

nieuwsbrief heilig vuur

voorjaar 2025



wat wil je later worden
als je groot bent?
mezelf!

retoño mío - mijn spruitje

Op de eerste dag van mijn verblijf in het land van de *Amazigh*, waar de *Arabieren* en veel vanuit *Spanje* gevluchte *Joodse mensen* welkom waren, stuurde de goede vriend mij een bericht. Hij was nieuwsgierig naar welke *schaduwidentiteiten* ik aan het einde van een roerige periode in mijn leven, met pensioen zou sturen. Deze vraag was voor mij een mooie leidraad op een volgende reis naar mijn roots. Een reis waarop ik ook veel leerde over de geschiedenis van *Marokko* en daarmee over de geschiedenis van de wereld, die natuurlijk ook de mijne en die van ons allemaal is. De *Arabieren* werden in *Marokko* uiteindelijk de *upperclass*, maar onder de huidige koning en de nieuwe regering komt er gelukkig weer iets meer ruimte voor de roots van de *Amazigh*, de oorspronkelijke bewoners van Noord-Afrika.

Wat zijn *schaduwidentiteiten* precies?
Laten we beginnen bij het begin...

aardse begrenzing

Als een kind wordt geboren en de warme, voedende symbiose van de moederbuik verlaat, krijgt het te maken

met de aardse begrenzing. Het kind is niet meer één met het grotere geheel en ontmoet de dualiteit: het *ik* en de *ander*. Het krijgt een naam en de ouders noemen het hun kind. Het kind kent zichzelf nog niet als *ik* en het onderscheidt zich nog niet van de omgeving. Het kent enkel een allesomvattende liefde en heeft nog geen vast wereldbeeld. Daarbij is het kind volkomen afhankelijk van de zorg, de voeding, de warmte en de liefde van zijn omgeving. Het heeft een bedding nodig om in te kunnen landen. Zonder de hulp van de omgeving zou het binnen korte tijd sterven. De kwaliteit van deze bedding, zoals het kind die ervaart, bepaalt in hoeverre en op wat voor manier het leert om zich te openen en te ontspannen in veilige situaties en zich te wapenen en te pantseren in onveilige situaties.

het belang om bij de groep te horen

Voor een jong kind staat de familie waarin het opgroeit gelijk aan de *wereld*; het is de realiteit waarin het moet zien te overleven. Het kind zal er dan ook alles aan doen om bij de eerste groep die het aantreft te blijven horen. Dat dit nodig is, is een diep *weten* dat ligt opgeslagen in de cellen van ieder mens. Het stamt uit de tijd dat al onze verre voorouders nog migranten waren en in groepen over de eindeloze vlakten zwierven. Wie buiten de groep viel, overleefde het niet. Het is om die reden dat een kind zich zo precies mogelijk vormt naar zijn directe persoonlijke omgeving. Het stopt daartoe bepaalde aspecten van zichzelf weg en plaatst andere aspecten juist op de voorgrond. Het kind past zich noodgedwongen aan vanuit het belang om bij de groep te blijven horen. Dit aanpassen is een *overlevingsgegeven* omdat het van oorsprong te maken heeft met de *beleving* van leven en dood.

schaduwidentiteiten

Op jonge leeftijd en zelfs al in de buik van onze moeder beginnen we zo ons levensscript te construeren. Intuïtief ontwikkelen we overlevingsstrategieën en smeden hiertoe, zoals *Carl Gustav Jung* dit noemt, *schaduwidentiteiten*. Deze identiteiten, ook wel *ego-structuren* genoemd, komen als *maskers* te staan voor ons *ware zelf*; voor wie we ten diepste zijn. Het zijn de *schilden* die ons moeten beschermen tegen de -al dan niet- vermeende *gevaren* vanuit de buitenwereld. De totstandkoming van deze schaduwidentiteiten is een grotendeels onbewust proces dat met name plaats heeft vóór ons zesde levensjaar, op het moment dat ons bewustzijn nog niet (volledig) is ontwikkeld. Het is een proces van *mentale programmering*, waarbij we worden 'geprogrammeerd' door onze omgeving, zoals de normen en waarden van onze ouders en de gemeenschap waarin we leven. Ook de omstandigheden waaronder we opgroeien, hebben grote invloed. Denk bijvoorbeeld aan oorlog, armoede, ziekte of het overlijden van personen die dicht bij ons staan. Tegelijkertijd programmeren we ook onszelf als een overlevingsreactie op onze omgeving. De mentale programmering is als een *grammofoonplaat* die op de onderlaag altijd klaarstaat om te gaan draaien. Op het moment dat er in ons volwassen leven iets gebeurt dat ons onbewust 'herinnert' aan vroeger of een situatie die we ooit als bedreigend hebben ervaren, schieten we automatisch in de bekende groef van deze grammofoonplaat. We geven dan, meestal zonder dat we het zelf in de gaten hebben, antwoord op de situatie zoals we dat al miljoenen keren eerder hebben gedaan. Onze *schaduwidentiteit* voert het woord en dat woord is gebaseerd op een *instinctief idee* van overleven.





lalla essaydi - converging territories #30

hoge prijs

Het goede nieuws is dat deze overlevingsstrategieën uitstekend werken. Ze doen precies waarvoor we ze hebben gecreëerd: *overleven*! Daarin zijn we goed geslaagd, want als je dit leest, heb je het immers overleefd. Maar de prijs die we hebben betaald om te overleven, is hoger dan we ons vaak realiseren. Uit overleving leerden we om bepaalde gevoelens weg te stoppen en persoonlijke talenten te verbergen of niet tot ontwikkeling te laten komen. Schaduwidentiteiten kwamen ervoor in de plaats. Intuïtief *dimden* we onszelf en werden heel goed in precies datgene wat maakte dat we erbij hoorden. Het werd ons talent. In het *werken met systeemdynamieken* zeggen we het als volgt: om te overleven zijn we van onze unieke plek afgegaan waardoor we niet meer in onze volle authentieke kracht staan. Later in ons leven merken we dit bijvoorbeeld doordat onze relaties niet stromen, ons werk ons niet meer inspireert en onze gezondheid te wensen overlaat. We *overleven* weliswaar nog steeds, maar of we het leven ook echt *leven* is de vraag.

crisis als kans

Op het moment dat we in een *crisis* terecht komen, wanneer we bijvoorbeeld een dierbaar iemand, een relatie, ons werk of gezondheid verliezen, krijgen we echter ook een kans om de identiteiten die we hebben gecreëerd en die ons hebben doen overleven, opnieuw te bezien. We komen er dan achter dat de *schaduwidentiteiten* die ons ooit zo goed dienden, op een goed moment juist zijn gaan tegenwerken en ons nu belemmeren om voluit en gezond te leven. Het lied van de grammofoonplaat is vaal geworden en blijkt niet *leven-gevend*. Jung schreef dat de *schaduw* in de vorm van de *midlifecrisis* sowieso bij ons op bezoek komt als we de middelbare leeftijd bereiken. Ik vind het steeds weer bijzonder om te ervaren hoe een crisis ook altijd een gouden mogelijkheid in zich draagt voor persoonlijke groei. Waar het ego of de *schaduwidentiteit* de crisis in eerste instantie als een nederlaag zal beschouwen, ervaart de ziel de crisis uiteindelijk als een waar *bevrijdingsfeest*. We transformeren immers van overleven naar leven!

op reis naar een volgende levensfase

Terug naar de goede vriend die zijn bericht eindigde met een wens voor mijn eigen reis: *neem je tijd daar in het zuiden van Europa en het noorden van Afrika en het westen van de oude beschavingen en het oosten van het beloofde land*. Dat heb ik ook gedaan en zo werd deze reis voor mij ook een reis naar een volgende levensfase waarbij ik bepaalde identiteiten definitief met *pensioen* stuurde om ruimte te maken voor datgene wat ik ooit onbewust uit overleving naar de schaduw had verbannen.

Love after Love

The time will come
when, with elation,
you will greet yourself arriving
At your own door, in your own mirror,
and each will smile at the other's welcome,

and say, sit here. Eat.
You will love again the stranger who was yourself.
Give wine. Give bread. Give back your heart
to itself, to the stranger who has loved you.

All your life, whom you ignored
for another, who knows you by heart.
Take down the loveletters from the bookshelf,

The photographs, the desperate notes,
peel your own image from the mirror.
Sit. Feast on your life.

Derek Walcott

annie epiet via unsplash

hafida zizi



wie ben ik?

Ik ben de oudste dochter van mijn moeder en mijn vader. Lange tijd heb ik mij echter alleen een dochter van mijn vader gevoeld. In de mannenwereld voelde ik mij hierdoor altijd thuis. De vrouwenwereld was voor mij onveilig, een soort zwart gat, onberekenbaar en vol gevaarlijke geheimen. Ik kon er makkelijk in verdwijnen. Bovendien lag 'afwijzing' bij de vrouwen altijd op de loer.

Zo'n vijftientig jaar geleden ben ik begonnen aan de psychologische reis naar mijn moeder en de vrouwenwereld. Het was een mooie reis, maar de weg was ook lang en soms niet eenvoudig te begaan. Vele malen heb ik mij omgedraaid en ben ik een stukje teruggelopen, of nam ik een aantrekkelijk lijkend zijpad. Toch wist ik diep van binnen dat ik steeds weer terug moest keren naar die ene weg. Mijn verlangen om voluit te leven had immers op mijn deur geklopt en ik had open gedaan. Ik zou mijn verlangen nooit meer kunnen ontkennen. De vonk in mijn hart was gaan gloeien. Om de vonk aan te kunnen wakkeren tot een heilig vuur, moest ik echter eerst mijn schat vinden. En die lag verborgen op een plek waar ik eigenlijk liever niet kwam: in de schoot van mijn moeder.

Lang, bijna mijn hele leven, heb ik, zonder dat ik het wist, gewaakt bij de doden van mijn moeder. Ik zat daar ergens gebukt beneden en hield de wacht. Op een bepaalde manier was het er ook prettig. Ik voelde mij onbewust diep verbonden met de doden en de hele familiegeschiedenis. Maar het was er ook zwaar en ik droeg het leven van mijn moeder op mijn schouders. Vooral dit laatste maakte mij woedend. Ik was boos op mijn moeder, boos omdat zij zelf niet waakte, boos omdat zij haar leven zelf niet oppakte. Boos omdat zij niet leefde maar ook niet dood was. Boos omdat ik dacht dat zij mij hierdoor het leven ontnam. Wat ik ook probeerde, keer op keer bleek het dat zij niet van plan was haar leven op te pakken. Dit benam mij de adem. Het maakte mij sprakeloos. Ik zat gevangen in een web van verontwaardiging en stikte bijna.

Ik weet nu dat toen ik nog een klein meisje was, dat het goed was dat ik waakte voor haar. Op die manier kon zij blijven en dat was voor mij noodzakelijk om te kunnen overleven, want ik kon toen nog niet voor mezelf zorgen. Nu is het precies andersom: om te kunnen (over)leven, moet ik juist niet meer blijven waken, moet ik juist niet meer mijn best blijven doen voor haar. Ik kan nu voor mezelf zorgen en door dat te doen, kan ik voluit leven.

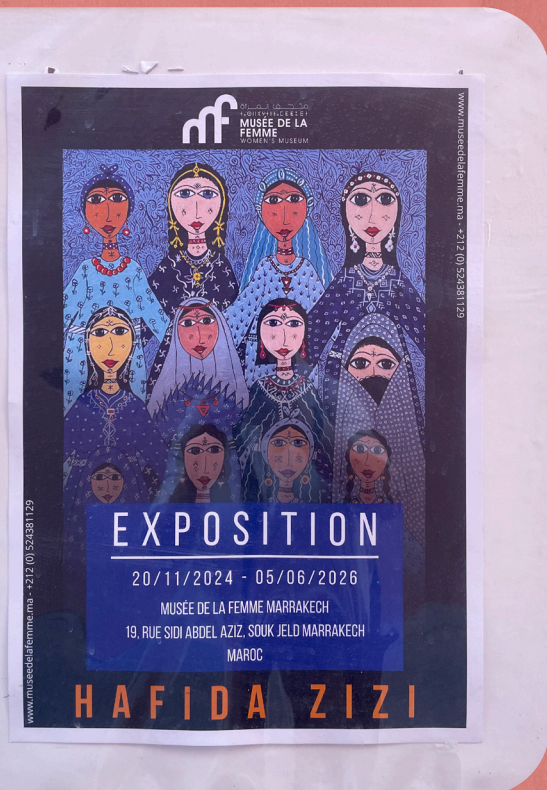
In mijn leven kom ik veel vrouwen tegen zoals ik. Als 'zusters' herken ik ze. Het zijn vrouwen die hard werken, veel

ballen in de lucht kunnen houden en veel verantwoordelijkheid kunnen dragen. Het zijn 'volle' vrouwen: vrouwen die een 'vol' leven hebben maar zich toch niet 'vervuld' voelen. Het zijn 'wervelwinden van bedrijvigheid', vrouwen die zwoegen voor hun ouders, voor hun baas, maar hun eigen innerlijke vonk verwaarlozen. Ze nemen gemakkelijk de verantwoordelijkheid voor andermans leven, maar vergeten daarbij zichzelf. Ze doen veel goede dingen, maar lang niet altijd dié dingen die goed zijn voor hen, dingen die hen voeden en energie geven. Hun vuur brandt bijna altijd voor de ander. Deze vrouwen lopen letterlijk het gevaar zich uit te branden, burn-out te geraken. Zij hebben geen toegang meer tot hun oude, wijze, vrouwelijke bronnen.

Bij mijn ontdekking van de vrouwenwereld heb ik gemerkt hoeveel wij vrouwen voor elkaar kunnen betekenen en hoe fijn ik dat vind. Het voelt daarom voor mij bijzonder dat ik in 2025 voor de tiende keer de special vrouwelijke seksualiteit mag geven. Ik geloof heilig dat je altijd de groep krijgt die goed is voor je en de groep ontstaat die goed is voor elkaar. Daarnaast is het verrijkend om als vrouwen onderling je thema's te onderzoeken en uit te werken.

Zoals *Pinkola Estés* schrijft in haar boek *De ontembare vrouw*: "Vrouwen bevinden zich graag van tijd tot tijd in een uitsluitend vrouwelijke atmosfeer, hetzij alleen of met anderen. Het is een natuurlijke, vrouwelijke cyclus. Mannelijke energie is prettig. Het is meer dan prettig, het is verrukkelijk, het is fantastisch! Maar soms is het als eten van te veel luxe bonbons. Dan willen we een paar dagen alleen maar een beetje kale, koude rijst en wat heldere bouillon om het gehemelte te reinigen. Dat is van tijd tot tijd nodig.

Marrakech, jaarwisseling 2025



het kleine goede

Neergeploft in *Marrakech*, word ik al snel geraakt door *het kleine goede*; de lieve gebaren van mensen, de vogeltjes die ik hier nog volop hoor fluiten, de waardevolle berichtjes die ik van dierbaren ontvang, het zwarte poesje dat op een terras bij mij op schoot kwam zitten en een piepklein vrouwenmuseum dat ik bij toeval ontdekte. Ook stond ik opeens in een synagoge, waar de oude gids me vertelde hoe de *Joden* en *Moslims* hier altijd in vrede en met wederzijds respect hebben samengeleefd. Hij wees me de weg naar de Joodse begraafplaats en toen ik daar aankwam, voelde ik me helemaal volstromen door de atmosfeer van vrede te midden van de hectiek in de *Medina*.

de Ander

Het kleine goede is een begrip van de Franse filosoof uit de vorige eeuw, *Emmanuel Levinas*. *La petite bonté*, zo schrijft hij, ontstaat spontaan, op een onverwacht moment en is wars van voorschriften. We kunnen het niet afdwingen of plannen. Het overkomt ons als we ervoor open staan. Als 'het' gebeurt, dan zijn we vaak geraakt; we voelen ons gehoord en gezien op een diepe laag. We nemen iets kostbaars waar en ervaren een glimp van de ziel. *Wie ben ik?* geldt als de moeder van alle vragen. Om erachter te komen wie we zijn, hebben we, volgens *Levinas*, altijd de *Ander* nodig. De *Ander*, met een hoofdletter A, maakt *wat* en *wie* ik ben. Er is eerst de *Ander*, zo schrijft *Levinas*, die mij aankijkt en door diens blik kan ik pas mijzelf worden. Ik ben er slechts omdat de *Ander* daar is. De *Ander* is ook radicaal anders dan ik; de *Ander* is zelfs per definitie onbegrijpelijk en een mysterie. Als we hiervan uitgaan, roept dit een grote nieuwsgierigheid naar de *Ander* op. En door de *Ander* te leren kennen, krijgen we automatisch beter zicht op onszelf.

tajine



berber whisky



blijvend zoeken naar betekenis

Persoonlijke ontwikkeling is nooit klaar. Als we af zouden zijn, waren we immers *perfect*. We zouden als goden en godinnen zijn en niet meer van de *menselijke maat*. In mijn werk spreek ik graag van *heelwording*; door opnieuw verboden gevoelens en verborgen talenten terug te vorderen uit onze schaduw, worden we heler, we worden *meer en meer mens*. We kunnen eindeloos blijven zoeken naar de betekenis van wie wij zijn. Het is een zoektocht die nooit is afgelopen. Blijvend zoeken naar betekenis is in mijn vakgebied aan de orde van de dag. De *ontwikkelingspsychologie* leert ons dat we als kind en jongvolwassene een aantal fasen volgordelijk hebben door te lopen. Elke fase

die we door omstandigheden niet konden doorlopen, hebben we later in ons leven alsnog te 'doen'. *Heling* betekent in mijn professie niet dat je op een goed moment genezen en 'klaar' bent. *Heling* betekent bij *Heilig Vuur* dat je je verdriet, je boosheid en je angst alsnog een plek hebt kunnen geven waardoor je je schaduwidentiteit kunt afleggen zodat je weer meer jezelf kunt worden.

uitnodiging

Op dit moment worden we meer dan ooit uitgenodigd om bij onszelf naar binnen te gaan en te onderzoeken hoe we worden geraakt door de gebeurtenissen om ons heen. Een behulpzame *helende* vraag hierbij is bijvoorbeeld: *wat wordt er in mij geraakt als de ander*

iets zegt of doet waar ik bang, boos, verdrietig of blij van word? Of: *Welk 'nog niet ontwikkeld veld' licht in mij op als er op mijn 'rode knop' wordt gedrukt?* Maar ook: *hoe raken de gebeurtenissen alles wat er in de wereld gebeurt mij?* En: *wat roept iemand als een bepaalde politicus bij me wakker?* Wat ontdek je als je hiernaar kijkt vanuit de systemisch-fenomenologische houding van *mild, zonder oordeel en nieuwsgierig*? Wat leer je over jezelf en wat je nog hebt te ontwikkelen door de spiegel die de *Ander* je voorhoudt? Als je leeft en werkt als begeleider van persoonlijke en andere systeemprocessen, kun je volgens mij niet anders dan de gebeurtenissen om je heen zien vanuit een wijder perspectief. Je kiest voor een leven lang

persoonlijke ontwikkeling. De huidige globale crises zie ik dan ook als regelrechte aansporing tot een *collectieve initiatie* die ieder van ons *individueel* moet ondergaan.

de coachvraag als uitnodiging om af te dalen in het onbewuste

Bij *Heilig Vuur* wordt het elk jaar drukker. De vraag *waar doe ik het allemaal voor?* klinkt daarbij steeds vaker door. Eigenlijk is de *gang* naar *heling* bij elke *cliënt* steeds dezelfde. Op zoek naar een antwoord op de coachvraag dalen we samen af in het onbewuste schaduwrijk van de cliënt. Het is een zoektocht naar datgene wat ooit nodig was om te verbannen naar de schaduw. De cliënt is hierdoor afgesneden geraakt van de eigen essentie. We komen

dan bijna altijd uit op de kwaliteit van de relatie met de ouders en de tekorten die we als kind in meer of mindere mate hebben opgelopen. De cliënt ontmoet het kind dat zich heeft moeten aanpassen omdat de liefde van de ouders niet voluit kon stromen door de omstandigheden of hun eigen niet geheelde verwondingen. Het gaat hier over de psychische verwondingen die de ouders op hun beurt opliepen aan hun ouders en zo verder terug de generaties in. Wanneer de cliënt leert begrijpen waar zijn of haar patronen vandaan komen en bijvoorbeeld durft rouwen om dat wat ooit verloren ging, kan de verbinding met diens authentieke waarden weer worden hersteld. De overgeslagen ontwikkelingsfasen kunnen alsnog worden geleefd, zij het op volwassen wijze, zodat de levenslust weer terugkeert. De vraag waarmee de cliënt kwam, lost zich dan ook bijna altijd als vanzelf op. De cliënt weet 'opeens' wat haar of hem te doen staat. De coachvraag is een uitnodiging om af te dalen in het onbewuste.



evgeny matveev via unsplash

waardevol medicijn

Als we open staan voor deze uitdaging om diep in onszelf af te dalen, ontdekken we dat zich daar een waardevol *medicijn* bevindt. Hiermee helen we niet alleen onszelf, maar leveren we ook een waardevolle bijdrage aan de globale transformatie van het ecosysteem waarvan wij deel uitmaken. Hier gaat de oude hermetische wet zo *binnen*, zo *buiten* over. *Hermes Trismegistus* was een legendarische wijsgeer en oeroude profeet die kennis openbaarde over mystiek, kosmologie, magie, astrologie en alchemie. Hij is de centrale figuur in het *hermetisme*, een stroming uit de eerste eeuwen na *Christus* waar het verwerven van *gnosis* centraal stond; kennis van het goddelijke, de kosmos en de mens die moest resulteren in verlichting en verlossing. Eén van de bekendste uitspraken van *Trismegistus* is: *Zo boven, zo beneden, zo binnen, zo buiten*. Dit betekent dat we het grote weerspiegeld kunnen zien in het kleine, ofwel dat de orde en de waarheid van het kosmische, grotere geheel terugkeert in het leven van ieder mens op aarde. De schepping wordt zo in elk mens weerspiegeld. De sjamanen in *Colombia* zeiden ongeveer hetzelfde:

“In de basis bestaat er maar één ziekte waar ook maar één medicijn voor bestaat. De ziekte is dat je verwijderd bent geraakt van je lichaam, je hart, je gevoel, je intuïtie en van het grotere geheel. Het medicijn is die verbinding, de verbinding met wie je werkelijk bent, weer te herstellen. En als je dat doet, bereik je niet alleen een algehele gezondheid maar draag je ook nog eens maximaal bij aan het helen van de wereld. Want, wie zichzelf heelt, heelt de wereld!”



brief aan irene

Lieve Irene,

Ongeveer twee jaar geleden heb ik jou via je zoon en mijn beste vriend *Gijs* leren kennen. Het was een moeilijke tijd in mijn leven, waarin ik al veel hulp had gezocht, maar niets echt leek te werken. Alles voelde als een tijdelijke pleister op een diepe wond. Hoewel ik soms wat verlichting ervoer, bleef de onderliggende pijn steeds aanwezig.

Toen ik een opstellingendag van *Heilig Vuur* bijwoonde, ging er een wereld voor mij open. In de vele een-op-een sessies die hierna volgden, heb je mij geholpen om niet alleen naar mijn symptomen te kijken, maar ook om de diepere lagen van mijn familiegeschiedenis te ontrafelen. Ik begon steeds meer te begrijpen dat de pijn die ik voelde vaak voortkwam uit onbewuste patronen binnen mijn familie. Jij leerde mij deze patronen los te laten, zodat ik niet langer de last van anderen hoefde te dragen.

Wat ik na al onze sessies voel, is dat ik niet meer bezig ben met tijdelijke pleisters, maar met het genezen van de diepere lagen van mijn innerlijke pijn. Jij hebt mij geholpen om mijn plek in het familiesysteem te vinden, om mijn verantwoordelijkheid voor anderen los te laten en mijzelf de ruimte te geven om te voelen en te zijn wie ik ben.

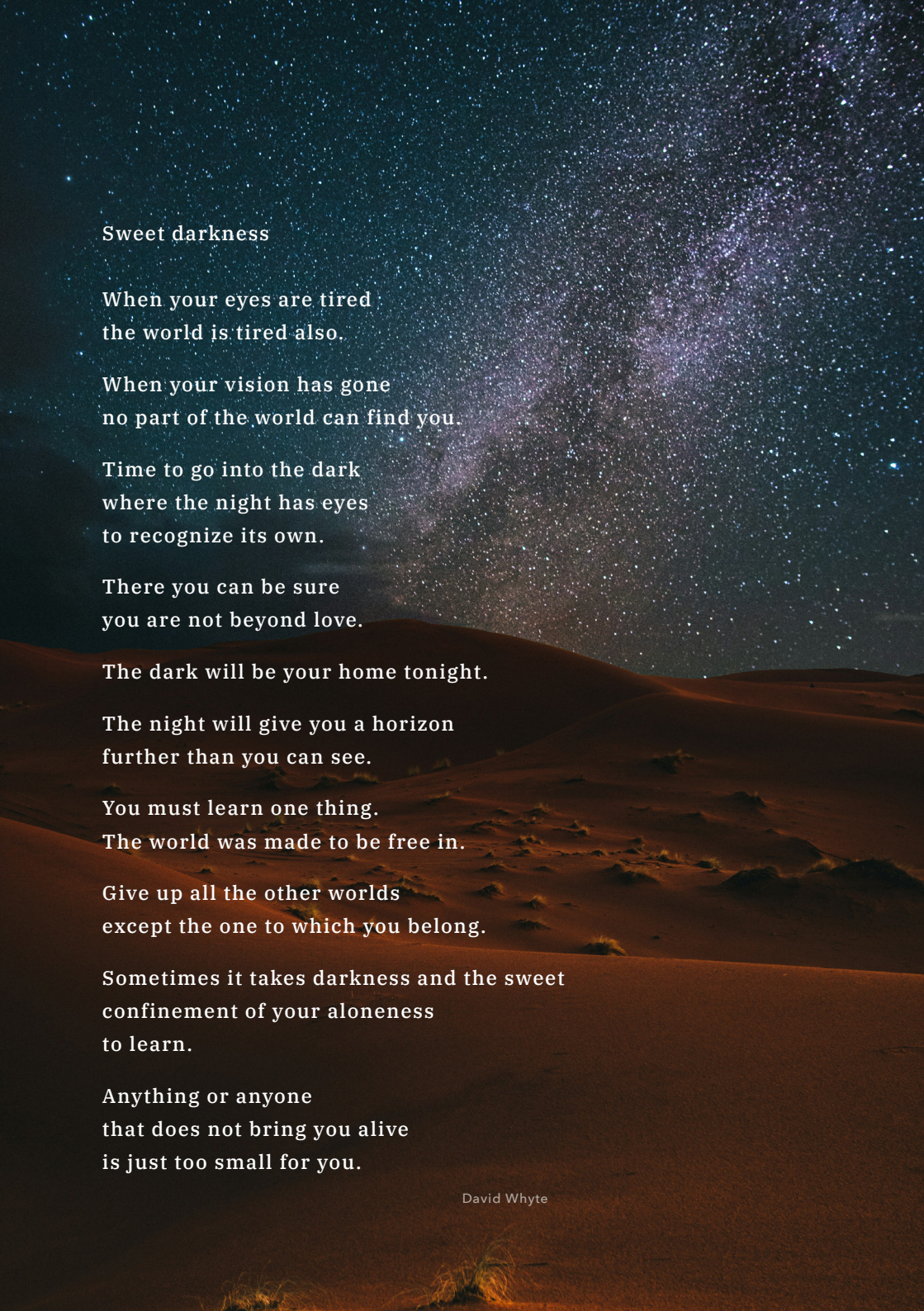
Voor dit alles ben ik je ontzettend dankbaar. Het verschil tussen hoe ik me twee jaar geleden voelde en hoe ik me nu voel, is bijna niet in woorden uit te drukken. Jij hebt daarin een onmisbare rol gespeeld. Dat je, samen met *Gijs*, bij mijn huwelijk aanwezig wilde zijn, maakte dit alles nog specialer. Jouw aanwezigheid voelde als een bevestiging van de bijzondere band die we in deze tijd hebben opgebouwd.

Dank je voor alles wat je voor mij hebt gedaan en nog steeds betekent.

*Met liefde en diepe waardering,
Daymian*

geen tijdelijke pleisters meer
Ik sta graag nog even stil bij een zin uit de brief van *Daymian*. Hij schrijft: "Wat ik na al onze sessies voel, is dat ik niet meer bezig ben met tijdelijke pleisters, maar met het genezen van de diepere lagen van mijn innerlijke pijn." Een prachtige zin die een bemoedigende boodschap in zich draagt. Het proces van heling begint immers altijd met de keuze je bewust te willen worden van je onbewuste patronen. En vervolgens de keuze daar geen tijdelijke pleister meer op te willen plakken, maar te besluiten: *ik ga aan de slag met het genezen van diepere lagen van innerlijke pijn*. Het is een aanmoediging om even stil te staan, als je pijn voelt. Ben je je bewust van het onderliggende patroon? En plak je daar vervolgens een tijdelijke pleister op of wil je aan de slag met het genezen van de diepere lagen van innerlijke pijn?





Sweet darkness

When your eyes are tired
the world is tired also.

When your vision has gone
no part of the world can find you.

Time to go into the dark
where the night has eyes
to recognize its own.

There you can be sure
you are not beyond love.

The dark will be your home tonight.

The night will give you a horizon
further than you can see.

You must learn one thing.

The world was made to be free in.

Give up all the other worlds
except the one to which you belong.

Sometimes it takes darkness and the sweet
confinement of your aloneness
to learn.

Anything or anyone
that does not bring you alive
is just too small for you.

David Whyte



hoe de angst in de wereld kwam...

rene bernal via unsplash

Op een dag waren vier zusjes met hun broertje buiten aan het spelen. Er was nog nooit iemand gestorven, zo lang is dit geleden. Ze speelden krijgertje en zaten elkaar achterna tot ze moe waren. Daarna plukten ze zoet fruit en gingen ermee naar de rivier om het daar op te eten. Ze waren loom van de hitte, leeg van het rennen en landerig van het lachen, en toen ze al het lekkers ophadden, stapte er een het water in om de anderen nat te spatten. Hun gegil en gekrijs weerkaatste tegen de wanden van de kloof. Ze schrokken. Even dachten ze dat ze wilde beesten hoorden die hen wilden aanvallen, maar toen begrepen ze dat ze zelf al dat lawaai maakten en dat ze niets hadden te vrezen dan zichzelf. Dit idee deed hen rillen van plezier, want bang zijn om niks is een geweldige manier om de verveling te verdrijven. En bang zijn voor jezelf smaakt helemaal naar meer.

"Jij was de beer," zei een van de meisjes tegen haar broertje, "en dan waren wij bang voor jou."

Ze zei maar wat, gewoon omdat ze nog niet wilde dat het spelletje al voorbij zou zijn, maar de jongen begreep niet meteen wat ze bedoelde en keek verbaasd naar zijn andere zusjes.

"Ja," riep een van hen, "ja, dan is hij de beer en wij zijn als de dood voor hem!"

"Jasses," beaamde nummer drie, "nou. Wat is 'ie eng!"

Het vierde meisje zei niks. Zij was van nature veel rustiger dan de anderen, en omdat ze de hele zaak eerst eens wilde overdenken deed ze een paar passen in zijn richting totdat ze oog in oog stond met haar broer, en toen, ineens, begon ze heel hard en heel erg hoog te gillen. Terwijl de jongen stond bij te komen van de schrik, zetten zijn zusjes het op een rennen. Uitgelaten schreeuwden ze en ze zweepten elkaar op van plezier. Hij ging erachteraan, want zo lang hij zich kon herinneren hadden ze samen gespeeld en hij wilde niet achter blijven. Hij kon ze nauwelijks bijhouden, want hoe harder hij liep hoe sneller zij voor hem weghouden. Zodra een van zijn zusjes omkeek en zag dat hij ze nog steeds op de hielen zat, begon het hele groepje weer te schreeuwen. Ze riepen de vreselijkste dingen over allerlei verschrikkingen die hun te wachten stonden als ze door het monster zouden worden ingehaald, en omdat een mens nergens zo snel aan went als aan zijn eigen angst, moesten ze steeds ergere dingen bedenken om hun spel spannend te houden.

“Hij gaat ons vast en zeker verscheuren!” riep een van hen.

“En dan zal hij ons opeten!” wist een ander.

“Hij kluipt ons af. Die laat niks van ons over dan een hoop botten in een plas bloed!” beaamde nummer drie.

“Aan de andere kant,” begon de kalmste van het stel, “als je nou eerst alles eens met je volle verstand overdenkt...” Maar haar knieën knikten en met twee handen greep ze haar haren, krijsend als een varken voor de slacht.

Zo weerkaatsten ze elkaars schrik, steeds wilder, steeds benauwder, als een bal die ze uit alle macht in de lucht moesten zien te houden.

Ondertussen was hun broer het spel allang zat. Eng zijn in je eentje verveelt nu eenmaal eerder dan bang zijn met zijn allen. Dus stak hij zijn armen in de lucht om te laten zien dat hij er genoeg van had. Zijn zusjes zagen dat maaïen van zijn klauwen echter als een teken dat de jongen hen nu echt ieder moment kon gaan bespringen. Ze gierden het uit omdat hij zich eindelijk in het spel leek te verliezen en tegelijk konden ze hun plas nauwelijks nog ophouden omdat de beer nu eenmaal los was. De jongen werd boos omdat zijn zusjes alleen nog maar doller rondsprongen en riep dat ze moesten ophouden, maar alles wat zij hoorden was een angstaanjagend grommen. Goed, dacht hij, als ze er dan niet uit zichzelf mee stoppen, kunnen ze het krijgen zoals ze het hebben willen, en hij liet ze eens goed zijn tanden zien. In de paniek die volgde, probeerde hij zijn zusjes met grote sprongen de pas af te snijden. Steeds kwader werd hij omdat ze hem er niet bij wilden hebben en tegelijk wilde hij er al

helemaal niet meer bij horen, want wat moest je met mensen die jou niet meer kunnen zien zoals je bent? Hij hoefde maar naar ze te wijzen of ze vlogen de boom in, zo'n macht had hij over ze, enkel en alleen omdat er eentje met het plan gekomen was dat ze bang voor hem zouden zijn. Dit idee was zo verdrietig dat de jongen zich erin verloor. Hij gaf zich over aan zijn woede en ging volledig op in het spel. De eerstvolgende keer dat de zusjes weer om durfden te kijken, konden ze hun broer niet meer herkennen; alles wat ze zagen was een bloeddorstige beer, want zoals hij gezien werd, was hij geworden.

Over de hele aarde heeft hij ze achternagezeten, totdat ze hun toevlucht zochten in een boom. Ze klommen naar de top, maar hij sloeg zijn scherpe nagels in de bast en kwam ze achterna, zodat ze nergens meer heen konden vluchten, alleen nog recht omhoog. Sindsdien staan ze als sterren aan de hemel. Elke avond kun je daar de vier zusjes van de beer zien. De vier lichten aan de einder, dat zijn ze. En hun broer is die steile berg daarginds, die zo eenzaam oprijst uit de vlakte, waar hij is versteend met zijn armen naar hen uitgestrekt.

Zo komt elke angst in de wereld, zomaar, omdat iemand op een dag besluit te geloven dat er een gevaar bestaat.

opnieuw alleen op reis

Hola amiga del alma! Que gusto saludarte. In heel korte tijd was ik voor de tweede keer op een dierbare en diepe onderzoeksreis in Marokko en ontving daar een bericht van mijn Colombiaanse vriend, *Pablo*. Hij schreef: *Me alegra mucho que estés viajando y disfrutando tu vida, alma viajera y libre, mi querida amiga. Ik ben blij dat je weer op reis bent en geniet van het leven, reizende en vrije ziel, mijn lieve vriendin.* Zoals altijd was ik verheugd om een bericht van hem te ontvangen, maar nu helemaal. Als je alleen op reis bent, kom je jezelf voortdurend tegen! Dit levert prachtige en zelfs *hallelujah*-achtige momenten op, maar het kan ook diep confronterend zijn. Het is niet altijd gemakkelijk om een vrije, reizende ziel te hebben omdat die je steeds precies op die plekken brengt waar je nog niet eerder een bepaalde ervaring had. Het nieuwe dat je daar ontmoet, weerspiegelt per definitie je eigen ontwikkeling op dat punt en de delen van jou die daar nog in de schaduw staan. Het werpt je dan tijdelijk terug in de verwarring, in het *niet-weten*, om van daaruit weer een volgende stap te kunnen zetten richting de heelwording. Hoe ongemakkelijk dit soms ook voelt, ik zou het niet anders meer willen. Het 'alleen' reizen brengt mij bij een *engagement* voor de veelzijdige wereld waarin we leven en precies dat kan, volgens de Vlaamse psychiater *Dirk de Wachter*, leiden tot een vervullend en zinvol leven.

vrouwelijke energie

Na mijn eerste reis van rond de jaarwisseling, was ik in februari 2025 dus opnieuw alleen op reis. Als vrouw alleen, werd ik nu ook voor een groot gedeelte van de tijd op sleeptouw genomen door twee mannelijke *Amazigh*-gidsen die mij onderdompelden in het land en de cultuur van de *Amazigh*. Zij voerden mij door een onwaarschijnlijk wonderschoon landschap, waarvan, naast de duinen van de *Sahara*, de *Rode Bergen* een absoluut hoogtepunt vormden. Zelden was ik op een plek waar zoveel overweldigende

vrouwelijke energie in de ruige natuur tot uitdrukking kwam. Bij elke bocht van de weg viel mijn mond opnieuw open. Tegelijkertijd ervoer ik het grote contrast met hoe de energie van de vrouwen zelf in het *Atlas-gebergte* voor omstanders is versluierd. Ik was bijna voortdurend alleen met mannen; we werden door mannen bediend en door mannen ontvangen. De vrouwen bleven voor mij onzichtbaar. Dit deed wat met mijn gevoel van *vrouw-zijn*. Het was de eerste keer in mijn leven dat ik mijn vrouwelijke charmes niet in kon zetten. En dus ook besepte hoe vaak ik die eigenlijk gebruik in mijn dagelijkse leven.



Met de twee Amazigh-gidsen;
3 vingers staan voor Land, Volk en Taal



vrouwelijke charmes: kracht of manipulatief?

Ik wisselde hierover uit met een paar vriendinnen. Een van hen schreef me: *misschien komt het inzetten van onze vrouwelijke charmes wel voort uit een oude norm die maakt dat wij vrouwen op die manier onze verholen kracht en macht inzetten*. Een andere vriendin schreef me: *ik besef me opeens hoe 'man-ipulatief' het inzetten van mijn vrouwelijke charmes vaak is. Grappig, ik zie nu pas het woord 'man' in manipulatief*. Ik merkte dat zelfs ik me tijdens deze tweede reis ongemerkt begon aan te passen om geen aanstoot te geven aan mijn reisgezelschap en de mensen die we onderweg ontmoetten (vooral dus mannen). Zo ging ik me bijvoorbeeld anders kleden, keek mannen niet te lang rechtstreeks aan en hield me vaak in als ik eigenlijk spontaan iets wilde vertellen. Allemaal om 'erbij' te blijven horen. Deze noodzaak zit zo diep in de cellen van onze botten!

Mijn *Turkse* en *Amazigh*-vriendinnen herkenden dit. Ze schreven me hoe ook hun mannen, broers en vaders veranderden in andere personen wanneer zij in *Turkije* en *Marokko* kwamen, waar de positie van mannen en vrouwen een andere plek heeft in de groepszielen. Vanuit mijn professie weet ik dat de groep altijd voor het individu gaat. Het is een overlevingsmechanisme. Tegelijkertijd werd bij mij de vraag opgeroepen hoe vrij wij als vrouw in *Nederland* eigenlijk zijn als we onze vrouwelijke charmes denken te moeten inzetten om iets voor elkaar te krijgen. Is dat niet juist ook een reactie, weliswaar op een heel andere wijze, op het *patriarchaat*, een door de mannelijke norm gedomineerde samenleving? Een vriendin haalde in dat kader een documentaire aan over vrouwen in *Afghanistan*, waar zij bij de vrouwen juist hun enorme strijdkracht en doorzettingsvermogen zag. In de westerse landen kunnen vrouwen weliswaar meer achteroverleunen maar drijven daardoor misschien juist ook weer weg van hun authentieke vrouwelijke kracht. Het is een groot voorrecht dat wij hier, zowel mannen en vrouwen, het innerlijke werk kunnen doen omdat wij in welzijn leven. En kunnen onderzoeken hoe de mannelijke en vrouwelijke energieën in ons nog authentieker tot uitdrukking kunnen komen.



Camp Todd Gorges, de Rode Bergen





in de hammam; de oude lagen eraf scrubben

Retoño mío betekent in het Spaans *mijn spruitje* en is een troeteluitdrukking voor een klein kind. Ik leerde de betekenis kennen tijdens een van mijn eerdere reizen in *Latijns-Amerika*. De woorden kwamen weer in mij naar boven tijdens mijn bezoeken aan de *hammam* in Marokko. Over vrouwelijke kracht gesproken! Alsof ik nog een *klein spruitje* was, knoopte Fatima Zahra mijn badjas open en dirigeerde mij met stevige handen naar een prachtig betegeld bankje waarop ik plaats moest nemen. Ze begon mij in te zepen, schoon te boenen en heel stevig te scrubben als een soort oermoeder die haar kind wast. Gedecideerd bracht ze mijn armen omhoog; geen enkel plekje sloeg zij over. Ik werd meteen overvallen door een diep verlangen naar mijn moeder, dat ik haar *spruitje* was en dat zij voor mij zorgde. Het duurde even voordat ik me aan dit intieme, in mijn geval vrouwelijke en zeer krachtige reinigingsritueel kon overgeven. Maar bij de vierde keer lukte mij dat helemaal. En nu ben ik 'verkocht'.

De hammams of badhuizen stammen uit de tijd dat nog niet iedereen een badkamer had. Het zijn daarbij ook sociale ontmoetingsplaatsen. In de *Islam* is het gebruikelijk om voor het vrijdaggebed naar de hammam te gaan om zo zuiver en zonder ego-lagen (in mijn woorden) het gebed in te gaan. Voor mij was de hammam een symbolische manier om nog verder afscheid te nemen van een aantal schaduwidentiteiten, zodat daar meer van mezelf onder vandaan tevoorschijn kon komen. Na elk bezoek aan de hammam voelde ik me werkelijk stralend als een pasgeboren kind.



Het nut van wankelen

Vertel me, lievemans, dat mijn zeebenen op een dag bij mij horen, dat ik met een slecht handschrift ooit ergens aan de bak kan komen.

Vertel me, lievemans, dat er vogels zijn die zo nu en dan de windrichting vergeten, die verlangen naar een landing en toch hoog in de lucht blijven.

Vertel me, lievemans, dat er in wankelen een prachtige vorm van houvast schuilt, dat ik kwetsbaar mag zijn in alles wat me maakt en raakt.

Vertel me, lievemans, dat de beren op de weg enkel grommen omdat het grommen nu eenmaal in hun aard zit en ik het gewoon te persoonlijk opvat.

Vertel me, lievemans, dat een breuk altijd in je gewrichten blijft maar dat een val niet als vanzelf volgt, je daarvoor eerst moet struikelen en de grond.

Vertel me, lievemans, dat mocht ik ooit vallen er altijd kans op genezing is, dat het nut van wankelen betekent dat je een mens bent die wat probeert.

Vertel me, lievemans, dat je er zal zijn als ik uit evenwicht, als ik zeeziek dit land bewandel en leer me mijn draaierigheid te vergeten, leer me te blijven, fier en soms onzeker.

Lucas Rijneveld

de alchemist en de schat

"Het verhaal van één iemand, is het verhaal van iedereen, en de zoektocht van één mens, is de zoektocht van de hele mensheid", schrijft *Paolo Coelho* in *De Alchemist*, een boek dat ik eens in de zoveel tijd herlees en dat altijd op mijn nachtkastje ligt. Waarom? Omdat het, wat mij betreft, alles over mij zegt en tegelijkertijd alles over de wereld. "Waar je hart is, is ook je schat", zegt de alchemist tegen de schaapherder *Santiago*. In een wereld die steeds complexer lijkt en een leven dat in het teken staat van het zoeken naar "de schat", voel ik mij steeds comfortabeler. Ik lees: "De ziel van de wereld wordt gevoed door het geluk der mensen. Of door verdriet, afgunst, jaloezie. Je eigen legende waarmaken, is de enige verplichting van de mens." Ik voel dat een deel van mijn comfort voortkomt uit de realisatie hoeveel gemeenschap en team-effort er nodig was om mij hier te krijgen: alle beslissingen die mijn ouders en voorouders wel en ook niet hebben genomen. Mijn wordingsgeschiedenis heeft ertoe geleid dat ik 'hier' ben en 'nu'. Het 'hier en nu' dat ook wel *de enige waarheid* wordt genoemd.

routekaart naar jouw goud

Ik ben dankbaar voor wie ik ben, voor waar ik vandaan kom en door wie ik hier ben. Dankbaar voor de liefde die ik heb ontvangen en nog ga ontvangen. Heb ik mijn schat gevonden? Dat zou zo maar kunnen! Je "legende leven" gaat in *De Alchemist* over het vinden van datgene wat jou tot leven brengt. Dat is jouw goud, jouw 'ikigai', ofwel: jouw *heilig vuur*. Het is de reden waarom ik mijn bedrijf 15 jaar geleden *Heilig Vuur* heb genoemd en er in de loop der jaren een routekaart is ontstaan die behulpzaam kan zijn bij vinden van jouw schat:

1. In de **Leergang Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek** krijg je een diep inzicht in de werking van systeemdynamieken. Je duikt in je persoonlijke familiegeschiedenis en onderzoekt hoe die doorwerkt in je volwassen leven. Dat leert je hoe je beter kunt functioneren in werk en privéleven.
2. Wil je verder reizen, dan is daar de **Master Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek**, het tweede jaar, waar je diepgewortelde patronen in jezelf nog beter leert herkennen en helen. Je ontdekt wat er bij jou in de schaduw staat en hoe je dat onbewust maskeert met schaduwgedrag, trance en aanpassingen.
3. Wil je nog verder, dan kan dat met **Heilig Verlangen**, het derde jaar en een kers op de taart: hier leer je hoe je anderen kunt begeleiden op de reis naar hun persoonlijke essentie.
4. Dit jaar komt er zelfs een tweede kers op de taart bij: **Werken met het Wetende Veld in groepen**. In dit vierde jaar leer je als begeleider bewegen in het wetende veld in groepen. Een belangrijk uitgangspunt hierbij is dat je *begrensd nabij* kunt zijn. Dat je waarde in kunt brengen en het aandurft om het niet te weten terwijl je tegelijkertijd het veld *containt*. Werken met het wetende veld heeft altijd plaats in het ruime en insluitende hart van de begeleider.

En dan er is ook nog een *Heilig Vuur Leiderschapsreis*, de driedaagse *Vrouwelijke seksualiteit & Vrouwelijk Leiderschap* en diverse *opstellingendagen* zowel in het Nederlands als in het Spaans. Ik nodig je graag uit om een kijkje te nemen en bijvoorbeeld te lezen wie je voorgingen op: www.heilig-vuur.nl

Laten we de wereld reconstitueren door onze kleine persoonlijke bijdragen, onze samenwerkingen en ons samenzijn. Ik hoop van harte dat ik door mijn werk als begeleider daartoe een charmante en soms ook radicale bijdrage kan leveren!

helende taak

De *helende taak* is de opdracht die je in dit leven hebt te volbrengen om dichter bij heelwording te komen. De helende taak is als een baken dat je helpt om los te komen en los te blijven uit verstrikkingen met je systemen van herkomst. Zoals eerder vermeld, leert de ontwikkelingspsychologie ons dat we in ons leven een aantal fasen moeten doorlopen om een gezond en zinvol leven te kunnen leiden. Dit is een leven waarin alle delen en aspecten waar wij uit bestaan vol en heel aanwezig kunnen zijn. De delen, zoals de expressie van bepaalde gevoelens en talenten, die om wat voor reden dan ook niet aanwezig konden zijn als kind en jongvolwassene, heb je later alsnog toe te voegen. *Carl Gustav Jung* schreef het treffend: *beter een heel mens dan een goed mens*.

de helende taak en het wetende veld

Het opnemen van de helende taak geldt ook voor organisaties en andere *collectieven* als volkeren, landen en mensen van hetzelfde geslacht, dezelfde religie, seksuele geaardheid, etc. Wanneer dat wat er niet kon zijn weer kan worden toegevoegd, *heelt* de gezondheid van het collectief en daarmee de gezondheid van haar individuele leden. En het omgekeerde geldt ook: de heling van een individueel lid, heeft een helende uitwerking op het collectief. Informatie over de inhoud van de helende taak en hulp bij het vervullen daarvan kun je vinden in het *wetende veld*. Bij *Heilig Vuur* werken we op verschillende manieren met het wetende veld, een ruimte waarin zich alle informatie bevindt en waar je *heelwording* kunt vinden. Dit veld wordt al duizenden jaren betreden door inheemse *healers* en leraren als een gewoon onderdeel van het leven. In het westerse denken is het nog steeds niet heel gebruikelijk om te luisteren naar de wijsheid van dit veld omdat er nog geen sluitende wetenschappelijke verklaring is voor het bestaan ervan.



in contact treden met het wetende veld

Tijdens een constellatie of systemisch ritueel is het mogelijk om met het wetende veld in contact te treden. Wij mensen hebben de mogelijkheid deze kennis bewust waar te nemen. De waarde van *Bert Hellinger* is dat hij het wetende veld in het therapeutisch handelen heeft weten te integreren en de kennis daarover naar de westerse wereld heeft gebracht. Het wetende veld beperkt zich echter niet tot de informatie die aanwezig is in de verschillende collectieven en de familie- en organisatiesystemen. Zo spreekt de Engelse celbioloog *Rupert Sheldrake* bijvoorbeeld van *morfo-genetische velden*. Hij gaat ervanuit dat de wereld onderhevig is aan een creatief proces en dat natuurwetten om deze reden niet statisch kunnen zijn. Als de natuur zich ontwikkelt, is het noodzakelijk dat de natuur een geheugen heeft. Volgens *Sheldrake* hebben ook bomen, planten, eiwitten of kristallen een geheugen. Ook zou er sprake zijn van hiërarchisch georganiseerde stelsels, die op ieder niveau van samengesteldheid eigenschappen bezitten die niet volledig begrepen kunnen worden uit de eigenschappen die hun afzonderlijke delen laten zien; het geheel is dan dus meer dan de som der delen.

Recent wetenschappelijk onderzoek toont bovendien aan dat de ruimte niet leeg is maar gevuld met energie. Ieder deeltje in het universum is verbonden met een ander deeltje waardoor interactie op afstand mogelijk is. Zou het kunnen dat dit energieveld een opslagplaats is van informatie? Is dit het 'wetenschappelijke bewijs' van het wetende veld? Hoe dan ook, aan één wetenschappelijk criterium voldoet het wetende veld in ieder geval wèl: het is overal en op elk tijdstip oproepbaar.



dat wat oplicht, is precies wat op dat moment nodig is

We weten dat als we een vraag stellen, we in een constellatie of systemische ritueel ook een antwoord krijgen uit het wetende veld. Het formuleren van de juiste vraag, bepaalt de focus van de informatie die het veld geeft. Met andere woorden: hoe *smarter* de vraag, hoe *smarter* het antwoord. We kennen ook allemaal de diepe wens om een mooi en 'aardig' antwoord te krijgen. Een constellatie of systemisch ritueel geeft dat echter niet altijd. Werken met het wetende veld is een intense ervaring, zowel voor beginners als voor gevorderden. De representatiemethode van opstellingen, de systemische rituelen en de sjamanistische technieken zijn ontwikkeld om het bewustzijn te openen voor andere, soms hele nieuwe manieren om de realiteit te ervaren. Hierdoor kan de manier waarop je jezelf en de wereld om je heen ervaart, veranderen. Elke deelnemer neemt diens eigen mentale en emotionele geschiedenis mee; deels bewust, grotendeels onbewust. Een zwakke plek, die nooit een probleem vormde in het dagelijks leven, kan zich dan op onverwachte manieren laten zien. Het veld laat bijna altijd iets oplichten uit het systeem van degene die de vraag stelt. Dat wat oplicht, is vaak precies wat op dat moment nodig is, ook al is het confronterend. Als we werken met het wetende veld, kunnen we dus niet beloven dat je dat waarneemt wat je graag wilt waarnemen. We kunnen wel beloven dat je iets krijgt te zien wat er voor jou toe doet!

werken met het helende veld in het hart van de begeleider

Als je veel met het wetende veld werkt, ontwikkel je een vermogen om te kunnen waarnemen in een groter kader. Je treedt dan gemakkelijker in contact met het wetende veld. Hierdoor groeit je sensitiviteit, evenals je creativiteit en je vermogen om nieuwe ideeën te ontwikkelen en anderen te begeleiden. Dit is een geschenk dat je als begeleider krijgt. Tegelijkertijd brengt het ook een grotere verantwoordelijkheid met zich mee ten opzichte van je omgeving. Je helende taak gaat dan niet meer over jou alleen maar ook over jou en de betekenis die je hebt voor je directe omgeving. Als je als begeleider werkt met het wetende veld brengt dat dus een grote verantwoordelijkheid met zich mee. Een belangrijk uitgangspunt is dat je *begrensd nabij* kunt zijn. Dat je waarde in kunt brengen en het aandurft om het niet te weten terwijl je tegelijkertijd het veld *containt*. Werken met het wetende veld heeft plaats in het ruime en insluitende hart van de begeleider.

in de sahara

Voordat ik eindelijk kennis maakte met de *Sahara*, las ik opnieuw *De Alchemist* van *Paolo Coelho*. Het is bijzonder dat wanneer ik alleen op reis ben, ik mij altijd extra omringd voel door zielsverwanten. Een van hen wees mij op de volgende toepasselijke passage uit het boek:

Tijdens een van de nachten kon de Engelsman niet slapen. Hij riep de jongen en ze gingen een eind wandelen door de duinen rond het kamp. Het was vollemaan en de jongen vertelde zijn hele levensverhaal aan de Engelsman. Vooral de winkel fascineerde de Engelsman, het feit dat die zo goed was gaan lopen toen de jongen er begon te werken.

“Dat is het beginsel dat alles beweegt,” zei hij. “In de alchemie heet dat de ziel van de wereld. Als je iets met heel je hart wenst, ben je dichterbij de ziel van de wereld. Dat is altijd een positieve kracht.”

Hij zei ook dat dat niet alleen een gave van de mens was: alles op aarde had een ziel, of het nu een mineraal was, een plant, een dier of gewoon een gedachte.

“Alles wat op aarde bestaat, verandert voortdurend, want de aarde leeft en heeft een ziel. Wij zijn een deel van die ziel en we weten maar zelden dat ze altijd in ons voordeel werkt. Maar je zult begrijpen dat in de kristalwinkel zelfs de glazen meewerkten aan jouw succes.” De jongen bleef een tijdje stil naar de maan en het zand kijken. “Ik heb de karavaan door de woestijn zie trekken,” zei hij tenslotte. “Beiden spreken dezelfde taal, en daarom staat de woestijn toe dat de karavaan erdoorheen trekt. Ze onderzoekt nauwkeurig of iedere stap is afgestemd op haarzelf, en als dat zo is, bereikt de karavaan de oase. Als je hier zou komen zonder kennis van die taal, zou je de eerste dag al sterven, al ben je nog zo moedig.”

Ze keken nu beiden naar de maan. “Dat is de magie van de tekens,” vervolgde de jongen. “Ik heb gezien hoe de gidsen de tekens van de woestijn lezen en hoe de ziel van de karavaan praat met de ziel van de woestijn.” Nu was het de beurt aan de Engelsman om iets te zeggen. “Ik moet beter letten op de karavaan,” zei hij na een poos. “En ik moet jouw boeken lezen,” sprak de jongen.



de groepsziel van de maghreb

Absolute hoogtepunten van mijn twee reizen naar de *Maghreb*, waren de meerdaagse *trekking* die ik maakte in het *Atlasgebergte*, het bezoek aan de *Rode Bergen* en natuurlijk de *Sahara*. Maar ook het legendarische *Jemaa el-Fna-plein* in *Marrakech* bleef tot de verbeelding spreken. Als de zon onder is gegaan, verzamelen zich daar elke avond de storytellers, de boek-, kruiden- en sapverkopers, de henna-mevrouwen, de slangenbezweerders en (helaas ook) de mannen met de aapjes aan kettingen. Voordat ik op reis ging, las ik in het boek *Oroppa*, van de in Nederland wonende schrijfster en promovenda *Safae El Khannoussi*,

dat onder dit magische, chaotische plein een enorm detentiecomplex ligt waar mensen liggen te kwijnen, terwijl zich daarboven het bruisende leven afspeelt. Tijdens het schrijven van *Oroppa* was *El Khannoussi* ondertussen bezig met een proefschrift over Marokkaanse gevangenen onder het regime van de in 1999 overleden koning *Hassan II*, waar dissidenten onder gruwelijke omstandigheden werden vastgehouden en gemarteld. Het praten met mensen over politiek heb ik tijdens mijn reis als heel moeilijk tot bijna onmogelijk ervaren, met name waar het de staatsterreur uit de *loden jaren* betrof.

de loden jaren in marokko

Met het overlijden van koning *Hassan II* kwam er een einde aan de zogenaamde *jaren van lood*, waarbij het lood verwijst naar de vele kogels die een bruto einde maakten aan het leven van vele mensen. De *Berbers* (waaronder de *Riffijnen* en de *Amazigh*) werden onder de arabiseringspolitiek van *Hassan II* structureel achtergesteld en bloedig onderdrukt. De trauma's van de *jaren van lood* zijn nog steeds niet verwerkt, zeker niet in *Casablanca*, waar ordetroepen in 1981 op één dag meer dan 600 betogers doodschoten tijdens de *broodprotesten* naar aanleiding van een flinke stijging in de prijs van meest basale levensmiddelen zoals brood. Hierover is in 2023 de documentaire *The Mother of all Lies* verschenen waarin regisseur *Asmae El Moudir* het trauma uit deze pijnlijke periode in de Marokkaanse geschiedenis probeert open te breken.



In elk systeem en in elk collectief, ontstaat pas rust als *alle* gebeurtenissen een waardige plek krijgen. Dit kan gebeuren wanneer er recht wordt gedaan aan de *systeemwetten* die gelden rondom dader- en slachtofferthematiek. Daarbij is het noodzakelijk dat de slachtoffers hun lijden serieus nemen en met de verwerking hiervan aan de slag gaan. Wanneer de daders tegelijkertijd verantwoordelijkheid kunnen nemen voor hun daden, kan het trauma langzaam helen en daarmee de individuen en tenslotte het gehele collectief.

nationaal trauma van dader- en slachtofferschap

Het taboe dat in *Marokko* nog steeds om het nationale trauma van dader- en slachtofferschap hangt, was voor *Safae* de motor van het boek *Oroppa*. De hoofdpersoon *Salomé* is een van de slachtoffers van de repressie tijdens de loden jaren. *Salomé* werd vanwege een vage beschuldiging

jarenlang vastgehouden en gemarteld in de kerkers van de Marokkaanse politie. Haar ervaringen en foltering in de Marokkaanse gevangenis dreven haar tot het schilderen van duistere doeken die een neerslag zijn van wat ze in gevangenschap heeft meegemaakt. *Slaoui*, de politieman die haar beul was, raakt jaren later, net als *Salomé*, in Amsterdam verzeild. Inmiddels doodziek, achterhaalt hij haar adres en belt bij haar aan. Alle gevoelens van onveiligheid komen in een keer terug. Met een emmer kokend water jaagt *Salomé* hem weg.

Na de dood van *Hassan II* werden veel gevangen mannen en vrouwen vrijgelaten en werd er een verzoeningscommissie ingesteld om te luisteren naar de verhalen van de slachtoffers. Er zijn zeven zittingen geweest waarin mensen zijn gehoord maar er zijn geen mensen berecht. Het waren alleen maar getuigenissen van slachtoffers. De daders zijn niet gehoord en ze zijn niet berecht. Dat was gelijk ook de kritiek op de commissie. Veel mensen vonden dat er alleen verzoening kon komen als de daders ook zouden worden berecht in een strafproces. Systemisch klopt dit natuurlijk ook helemaal.

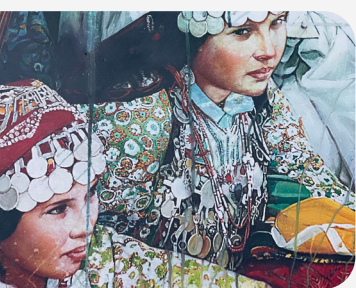
In de verantwoording van *Oroppa* schrijft *Safae*: "Dankzij de getuigenissen en moed van de mensen die de verschrikkingen van de Marokkaanse jaren van lood hebben doorstaan, is dit duistere hoofdstuk in de postkoloniale geschiedenis niet in de vergetelheid geraakt. Vrouwen hebben een belangrijke bijdrage geleverd aan de herdenking en het herstel van de decennialange repressie. De memoires van politiek gevangenen als *Saida Menehbi* en *Fatna El Bouih* waren bepalend voor mijn personage *Salomé Abergel*."

The doors to the world of the wild Self are few but precious. If you have a deep scar, that is a door, if you have an old, old story, that is a door. If you love the sky and the water so much you almost cannot bear it, that is a door. If you yearn for a deeper life, a full life, a sane life, that is a door.

Clarissa Pinkola Estés



in Amazigh-kledij met de Amazigh-vlag



berber whisky (thee)



Ait Ben Haddou

opmaat naar de duizend sterren; het nieuwe verwelkomen!

Ondergedompeld in de geuren, de kleuren, de drukte en tegelijkertijd de rust van Marrakech, de Rode Bergen, de Sahara, de talloze dorpen en stadjes en gezeten op de berg Atlas, die de wereld draagt, ontstaat er langzaam een nieuwe taal die past bij de nieuwe film ofwel het nieuwe gebied dat ik aan het betreden ben. Een nieuwe cyclus dient zich voor mij aan op *wiel van de vier windrichtingen*. Ik ben aangekomen in het oosten, een nieuwe lente in mijn leven. Langzaam ben ik aan het landen in een *nieuwe film*, na twee intense jaren, waarin het verdriet en de machteloosheid diep in mij werden geraakt.

identiteiten die met pensioen gaan

De goede vriend schreef me op de eerste dag van mijn reis in december 2024: *ik ben nieuwsgierig naar welke schaduwidentiteiten (rollen en functies in de oude film) je nu met pensioen stuurt. En hoe het is in het veld zonder dit 'al'.* Waardoor het 'al' kan zijn. Deze vraag was voor mij weer een fijne en uiterst bruikbare leidraad op deze twee reizen, die uiteindelijk bleken te gaan over het nog verder kunnen verbinden met mijn eigen kern of ziel (*Jung* noemt dit het zelf). De trots van de Amazigh op hun eigen roots, de diepe ervaringen met de mannelijke en vrouwelijke principes en de overweldigende ervaringen met de natuur, waren hierbij enorme inspiratiebronnen. Wederom kon ik voelen hoe alle mensen een hele serie van verschillende delen in zich meedragen en hoe wij allemaal nog zoveel relationele diepe wonden hebben die wachten op onze liefde en aandacht. Worden die wonden niet geheeld, dan is de kans groot dat ouderschap met oorlog en geweld deze wonden gaan overdekken als een secundaire of tertiaire emotie. We zien op dit moment voorbeelden hiervan te over op alle niveaus.

langzaam word ik weer mezelf

Dankbaar dat ik weer in staat ben geweest om de *crisis* helemaal aan te gaan waardoor ik een aantal schaduwidentiteiten nog meer heb kunnen laten smelten. Langzaam word ik steeds meer mezelf; met *retoño mío*, mijn kleine spruitje aan mijn stevige, volwassen hand! Ik schreef tot slot aan de goede vriend dat ik kan concluderen dat ik de volgende oude rollen en functies met pensioen heb gestuurd:

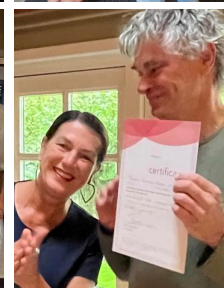
- Het meisje dat voor de bedding van haar eigen bedding moet zorgen;
- Het meisje dat danst voor applaus. Ik zie hier de aapjes met jurkjes aan de ketting op het beroemde *Jemaa el-Fna-plein*, waarmee je tegen betaling op de foto kunt, heel wreed;
- De redster van de wereld, de vrouw met de missie en special assignment de ander(en) te redden;
- Het slachtoffer, de uitgeslotene, de zondebok, een zwart schaapje dat het wel draagt;
- De onwetende. En tegelijkertijd voel ik juist een veel grotere verbinding met het niet-weten! Het voelt als loslaten van bepaalde naïviteit en 'hunkering naar redding' van buiten;
- De be- en veroordelaar... (niet dat ik nu een 'heilig boontje' ben hoor);
- Zij die genoeg neemt met een kruimel na oneindig geven en daar dan heel erg dankbaar voor is;
- De getrouwde vrouw... (het lijstje gaat nog wel verder, maar dit is het even voor nu).



Every journey has a secret destination
of which the traveler is unaware

Martin Buber

Een greep uit de foto's die zijn gemaakt
tijdens de afsluitingen van de Leergang
en Master Persoonlijk Leiderschap en
Systeemdynamiek 2023-2024



agenda heilig vuur najaar 2025

september

- 4 september Taller de constelaciones familiares (Spaanstalige opstellingendag)
- 5 september Nederlandstalige opstellingendag
- 11, 12 en 13 september Driedaagse Vrouwelijke Seksualiteit
- 26 en 27 september Start Master Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek, groep 13

oktober

- 3 en 4 oktober Start Leergang Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek, groep 21
- 8 en 9 oktober Start Heilig Verlangen, werken met systeemdynamieken in coaching (dit is een vervolg op de Leergang en de Master), groep 6
- 15 en 16 oktober Start Werken met het Wetende Veld in groepen, groep 1
- 31 oktober en 1 november Start Leergang Persoonlijk Leiderschap en Systeemdynamiek, groep 22

november

- 14 november Taller de constelaciones familiares (Spaanstalige opstellingendag)
- 11 november Nederlandstalige opstellingendag

en verder

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

Supervisiegroepen

Organisatieopstellingen, workshops en teaminterventies op maat

Heilig Vuur Meditatie app-groep

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

het is soms het beste

het is soms het beste
om de mensen die van je houden
te geloven op hun woord

als ze je vertellen dat je mooi
bent zoals je bent
de woorden te laten landen
als zachte parachutes
op je hart

als ze vertellen dat je goed
bent zoals je bent
je woorden
je harde vel te laten masseren

als ze je vertellen dat ze dol
op je zijn
de woorden in je knieholtes te stoppen
en bij elke stap te laten weerklinken

laat hun woorden je tong weken
je muren afbreken
je vuisten verslappen
laat hun liefdevolle blikken
laat hun warme armen
laat hun glimlachen
precies dat zijn

het is soms het beste
de mensen die van je houden
te geloven op hun woord



“Als je begint te lopen op het pad,
verschijnt het pad.”

Rumi

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

© heilig vuur 2025 tekst: irene grijpink
vormgeving: hannah oosterhout | hannahoosterhout@hotmail.com