

KI

Januari 2004 jaargang 2 nr 1



De wintermaanden laten het landschap in allerlei hoedanigheden zien. De velden zijn leeg en de takken van de knotwilg steken kaal af tegen grijze luchten. Andere dagen zijn de takken bedekt met rijp of helder witte sneeuw of tekenen zich af tegen een strakblauwe lucht in de prikkelende vrieskou.

Achter al die kaalheid, de hardheid en de naaktheid van het winterse landschap voltrekt zich in stilte een heel proces van vernieuwing. We ervaren deze tijd van het jaar vaak als saai en men kiest vaak voor reizen naar warme en zonnige oorden. Het kan weldadig zijn te wandelen in die zogenaamde leegte. En je te verbinden met de wetenschap dat voor de zoveelste keer een seizoenswisseling plaatsvindt. Ieder jaar opnieuw is er weer die verwachting van nieuwe. Iedere jaarwisseling staan we even stil bij de herinnering aan het afgelopen jaar en koesteren we verwachtingen voor het nieuwe jaar. Ieder jaar opnieuw is er gelegenheid om weer te groeien. In mensen is er innerlijke drang tot echte voortgang, echte groei, echte verandering.

Je kunt je openstellen of afsluiten voor vernieuwing.

Afsluiten kan voortkomen uit geestelijke vermoeidheid: 'ik ben al zo lang bezig'; 'ik ben al zo vaak teleurgesteld'.

Of een gebrek aan vertrouwen: als ik me openstel moet er wellicht iets veranderen in mijn leven. Ik weet nu wat er is, ik weet niet wat er zal komen. Het is jammer als mensen zich afsluiten voor de verwachting van het nieuwe. Het is niet zomaar een verlangen. Het is een diep verlangen in iedere mens gericht op verdieping en verrijking. Het verlangen om steeds meer zichzelf te mogen zijn en om als zichzelf steeds meer naar buiten te treden. We zijn als duizenden knoppen, duizenden bollen, ontelbare loten, beginsels van bloemen en bomen, grassen en zaden insecten en vlinders. Er wil een vogel uit het ei, een narcis uit de bol.

De mens kan alleen in contact treden met zijn wezen door stil te zijn en vol aandacht en andere dingen die ons bezighouden voor even te laten rusten. Zo kan hij in contact treden met die 'plek'diep in zichzelf en volverwachting zijn van het nieuwe. De winter is een periode om die stilte binnen te gaan en de kern te ontdekken. [een bewerking van Jessy uit Jaarring]

Dromen voor het nieuwe jaar?

Ik droom van iets dat niet bestaat
Maar weet hoe het gaat
Ik ben een wereldverbeteraar
En door slechts een gebaar...
Tover ik alle mensen om
Of is zo een droom heel erg dom
In mijn droom zijn alle mensen goed
Niemand die een ander nog pijn doet
Niemand die nog oorlog wil;
In alle harten is het niet meer kil
Er is niemand bang op straat
Geen geweer dat ooit nog afgaat

Ze groeien op als brave mensen
Zoals wij zo dikwijls wensen
Ieder heeft genoeg te eten
En oude mensen worden niet vergeten
Dieren doen we niet meer pijn
Zou dat alles niet geweldig zijn?
Dromen zijn bedrog
Maar soms droom ik toch
Ik fantaseer heel even'
Over iets dat ik nooit zal beleven.
[Marion Janssen]

Kinderen worden niet meer verkracht
Maar doen wat men van hen verwacht



Ik zocht

Ik zocht...maar ik wist zelf niet wat
 Het onbestemde gevoel, dat ik van binnen had
 Kon ik eigenlijk niet beschrijven
 Maar blijven deed het wel
 Het werd groter met de tijd
 Hoewel het leek alsof ik niets te klagen had
 Voelde ik vaag, dat er wel iets knagends zat
 Wat kon dat zijn, begon ik me af te vragen.

Ik ontdekte, dat ik juist heel veel te vragen had
 Gevoelens, waarvan ik zelf niet wist, dat ik ze bezat
 En ze waren vast van plan te blijven
 Vaak niet te beschrijven
 En ze groeiden met de tijd
 Was ik het misschien zelf, die iets te klagen had
 Was er iets verwaarloosd, dat diep binnenin me zat
 Zou ik zelf de oorzaak zijn van dit knagende vragen?

Ik zocht mijn zelf, waarvan ik veel verborgen had
 Er waren meer gedachten, dan ik dacht, dat ik bezat
 Bijna niet te beschrijven
 Maar bij me blijven deden ze wel
 Ik leerde er mee te leven met de tijd
 Ik wist, dat ik op veel vragen geen antwoord had
 Dat in het niet zoeken, de bron van dit knagen zat
 Al zoekend kwam het antwoord op mijn zoeken

Ik zocht envond mezelf, een wonder dat
 Me een gevoel gaf, alsof ik vleugels had
 Beter kan ik het niet beschrijven
 En het zal blijven
 En groter worden met de tijd...

Geeske Visser, Warns
 [aangeboden door Trudy Hoedemaekers]

Winterkwaaltjes en remedies

De winter heeft zo zijn charmes: het ijs kraakt onder je voeten. Je adem vliegt in wolkjes voor je uit. De zon zakt knalrood achter de horizon en soms is de wereld bedekt met een laagje poedersneeuw. Maar tegelijkertijd zit je natuurlijk ook met vervelende virussen en bacteriën. Geen nood! Tegen elke winterkwaal is een kruid gewassen, hoewel je bij ernstige ziekteverschijnselen altijd de arts moet raadplegen.

Verkoudheid. Rozenbottels, Provençaalse kruiden, tijm, rozemarijn en salie helpen tegen verkoudheid.

Thee van rozenbottels met een schijf citroen helpen preventief tegen griep en verkoudheid. Recept verkoudheidsthee: rozemarijn, tijm en salie. Van dit mengsels een theelepel overgieten met kokend water en 10 min laten trekken.

Keelpijn

Kriebels in de keel kun je snel wegjagen met een boterham vol smeerkaas met uienknippers. Goudsbloem of uierzalf op je zere keel smeren en daarop een make-up watjes met Zweeds kruidenbitter. De onderliggende zalf dient als beschermlaag voor de gevoelige huid. In kruidenbitter zit namelijk alcohol. drie keer per dag het watje vernieuwen. Een verse ui doorgesneden naast het bed van een met verkoudheid geplaagd iemand helpt ook.

Voorkomen is beter dan genezen. Zorg dat je weerstand op peil blijft. Neem voldoende rust. Maak geregeld een wandeling. Gebruik energierijk voedsel en drink iedere dag een glaasje thee zoals boven beschreven.
 [uit kruidenombibus]

**Juist in de grootste wanhoop
 heb je de kans
 je echte Zelf te vinden
 Net zoals dromen werkelijkheid worden
 wanneer je er het minst op rekent.
 Zo zal het met antwoorden op je vragen gaan,
 die je niet kunt oplossen.
 Volg je intuïtie, als een pad van wijsheid
 en laat je hoop, je angsten verdrijven.**

[vertaald uit het boek 'Der träumende Delphin']

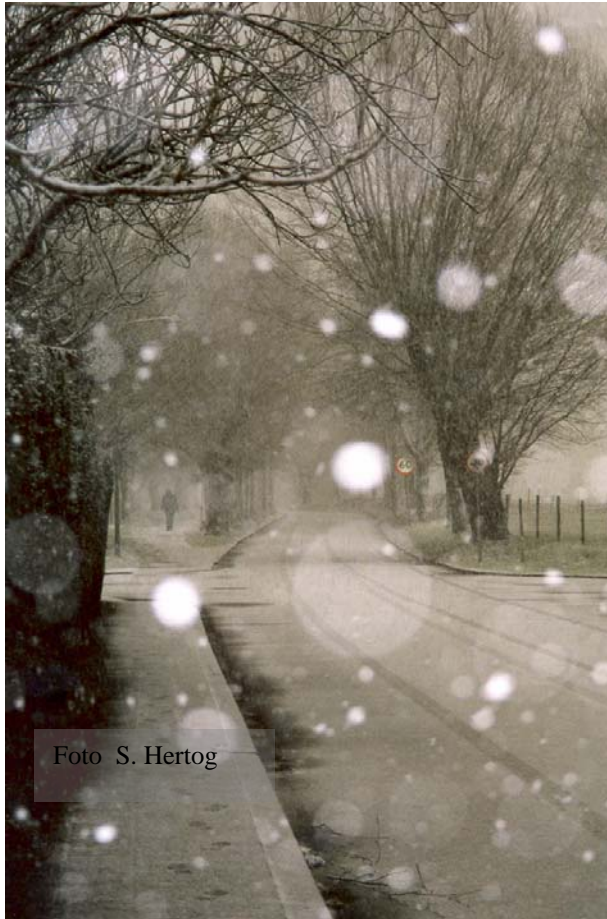


Foto S. Hertog

De knotwilg

In de winter zie je ze staan met hun typisch uiterlijk langs beken en holle wegen, de knotwilg.

De knotwilg wordt ook wel de olijfbom van het noorden genoemd, vanwege dezelfde vorm en kleur van de blaadjes. De schietwilg bezit een grote groeikracht. Schietwilgen door herhaaldelijk kappen [knotten] omgevormd tot zgn. knotwilgen, die een pruik van dunne takken [tenen] dragen op een sterk gezwollen, knotsvormige kop. Deze wilgentenen werden voor allerlei doeleinden gebruikt. Er werden tenen voorwerpen van gevlochten, wasmanden, wiegjes, aardappelmandjes en ze werden gebruikt bij het bouwen van vakwerkhuisen. De tenen hielden de lemen wanden van de huizen bij elkaar.

Aan wilgentenen wordt een bijzondere macht toegeschreven en ze worden vaak in verband gebracht met wonderbaarlijke geboorten [zoals van Diana, Osiris en Mozes.] een korf, gevlochten uit wilgentenen, biedt dan ook grote bescherming. Wilgentakken werden vroeger afgesneden als palmtak op Palmzondag, later is daar de buxus voor in de plaats gekomen.

In de volksgeneeskunde was de bast van de wilg zeer in trek bij acute reuma en chronische reuma en als koortswerend middel. In de oudheid plantte men wilgen bij voorkeur in de nabijheid van wijngaarden. De buigzame takken gebruikte men dan voor het opbinden van de wijnranken. Otters schijnen hun nesten te maken onder wilgenwortels. In de Keltische boomkalender zijn mensen die geboren zijn in de

periode van de wilg [3-12 september en 1-10 maart] bekend als flexibel en tolerant. Soms doen ze grote ontdekkingen, waarmee zij hun dromen realiseren. [uit Compendium van Rituele planten in Europa]

De 'kleur' wit

Het sneeuwlandschap is altijd weer fascinerend. Ook de zuiver witte bloemen van het sneeuwkllokje, die in de winter het voorjaar aankondigen en zo een teken van hoop vormen. Wit is eigenlijk geen kleur, maar verenigt alle kleuren van het spectrum in zich en weerkaats het licht. Het is de kleur van bruidskleren, doktersjassen, priesterkledij, het schuim van de zee en de sneeuw op het veld. In tegenstelling tot zwart heeft het woord wit een positieve betekenis, zoals zuiverheid, ongereptheid en oprechtheid. Witte magie heeft goede bedoelingen en als iets sneeuwwit is, is het een symbool van reinheid. Een wit voetje bij iemand hebben betekent in de gunst staan van degene. Wit wordt ook geassocieerd met spiritualiteit. Psychologen en therapeuten gebruiken wit licht om het genezingsproces te kanaliseren. Je kunt wit visualiseren om je

lichaam te zuiveren en het een grote energieprikkel te geven. Veel mensen die door ziekte of een ongeluk een bijna doodservaring hebben gehad, spreken van een groot verblindend wit licht. De positieve eigenschappen van wit: puur, onschuldig, ordelijk en spiritueel

De negatieve eigenschappen zijn steriel, kritisch, kleurloos en star.

Wit kan een lastige kleur zijn in huis. Hoewel een witte inrichting een krachtig effect heeft, kan het sterk een meedogenloos overkomen. De kleur wit is ongezellig en heeft hier en daar kleuraccenten nodig. Gebruik liever een van de vele wittinten met een vleugje abrikoos of roze dat scheidt warmte en rust.

Witte affirmatie: ik heb net zoveel ruimte als ik nodig heb.

Soms lees je mooie dingen. Dit joodse verhaaltje stuurde mijn zus per e-mail

Aan de jongelingen, die voor de eerste maal bij hem kwamen, placht Rabbi Bunam de geschiedenis van Rabbi Eisik, zoon van Rabbi Jekel in Krakau te vertellen.

Hem was na jaren van ramspoed, die zijn godsvertrouwen niet hadden geschokt, in een droom bevolen, in Praag, onder de brug die naar het koninklijke paleis voert, naar een schat te zoeken.

Toen de droom ten derde male terugkeerde, maakte Rabbi Eisik zich op en trok naar Praag.

Maar bij de brug stonden dag en nacht wachtposten en hij waagde het niet te graven.

Toch kwam hij elke morgen naar de brug en zwierf daar tot de avond rond.

Eindelijk vroeg de hoofdman de wacht, op zijn gedrag opmerkzaam geworden, hem vriendelijk of hij hier iets zocht of op iemand wachtte.

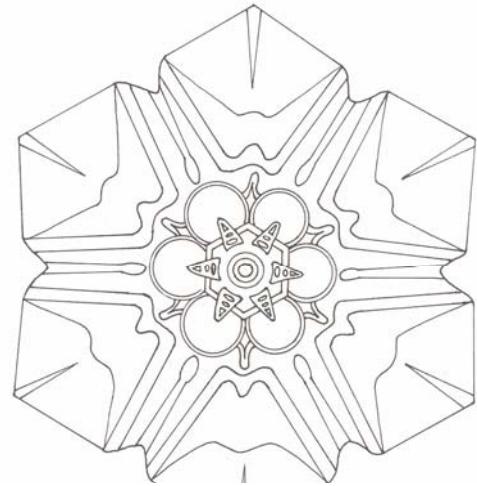
Rabbi Eisik vertelde daarop welke droom hem uit het verre land hierheen had gevoerd. De hoofdman lachte: 'En zo ben jij, arme drommel, met lompen aan je voeten, dus ter wille van een droom hierheen getrokken. Ja, wie vertrouwt er nu ook op dromen! Dan had ik zeker ook op pad moeten gaan toen mij eens in een droom bevolen werd naar Krakau te reizen en in de woning van een jood, Eisik, zoon van Jekel moest hij heten, onder de haard naar een schat te zoeken. Eisik, zoon van Jekel! Ik zie mijzelf al daarginds, waar de ene helft van de joden Eisik en de andere helft Jekel heet, alle huizen openbreken!' En weer lachte hij.

Rabbi Eisik boog, keerde terug naar huis, groef de schat op en bouwde het bedehuis.

Onthoud dit verhaal', Placht Rabbi Bunam hieraan toe te voegen, én neem in je op wat het je te vertellen heeft: dat er iets is, wat je nergens ter wereld, kunt vinden, en dat er toch een plaats is, waar je het vinden kunt'.

Het komt erop aan je goed te realiseren waarnaar je op zoek bent en wat je schat is.

Blijf je dromen volgen en let op toevalligheden.



Geen twee sneeuwvlokken zijn gelijk. Net als de mens zijn sneeuwvlokken uniek, terwijl ze toch uit dezelfde bron komen. Deze sneeuwkrystal mandala kan ingekleurd worden!

Boekbespreking

De kleine stern

De kleine stern vertelt de ontroerende geschiedenis van een vogeltje dat op een dag ontdekt dat hij niet meer kan vliegen. Het leven verliest zijn betekenis en hij blijft, in de steek gelaten door zijn vriendjes in de lucht, alleen achter op het strand.

Dan dienen zich nieuwe vriendjes aan, die en frisse kijk op het leven met zich meebrengen. De kleine stern wordt zich bewust van dingen, die hij nog nooit eerder had opgemerkt. Na verloop van tijd realiseert hij zich dat het leven veel rijker is dan hij dacht. Onze echte kracht komt voort uit wat op het eerste gezicht ons zwakheid lijkt.

De kleine stern is een prachtig geïllustreerd, modern sprookje voor jong en oud [ISBN 90-274-7931-3]

Beste KI lezers. De nieuwe editie ligt weer voor jullie. We willen jullie hebben veel mensen daar gehoor aan gegeven. Heel erg bedankt d gedichten. Veel gedichten zijn geplaatst en nog velen op voorraad. Het zou leuk zijn om andere dingen aan bod te laten komen. Bijvoorbeeld: een boekbespreking, een mooie foto, tekening of mandala, een bijzonder verhaal, bespreking van een mooie CD. Laat je creativiteit werken en verras ons met je eigen bijdrage. Kopij kan ingeleverd worden bij Marlies, Julianastraat 11i te Brunssum of kan gemaïld worden naar jessyhertog@hotmail.com