaalde successen: <https://www.amnesty.nl/wat-we-doen/onze-successen>

Doe ook mee en help om de actie te laten slagen!

Namens Amnesty International Assen,

Andrea Altena, Anne van Nes
Harry Loco, Ger Meijer
Piet van Leuvenen

Suggesties en/of teksten voor de Nieuwsbrief

Kom je een mooie tekst (verhaal, gedicht, spreuk, verhalende tekst) tegen die je graag zou willen delen via de Nieuwsbrief, stuur het dan door. De kans is groot dat we er wat mee kunnen. Ook suggesties voor een onderwerp voor een volgende nieuwsbrief zijn van harte welkom.

Een bijdrage

Wilt u het Universeel Soefisme Assen financieel steunen? Dan is een gift van harte welkom. Dit kan op ons bankrekeningnummer: NL24 TRIO 0788 9462 93 met als naam van: 'Univ. Soefisme Assen'. Bij voorbaat al hartelijk dank voor uw bijdrage.

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met NasiBan Vinke en Gert van der Zande, tel. 06-42220870 of 06-13971936; email: [soefi.assen\(at\)ziggo.nl](mailto:soefi.assen@ziggo.nl)

Voor meer informatie zie ook:

- Facebook: Soefi Assen
- www.soefi-assen.nl

Namasté: Het licht in mij, groet het licht in jou.

