

Q Vriendenkring

Maandblad van de Nederlandse Quakers.

96^e Jaargang, nr.2 februari 2025

Themanummer *'Kind'*

*'Als jij niet wordt als een kind
zul je het koninkrijk van God niet binnengaan.'*



Ook kinderen kunnen in de stilte bij hun bronnen komen



AFSC (Amerikaanse Quaker Hulporganisatie) Situatie na het staakt het vuren



Honger dreigt nog steeds voor deze kinderen die bij hun oma zijn, hun moeder is gedood bij de bombardementen

De Vriendenkring

ISSN: 0167 – 3807

Maandblad van het Religieus Genootschap der Vrienden (Quakers)

Abonnementsprijs: Nederl.: **€30,00 per jaar**
Dit moet binnenkort verhoogd worden, in verband met sterk verhoogde portokosten. Wil je vast meer overmaken? Doe dit dan op onderstaande bankrekening.



Internationaal: Europa en Wereldwijd: €75,00 per jaar.

Email abonnement. (PDF) €5,00 per jaar

Nieuwe abonnee? Welkom! Kijk even op onze website om je op te geven: www.quakers.nu/vriendenkring. Je kunt op de website direct alle benodigde informatie invullen.

Het gebeurt helaas weleens dat abonnees vergeten te betalen.

Maak daarom van de betaling van het abonnement een periodieke overmaking.

Bankrekening: **NL65 TRIO 0212 3772 64**

t.n.v. Quakers met vermelding van 'Abonnement De Vriendenkring'.

Voor buitenland: (BIC) TRIONL2U.

Eindredactie: Sytse Tjallingii, Van Nispensingel 5, 8016 LM, Zwolle.

Email: vriendenkringredactie@gmail.com,

Redactie: Hylkia Nieuwerth en Els Ramaker

Correctie: Hylkia, Els en Frieda Oudakker.

Kopij voor De Vriendenkring is heel erg welkom voor de 15e van iedere maand! (Tenzij anders afgesproken).

Voor abonnees met gezichts- of leesproblemen was er een gesproken versie van De Vriendenkring. Als je hier behoefte aan hebt neem dan contact op met de redactie.



De Vriendenkring staat in kleur op de website, waar je nog een schat aan aanvullende en actuele informatie over de Quakers vindt. Bezoek daarom geregeld de Quaker website: www.dequakers.nl

De Nederlandse Quakers hebben, naast de website quakers.nu (waarop de Vriendenkring te vinden is), ook een Facebookpagina “Quakers Nederlandse Jaarvergadering” voor berichten en een besloten Facebookgroep “Nederlandse Jaarvergadering” voor onderling gesprek, ook met Vriendenkring-abonnees. Lid word je met de betreffende knop op facebook.com/groups/820840817925912

Inhoud

Voor kinderen opkomen door Kerkasiel	4
Redactioneel.....	5
Elk kind in Gaza.....	6
Vrede	7
Worden als een kind... hoe dan?.....	8
Een jonge bestuurder	10
‘Wandel in het licht’	11
Ernst en humor bij jouw kinderlijk geloof.	12
Dr. Izzeldin Abulaish	13
Verheug je over kinderen	14
Worden als een kind	15
“Als jij niet wordt als een kind.....	17
Jezus zegt	18
‘Dat van God’ als kind ervaren	20
Als kind, al een mystieke ervaring?	22
Onbevangenheid	23
Breng vrede	26
Adem terroristen in en slapende kinderen uit.....	27
We bidden voor kinderen die we nooit hebben ontmoet	30
Kinderen meenemen naar de stiltedienst?.....	31
“Een nieuwe start”	34
Vrienden in het hele land	37
Waar zijn Quakerbijeenkomsten?.....	38
Vluchtelingen.....	39
Vluchtelingenkinderen uit Syrië	40

***Voor kinderen opkomen door Kerkasiel
in Kampen door Quakers uit Zwolle op 12-02-
2025 van 16.00-20.00***

Welkom bij het Kerkasiel in Kampen. Op woensdag 12 februari 2025 verzorgen wij in plaats van de Hap-Stil-Snap de dienst in De Open Hof van 4 uur 's middags tot 8 uur 's avonds. We doen dit vanuit warmhartigheid voor de familie Babayants: de kinderen Aram, Ariana, Amelia en Aleksa en hun ouders Aleksandr en Karina. Zij dreigen te worden uitgezet naar Oezbekistan. De kinderen zijn hier geworteld en twee van hen zijn in Nederland geboren. www.kerkasielkampen.nl



Redactioneel

Februari, een maand waarin winter en het eerste verlangen naar lente elkaar afwisselen. Ik sta even stil bij de essentie van deze Vriendenkring. De verhalen over het thema ‘Kind’ inspireren mij ook tot het terug gaan naar mijn jeugd.

Mijn eigen gedachten gaan terug naar mijn jeugd in Venlo, waar ik opgroeide tussen de rooms-katholieke bevolking, op een christelijke school “met den Bijbel”. Dit was een school met heel verschillende onderwijzers. Ieder jaar kregen we een nieuwe meester of juf. Bij de één konden we fijne liederen zingen, bij de ander moesten we iedere dag vier psalmregels uit het hoofd leren, wat ik braaf deed. Eén van de onderwijzers pakte een bloempot uit de vensterbank en zei tegen de hele klas: ‘De vader van Sytse weet wat hierin gebeurt.’ Ik wist niet waar ik kijken moest. Mijn vader was bioloog net als ik later en had veel liefde en bewondering voor de natuur. Mijn moeder trouwens ook, Zij is onderwijzeres geweest. Op zondagmiddag gingen we met de familie de natuur in en dat maakte diepe indruk op mij.

Die tijd vormde mijn eerste bewuste stappen in het geloof en mijn ontdekkingsreis in de natuur. De wereld van de vogels en de planten, de weidse luchten en de geur van het bos voelde als een fijn ‘thuisgevoel’ veilig en vol verwondering. Met mijn moeder ging ik ’s avonds voor het slapen gaan op de knieën voor mijn bed bidden. Ik mocht zelf bedenken waarover. Mijn ouders, waren hervormd en doopsgezind, ze gaven ons de ruimte om die beleving zelf te verkennen.

Ik herinner me de zondagschool met de spannende verhalen. Het kerstfeest in de hervormde kerk, met een prachtige grote kerstboom en cadeautjes voor ons als kinderen. Als we met de buurjongens op pad gingen, vaak om kattenkwaad uit te halen, gingen zij eerst in een wegkapelletje even een weesgegroetje bidden. Wij bleven dan buiten staan. Dat was prima voor hen.

Nu, bijna een leven later, besef ik hoezeer die vroege indrukken hun invloed hebben behouden. Ze hebben me geleerd om met open ogen en een open hart naar de wereld te kijken. Ze herinneren me eraan dat ons geloof niet alleen wordt gevonden in dogma’s of tradities, maar ook in het eenvoudige en het alledaagse – in de natuur, in medemensen, in momenten van stilte.

In deze editie van de Vriendenkring vind je verhalen die thema ‘Kind’ aanraken. Van de kracht van stilte tot de rijkdom van ontmoetingen. Ik hoop dat je je erdoor laat raken en dat het mag bijdragen aan je eigen zoektocht naar verbinding en verdieping. Word je weer zoals een kind in je geloof?

Sytse Tjallingii
Redacteur

Elk kind in Gaza

Gedicht van Mosab Abu Toha, opgestuurd door Geertje Kerstholt-de Jonge

Elk kind in Gaza, dat ben ik

Elke vader en moeder, dat ben ik

Elk huis is mijn hart

Elke boom is mijn been

Elke plant is mijn arm

Elke bloem is mijn oog

Elk gat in de grond is mijn wond.



Mosab Abu Toha is een Palestijnse schrijver, dichter, wetenschapper en bibliothecaris uit de Gazastrook.

Abu Toha werd in november 2023 door het Israëlische leger vastgehouden toen hij met zijn familie naar Egypte vluchtte. Hij werd later vrijgelaten nadat hij was gemarteld en werkt sindsdien op afstand als oorlogsverslaggever. Hij werd geboren in 1992 in het vluchtelingenkamp Al-Shati, kort voor de ondertekening van de Oslo-akkoorden. Hij studeerde Engels aan de Islamitische Universiteit van Gaza. Hij gaf van 2016 tot 2019 les in het Engels op scholen van de United Nations Relief and Works Agency (UNRWA) in Gaza. (Wikipedia)

Vrede

(Gedicht van Eppie van Dam, ingebracht door Jannie de Jong-Vlas)

Vrede, waar kan ik je zien?
Vrede, waar kan ik je vinden?
Zwerf je ergens rond misschien?
Kun je nergens meer naar binnen?
Vrede waar kan ik je zien?



Woon je in een oud verhaal?
Leef je in een ver verleden?
Zie 'k je nog op het journaal?
Kom ik je vandaag nog tegen?
Vrede waar kan ik je zien?

Ben je soms een kleine ster
Helder schijnend, lieve vrede?
Maar dan ben je toch wel ver.
Waarom ben je niet beneden?
Vrede, dan zal ik je zien.

Vrede, waar zal ik je
zien?
Vrede, waar zal ik je vin-
den?
Zwerf je nog steeds rond
misschien?
Of zit je bij me binnen?
Vrede, dan laat ik je
zien.



Worden als een kind... hoe dan?

'Als jij niet wordt als een kind zul je het koninkrijk van God niet binnengaan.'

Door Irene Visser



Deze tekst is bekend, maar daarom niet minder intrigerend. Worden als een kind... ik heb altijd zonder meer aangenomen dat dit betekent dat we moeten *geloven* als een kind. Wat dat geloven dan inhoudt is bij nader inzien niet zo duidelijk want kinderen verschillen onderling nogal, net als volwassenen. Mijn eigen kinderlijk geloof heb ik afgelegd, gelukkig maar, want er kwam veel angst bij kijken vanwege de toch wel afschuwelijke verhalen uit het Oude Testament waarin God vreselijke plagen stuurt, en de vijanden van Israël uitroeit enzovoort.

Maar staat er wel in de tekst dat we zouden moeten geloven als een kind? Wat is eigenlijk de situatie waarin Jezus dit zegt?

Ik ga even naar de oudste versie, in Marcus 10. Kinderen worden bij Jezus weggehouden (en zelfs bestraft) door de discipelen. Jezus neemt dat zijn discipelen kwalijk. Al even eerder (in Marcus 9) lezen we dat Jezus een kind als voorbeeld stelt aan de discipelen. Dat is nadat de leerlingen er onderling erover hebben gehad wie de meeste, de belangrijkste is. Een ego-momentje, kun je zeggen, en als Jezus ernaar vraagt, durven de leerlingen er niet voor

uit te komen. Maar het is wel belangrijk voor ze, gezien andere keren dat die kwestie boven komt, zoals de vraag wie aan Jezus' rechterhand mag zitten, of welke discipel de meest geliefde is.

Jezus wijst dit soort denken resoluut af. En om een aansprekend voorbeeld te stellen, roept hij iedereen bijeen en zet hij een klein kind in hun midden. Hij omarmt het kind (een detail dat andere evangelisten helaas weglaten), en zegt dat het kind, zo onaanzienlijk als het is, bejegend moet worden als hij zelf, zelfs als God. Als we bedenken hoe statusbewust de discipelen zijn, dan is het contrast groot. Een kind, zeker in de maatschappij van die tijd, telt niet mee, staat heel laag op de sociale ladder. En belangrijker nog: aanzien, een goede positie, dat zegt een klein kind totaal niets.

Mijn eerste indruk, dat Jezus zegt hoe we moeten geloven, is te beperkt, zie ik nu. Het gaat er hier om hoe we moeten leven, hoe we ons moeten verhouden tot de ander. Het is een les over niet-oordelen, aangezien alle mensen gelijk zijn voor God. We hoeven ons niet druk te maken over onze (eigen)waarde of status. Daar gaat een bevrijdende werking van uit. Het koninkrijk van God (en voor mij is dat een staat van vrede, vreugde en eenheid), is alleen met zo'n houding te bereiken.

Ik denk dat Quakers heel vertrouwd zijn met deze gedachte, gezien de bekende tekst van George Fox, "Walk cheerfully over the world, answering that of God in everyone." Het is een tijdloze, altijd nodige oproep tot de juiste visie; hoe we anderen zien, hoe we leven moeten. De Quakers hebben vast niet de wijsheid in pacht, maar in dit opzicht zijn we best wel op de goede weg.



Een jonge bestuurder

Door Eoin Dubsky

Ik heb eindelijk rijlessen genomen toen ik begin 40 was. Toen ik me aanmeldde, legde de instructeur uit dat hij oudere bestuurders niet zo snel kan leren als jonge bestuurders. Jonge bestuurders zijn vaak onbevreesder, onschuldiger en goedgeloviger. Het is moeilijker om te leren als je je inhoudt, je je schrap zet, je zorgen maakt en te veel nadenkt.

Maar ik neem aan dat het evangelie zegt "word als een klein kind" — niet "als een jonge bestuurder" — dus ik denk er nog even over na.

Jonge kinderen zijn natuurlijke leerlingen en ze stellen de vreemdste, meest prachtige vragen.

Mijn moeder is milieuactivist en nam mijn broers en mij mee naar de kust om te zoeken naar leven in kleine rotspoelen en naar tekenen van vervuiling door leidingen



of beken in de buurt. Dus ik werd als jong kind een activist, dat wil zeggen, iemand die hardop vraagt "waarom is het zo?" En "waarom kan het niet zo zijn?" Jonge kinderen zijn allemaal activisten of aspirant-activisten, denk ik.

Als jong kind groeide ik op in het Graafschap Dublin (Ierland), met mijn ouders en mijn twee oudere broers. Mijn zus werd 10 jaar na mij geboren en we verhuisden naar Praag (Tsjechië) toen ze nog maar een baby was. Mijn vader werd katholiek opgevoed en mijn moeder heeft een Duits Lutherse achtergrond, en gelukkig hebben ze ons opgevoed met een mix van beide en wat er verder nog was.

Ik neem aan dat het idee van het goddelijke in elke persoon evenzeer door katholieken als protestanten wordt aangehangen - toch? - dus het is niet controversieel en het volgt dat we ideeën als de doodstraf of andere vormen van gelegaliseerde moord moeten bestrijden.

Ik vind het moeilijk om te zeggen hoe ik dat van God als kind heb ervaren. Zoals vissen water ervaren?

Mijn ouders keken altijd naar het nieuws om 9 uur en lieten ons kijken, zelfs toen we heel klein waren. Ze bespraken het nieuws en wij deden mee, en ik denk dat het ons aanmoedigde om kritisch na te denken over macht en politiek, en vragen te blijven stellen zoals we dat van nature zouden doen.

Ik ben erg bevoorrecht dat ik werk heb gevonden als professioneel onruststoker, en dat ik mijn hele volwassen leven heb gewerkt als campagnevoerder en met activisten en campagnevoerders. Ik heb nooit helemaal mijn rijbewijs gehaald, dus ik fiets of loop meestal rond in Den Haag, en ik denk dat dat me waarschijnlijk ook helpt om mijn kinderlijkheid te behouden.



Een jonge bestuurder

Wandel in het licht

Quaker lied over George Fox, de stichter van de Quakers in het 'Songs of the Spirit', a Quaker Songbook uit 1978 door Tempe Friends Meeting Arizona.

Musical score for the chorus of the Quaker song 'Wandel in het licht'. The score is written on a grand staff with a treble clef on top and a bass clef on the bottom. The key signature is C major. The melody is on the treble clef, and the bass line is on the bass clef. The lyrics are: 'Walk in the light, where - ev - er you may be,'. The chords are indicated as C, G7, and G. The score is presented in a clean, black and white format.

Ernst en humor bij jouw kinderlijk geloof.

Als je jezelf niet verandert en wordt als de kinderen, zul je het Koninkrijk der hemelen beslist niet binnengaan (Mattheüs 18: 3). Wie het Koninkrijk van God niet ontvangt als een kind, zal daarin beslist niet binnengaan (Markus 10: 15; Lucas 18: 17).

Door Gerard van den Dool

M'n ouders hebben ons - vijf broers - het (rechtzinnige ofwel orthodoxe) geloof met de paplepel ingegoten (van jongs af aan ingeprent). Daar ben ik hen ontzettend dankbaar voor, want nu ik rondloop in de vrijzinnigheid heb ik een rechtzinnig kompas dat voorkomt dat ik in de religiositeit het spoor bijster raak.

In huize Van den Dool werd de Bijbel bij elke maaltijd geopend. Bij het ontbijt en de warme maaltijd las m'n vader een stuk uit de Bijbel voor en bij de lunch - als vader op kantoor was - nam m'n moeder het stokje over. Zij las ons voor uit de Psalmen, Spreuken, Prediker en Hooglied.

Des Zondags gingen we tweemaal naar de kerk. We hadden als kleine geloofsgemeenschap geen eigen kerkgebouw, we kerkten in een gymnastiekzaal met de ringen tegen het hoge plafond. We hadden ook geen eigen dominee; vaak gebeurde het dat een dominee van ver twee nachtes (zaterdagnacht en zondagochtend) bij ons logeerde, want reizen op zondag was ongepast.



Kortom, 'dat van God' stond ons vijven levensgroot voor ogen. Niet dat de sfeer in huis zwaar was, beslist niet, maar wel: degelijk. Alles werd tot op de draad uitgeplozen wat het geloof betreft. Met andere woorden: het was intellectueel christendom wat bij ons de klok sloeg.

Op een goed moment in m'n jeugdige bestaan - ik zal een jaar of zeventien geweest zijn - ontdekte ik het werk van de Deense schrijver Sören Kierkegaard (1813 - 1855).

Als Sören geboren wordt is vader Michael Kierkegaard rentenierend zakenman, die alles leest wat ertoe doet op het terrein van filosofie en theologie. Arm opgegroeid op de Jutlandse heide heeft Michael als jongen ooit God

vervloekt om het miserabele bestaan dat hij leidde. Als hij na een verhuizing naar Kopenhagen snel rijk wordt, maakt dat feit hem niet gelukkig. Zijn zwaarmoedigheid houdt de overhand en als vijf van z'n zeven kinderen ook nog eens jong overlijden, is het hem alsof een vloek op zijn gezin rust, misschien wel door z'n jeugdzonde.

Het voorgaande toont, dat het niet zo vreemd is, dat ik me in Sörens jonge leven herkende. Zowel Sörens vader als mijn vader zetten een heel dominant stempel op het gezin. De sfeer in beide gezinnen was doorspekt met ernst, overigens niet zonder humor. Sören was een meester in het combineren van die twee. Hij is ervan overtuigd: wie geen gevoel voor humor kent, weet ook niet wat werkelijke ernst is.

In het voorgaande bied ik een sleutel tot het antwoord op de vraag Hoe blijf je bij jouw (kinderlijke) geloof, hoop en liefde in relatie tot de wereld om je heen? Wel - door Sörens werken te bestuderen en hem waar mogelijk na te volgen en - vooral - door ernst met humor te verzachten.



Sörens Kierkegaard

Dr. Izzeldin Abulaish

(Palestijnse arts, die ook in Israëlische ziekenhuizen werkte): in zijn boek 'Ik zal niet Haten' (blz 239, bespreking in de vorige Vriendenkring):

De catsarstofale dood van mijn drie dochters en mijn nichtje heeft mijn gedachten en overtuiging over de manier waarop de kloof tussen Palestijnen en Israëliërs moet worden overbrugd alleen maar versterkt. Ik begrijp nu tot in het diepst van mijn ziel, dat geweld zinloos is. Het is een verspilling van tijd, van mensenlevens en van geld en het heeft bewezen alleen maar tot meer geweld te leiden. Het dient geen doel, het houdt slechts een vicieuze cirkel in stand. Er is maar één manier om de kloof te dichten en wel door samen te leven, de doelstellingen van beide volken te verwezeleken en het licht te vinden dat ons naar een nieuwe wereld kan leiden. Ik bedoel daar niet het licht van het een of andere geloof mee, maar het licht als symbool van de waarheid, het licht dat je in staat stelt te zien, dat de mist doet optrekken en wijsheid onthult. Om dat licht van de waarheid te vinden moet je met elkaar praten, naar elkaar luisteren en elkaar respecteren. Als we de waarheid kunnen zien, moet het mogelijk zijn zij aan zij te leven.

Verheug je over kinderen

Uit: Overwegingen en Vragen

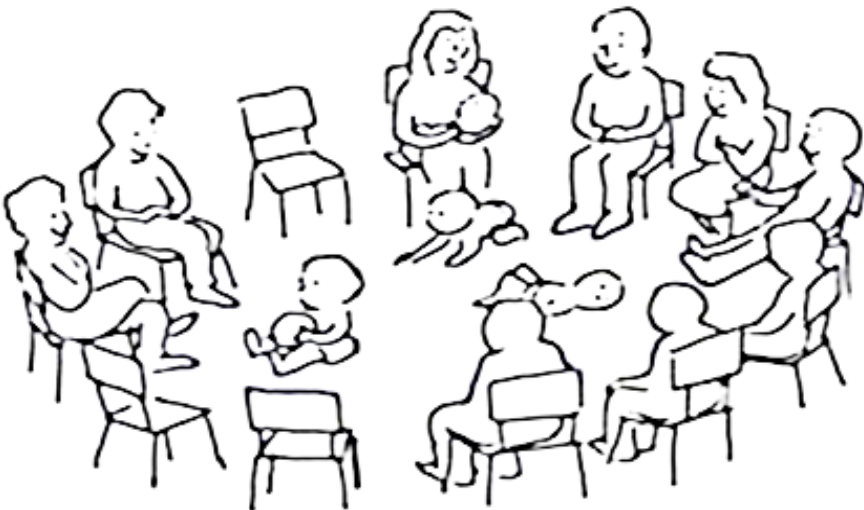
19. Verheug je in de aanwezigheid van kinderen en jongeren in ons midden en waardeer de bijdragen die van hun kant komen. Bedenk dat de Maandvergadering als geheel verantwoordelijkheid draagt voor ieder kind onder onze hoede. Zoek voor hen, net als voor jezelf, de volle ontplooiing van Gods gaven en de volheid van leven, die, zoals Jezus ons leerde, ons deel kan zijn.

Hoe laat je kinderen delen in jouw diepste geloofsovertuiging, terwijl je hen toch vrij laat om zich te ontwikkelen zoals Gods geest dat met hen voorheeft?

Geef je hun de ruimte om hun diepste gevoelens en belevenissen met jou te delen?

Ben je bereid van hen te leren, maar ook jouw verantwoordelijkheid jegens hen te aanvaarden?

Verheug je je over de kinderen?



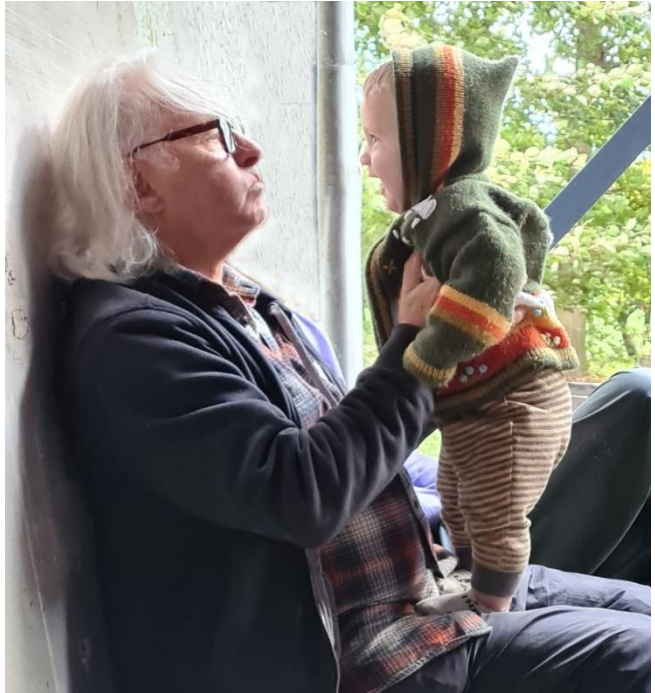
Worden als een kind

Hennie Jansen

Worden als een kind, of Zijn als een kind? Zo beginnen we allemaal, als kind; onbevangen, verwonderd en leergierig. Maar ook boos, opstandig en verdrietig.

Zijn, dat ben je tijdens je levensinvulling. Verwondering over de mogelijkheden aan het begin van je levensloop. Spelen, onderzoeken, studie, werk, relaties, filosofie of religie, inzicht. Maar ook ziekte, teleurstelling en pijn. Ik ben blij dat ik vroeg in mijn leven de stilte leerde kennen.

De Q stilte, filosofie, het niet-weten, onbevangenheid. Als middel om op het juiste spoor van rechtvaardigheid te blijven. Het kind in mij. Zowel het leergierige als het opstandige heb ik al vroeg in mijn leven gecultiveerd door politiek en maatschappelijk actief te zijn. Leergierig en opstandig tegelijk, ook het kind in mij. In



Kind zijn is



Spelen

de omgang met vrienden, familie, collega's vind ik het niet moeilijk om mij als kind te gedragen, te spelen, te dansen, verkleeden, ik doe het nog steeds.

Wat de wereld om mij heen betreft; kinderlijk boos en verdrietig kan ik zijn en ook nog gelukkig. Onverschilligheid, een valkuil, heb ik achter mij kunnen laten.



Protesteren

Afhankelijk als een kind wordt je vanzelf tegen het einde van je leven.

Ik hoop te eindigen als een kaars, opgebrand en uitgeblust. Klaar om los te laten en mij over te geven aan het koninkrijk gods. Voldaan vanwege het beetje licht dat ik heb mogen verspreiden.



Verkleeden

“Als jý niet wordt als een kind

(Mattheus 18, vers 1- 4) .

Door Jannie de Jong-Vlas

Wat hebben kinderen dan toch dat Jezus tegen volwassen zegt dat zij als een kind moeten worden?

Ik bezit een klein boekje dat heet: “Kinderen schrijven aan Got”. Ik wil hieruit drie kinderbrieven citeren, zonder het Nederlands te corrigeren:

1. Lieve God, verleden week regende het drie dagen. We dachten het word net als met de Ark van Noach, maar dat gebeurde niet. Ik ben blij wand je kon van alles maar twee meenemen, weet U nog, en wij hebben drie katten. Dag, Donna. (aandoenlijk)
2. Lieve God, Zijn jongens beter dan meisjes. Ik weet dat U er een bent. Maar probeer eerlijk te zijn, Sylvia. (kritisch)
3. Lieve God, Karel mijn kat is overreden. En als U dat laat gebeuren moet u me toch eens zeggen waarom, Harrij. (boos)

De tekeningen die deze drie kinderen bij hun brieven maakten zijn even “echt” als de teksten.

Kinderen zijn zo onbevangen, zo oprecht, zo eerlijk, zo wil Jezus dat wij volwassenen ook worden (“Worden als een kind”). Volwassenen die hun best daarvoor doen, zijn goed bezig. Zij kunnen meehelpen vrede, gerechtigheid en verzoening op aarde te brengen (het Koninkrijk van God).

Wat mijzelf betreft: Ik vind dat op de momenten dat je voelt te leven vanuit het Innerlijk Licht dezelfde onbevangenheid boven komt als die ik me herinner van de tijd dat ik kind was.

Ik wil eindigen met de laatste zin uit het gedichtje dat mijn vader in mijn poëziealbum schreef toen ik 6 jaar was. Het is in het Fries:

Myn leave, lytse Jantsje, dou jowst my faek dyn hantsje,
Mar wit dit foar wis, Dat de ivige Heit altiit by dy is.

Vertaald: Mijn lieve, kleine Jantje, jij geeft mij vaak je handje. Maar weet dit voor wis, dat de eeuwige Vader altijd bij je is.

Ik ben het nooit vergeten, ik draag die woorden met me mee.



Jezus zegt

Door Joke Kleinwächter-Leendertse



*Jezus zegt dat hij hier van ons verwacht
dat wij zijn als kaarsjes brandend in de nacht
en hij wenst dat ieder tot zijn ere schijn'
jij in jouw klein hoekje en ik in 't mijn.*

*Jezus zegt dat hij ieders kaarsje ziet
of het helder licht geeft, of ook bijna niet.
Hij ziet uit de hemel of wij lichtjes zijn
jij in jouw klein hoekje en ik in 't mijn.*

*Jesus zegt ons ook dat 't zo donker is,
overall op aarde zonde en droefenis.
Laat ons dan in 't duister held're lichtjes zijn
jij in jouw klein hoekje en ik in 't mijn.*

Het zondagsschoolliedje van vroeger: Jesus zegt, dat hij hier van ons verwacht...." wordt ook nu nog steeds gezongen en mij waren de woorden daarin uit het hart gegrepen, gaven me als kind al moed en kracht, verlegen als ik was.

Want we zongen, dat God ieder kaarsje zag, of het helder licht geeft, of ook bijna niet! Dan zou ik dus ook een lichtje kunnen zijn.....!

Daaraan moest ik denken toen ik het berichtje las van Sara Brukner:

Vorige maand nam rabbi Sarah Brukner uit Keulen afscheid van de joodse gemeente in Keulen en vertrok naar het onveilige Israël, terug naar haar land, terug naar haar zonen, die daar het land moeten verdedigen. Ze vertrok met de woorden:

„Ieder moet weten en verstaan, dat in zijn (haar) innerlijke een Licht brandt. En zijn (haar) Licht is niet als het Licht van zijn vriend. En er bestaat geen mens zonder Licht."

Dat beeld van het flakkerend kaarsje uit mijn kinderjaren is altijd bij me gebleven, begeleidde me en het geeft me telkens weer moed en groot vertrouwen in het goede in ons mensen.

De woorden van Sarah Brukner bevestigen dit eens te meer. Of je nu jong of oud bent, dat potentieel, dat Licht, is in ieder van ons en we kunnen er iets mee bereiken, ook in deze zware tijden.



'Dat van God' als kind ervaren

Door Joke Meulmeester

Het verzoek om iets voor de Vriendenkring te schrijven over het thema 'kind' overviel me. Onze bezoeken aan de wijdingsbijeenkomsten in Tiel en Bennekom zijn vele jaren geleden, al draag ik de sfeer en de stilte nog altijd met mij mee.

Als kind groeide ik op in een gezin met 7 kinderen. Ik werd als 3^e kind geboren nadat het zusje voor mij 1 jaar eerder na 10 dagen was overleden. Mijn komst als stevig huilende baby is door mijn beide ouders met veel liefde ontvangen. Als kind van een rooms-katholieke moeder en vrijdenkende vader, ben ik opgegroeid met veel mooie verhalen over Jezus en vele heiligen. Zij gaven mij het gevoel dat er altijd wel iemand is die voor je zorgt ook als je vader en moeder er niet meer zouden zijn. Dus 'dat van God' heb ik zeker als kind als veiligheid en als vertrouwen ervaren.

Naarmate ik ouder werd, kreeg ik steeds meer vragen over de rituelen en tradities van de RK kerk én vragen wat geloven eigenlijk is. Op de middelbare school bezocht ik met een zestal vrienden en vriendinnen jarenlang elke eerste zondag van de maand een kerk of geloofsgemeenschap dat varieerde van

jehovagetuige tot humanistisch verbond, pinkstergemeente of artikel 31. Op de volgende zondagavond bespraken we wat we gehoord en gezien hadden en nodigden iemand uit van de betreffende gemeenschap om ons er over te vertellen. Een vriendengroep die hecht bleef tot we allemaal uitwaaierden over de wereld na onze studies.

Zo werkten wij in India in een Oxfam project waar we in aanraking kwamen met de Quaker gedachte. Daar besepte ik ook hoe onze westerse maatschappij doordrongen is van Christelijke waarden. Vaak kwam de gedachte in mij op: hoe zou onze maatschappij en de kerken er hebben uitgezien als het christendom niet via Rome maar via India of Perzië



Dit kind met pop is van Malie Baehr en heet Poppedeintje.

naar ons was toegekomen?

Na 5 jaar India gingen we een jaar in Baltimore studeren als voorbereiding op een volgende periode in India. Onze 4-jarige dochter ging naar de kleuterschool van de Quakers. Zo kwamen wij weer in contact met de 'Friends' en werden trouwe bezoekers van de wijdingsbijeenkomsten op zondagochtend. Helaas veranderde het beleid in India en kregen we geen visum voor een volgende periode. We bleven in Nederland. We bezochten wijdingsbijeenkomsten in Tiel en Bennekom. Doordat onze dochter naar de Vrije school ging kwamen we in aanraking met het gedachtengoed van de antroposofie. Naast mooie gedachten waren de gestolde rituelen en vastliggende overtuigingen verankerd in boeken die moeilijk te begrijpen zijn voor buitenstaanders. Ze waren voor mij vervreemdend. Ik miste de stilte, soberheid en het vertrouwen van dat van God in jezelf.

Door mijn leven heen is het 'Licht' dat ik van binnen bij me draag, een bron van verwondering geweest naar wat mij en andere mensen beweegt. Dat deel van het kind zijn is heel dicht bij me gebleven en laat me ook dicht bij kinderen staan. In mijn werk (als arts) besepte en voelde ik dat elk mens uniek is en waard is er te zijn. Ik heb geen behoefte om mij bezig te houden met wat er na dit leven komt of hoe dat er zal uitzien. Voor mij is mijn aardse opdracht mijn leven goed te leiden en de taken die op mijn pad komen of die ik opzoek, goed te doen. Zo is 'dat van God in mijzelf' zoals ik het als kind ervaren heb een kompas in mijn leven en ik ben dankbaar dat ik de essentie daarvan in mijn kinderen mag terugzien.



(Deze ansichtkaart is zonder bronvermelding)

Als kind, al een mystieke ervaring?

Door Marlies Tjallingii

Gevouwen handen in de wijdingsamenkomst in Deventer, brachten mij terug bij mijn kindertijd. Ik groeide op in een katholiek gezin. We gingen iedere zondag, maar ook vaak door de week, naar de kerk. Toen ik zeven was deed ik mijn eerste communie. Dat was een groot feest. Ik kreeg een mooie witte jurk aan en strikken in mijn lange haar. De hele parochie leefde met ons kinderen mee. Misschien was het daarvoor of daarna, ik weet het niet, dat ik heel intens kon bidden. Een preek was voor mij een moment van wegdromen. In mijn eigen wereld. Dicht bij God of Jezus of iets wat groter was dan ik zelf. Toen nog vragend om van alles en nog wat, maar ook heel dichtbij dat grotere met een open hart. Ik zie dat nu als een mystieke ervaring.



Mijn gevouwen handen herinnerden mij aan die momenten. Helaas werd ik daarin niet erkend. Zelf denken en voelen was er op dat moment niet bij. Ik was soms wel een beetje bang dat iemand me zou vragen waar de preek over ging. Want dat zou ik echt niet meer kunnen zeggen. Ik geloof niet dat dat ooit gebeurde.

Dromen deed ik graag. Ook zelfs op de middelbare school werd er wel gezegd dat ik een dromer was. Misschien is dat ook wel een mogelijkheid om dicht bij God of het 'Innerlijk licht' te blijven, dromen met een open hart. De ervaring van dicht bij God te zijn, bracht me er later als 19-jarige toe om te denken dat ik misschien wel het klooster in zou moeten gaan om dat te blijven voelen en verder te laten groeien. Ik heb een aantal retraites gedaan in kloosters. Maar daar keek ik toch ook wel vreemd op tegen het feit dat de vrouwen die ik tegen kwam in een klooster niet altijd iets uitstraalden voor mij wat echt leven bij God was.

Tijdens Pax Christie voettochten in Brabant met groepen jongeren kon ik voelen dat ik leefde. Praten over geloof, spiritualiteit, politiek, relaties, seksualiteit was voor mij een geweldige ervaring. De geloofservaring werd groter en breder en dieper. Samen zingen met duizend jongeren in de Sint Jan in Den Bosch. Ik vond dat geweldig. Samen met Sytse kwam ik bij de Quakers terecht waar de diepe ervaring van het innerlijk licht alle ruimte heeft in verbinding met actie.

Onbevangingheid

Door Irene Peters

Het eerste woord, wat bij me boven komt bij de tekst uit Matheus 10, is onbevangingheid. Dat kom je in het dagelijkse leven niet zo gauw tegen; dan word je eerder naïef genoemd.

Maar toch Ik heb altijd die neiging naar het Licht gehad, maar ben het even zo vaak vergeten

Het is wel de plek, of situatie, waar mijn gedichten vandaan komen.

Ik zoek een mooie plek, bijvoorbeeld in een bos, waar ik ga zitten en stel me open. Het gedicht moet naar mij toe komen, niet andersom. Vaak gebeurt dat, bijvoorbeeld in een woord, een regel, soms komt er ook niets, maar ik begin gewoon te schrijven. Die woorden komen vanuit mijn innerlijk, van een engel misschien, en ik ben het kanaal om ze over te brengen. Het is dus geen prestatie, en heeft niets met mijn dagelijkse leven te maken. Zo lijkt het. Het is wel de manier, waarop ik dingen verwerk

Ik ben in de oorlog geboren. Ik werd Irene genoemd, omdat mijn ouders zo naar vrede verlangden. Een herinnering van mijn moeder: ik lag op de com-mode, om verschoond te worden. Boven mijn hoofd brandde een lamp. Het viel mijn moeder op, dat ik wel erg gefascineerd was door dat licht; alsof ik erin op wou gaan, erin wou verdwijnen. Ik herinner me, veel later, dat ik zielscontact had met een baby, gewoon op straat. Door in haar ogen te kijken, en wat ik zag was zo mooi Dat kind was nog helemaal 'in de wereld aan de andere kant', waar ik ook vandaan kwam en na mijn dood weer naar toe hoop te gaan. . .

Toch ben ik het evengoed weer kwijt geraakt---het leven was niet gemakkelijk voor mij en evenzo turbulent Ik werd niet begrepen en gepest, uitgelachen. Om wie ik was, maar ook om hoe ik er uit zag. Op mijn 23e had ik een absoluut dieptepunt---ik wou eigenlijk niet meer leven.

Toen kreeg ik een spirituele ervaring, die ook wel aansloot bij boeken, die ik



Quaker Meeting schilderij van Irene Peters

gelezen heb, vooral: "De burcht van de ziel" door Theresia van Avila. Ik zat op de fiets en er gebeurde iets in mijn bewustzijn. Ik ga proberen, dit te beschrijven, maar eigenlijk kan dat niet. Het was zoveel meer, zoveel groter dan dat. Het begon ermee, dat ik op de fiets zat, en mijn oog viel op een tuin met bloemen. Daar was iets mee. . . de kleuren begonnen wel erg intensief te worden, onaards mooi. Daar reed ik langs de gevangenis en ik zag de stenen van het gebouw in zandkorrels veranderen dat aan een rivier lag te drogen. In feite heb ik de eenheid van alles meegemaakt.

Dit heeft dus niets met kinderachtigheid te maken, maar alles met hoe je in het leven staat, of je - voor een moment-- los kan komen te staan van je ego. Dat hoeft niet weg, maar moet even op de tweede plaats komen te staan. In de loop van de jaren heb ik me in allerlei spirituele bewegingen verdiept, maar kwam steeds weer uit bij de Quakers. Ik ben heel veel in therapie geweest en op mijn weg kwam ik een New-age therapeut tegen, aan wie ik veel gehad heb. Ik zou spiritueel moeten worden, maar dat was ik allang, alleen was ik het vergeten. Door alle zaken, die je in het dagelijkse leven tegenkomt, en ook opvoeding, scholing, "het hoort zo", conditioneringen en ga nog maar even door, kun je vergeten---en dat gebeurt ook meestal---wie je echt bent: een ziel, een kind van het Licht, een kind van God...

Door al die therapie leerde ik, niet om spiritueel te worden---dat was ik al---maar om alles, wat me daarvan afhield, weg te poetsenen dan kun je gemakkelijk onbevangen naar alles kijken. Toen één van mijn katten gestorven was, ging ik naar de rivier, om stenen te zoeken om op het grafje te leggen. Daar bij de rivier had ik een ervaring. Het voelde, alsof poes overal was, overal om mij heen en op een plaats, waar ik ook waseen plek, met prachtige gekleurde wolken, na de dood en voor het leven, maar ook nu, hier.... We maken er gewoon deel van uit, maar beseffen het meestal niet. Ik verlangde wanhopig naar een vriendje, een zielsverwant en die kwam er. Tussendoor had ik nog een reikibehandeling, waar ik een ontmoeting met



een engel had. Dat heeft me zeker geholpenals een engel mij de moeite waard vindt, dan moet het wel zo zijn..... Er ging tijd overheen en weer was ik wanhopig...met mijn verhalen begon ik op een zichzelf repeterende grammofoonplaat te lijken...en in wanhoop riep ik -letterlijk- naar de hemel. Maar door de jaren heen heb ik wel bijzondere mensen ontmoet. Toen werd Roel mijn buurman en we konden wel erg goed met elkaar pratenen hij is de enige geweest, die mijn eeuwige liefdesverdriet in een keer weg kon nemen misschien omdat hij er zelf ook last van had. Van hem leende ik een boek van Eckhart Tolle: "De kracht van het NU". Dat heeft me heel veel gegeven. Je leeft alleen vandaag. Daar kun je je op concentreren, in plaats van je aan zaken in het verleden of in een mogelijke toekomst vast te klampen. Jezus zei het al: "Maak je geen zorgen over de dag vanmorgen, want elke dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad."

Anders gezegd: De dingen ontwikkelen zich toch anders dan jij je voorstelt. Ja, ons hoofd zit vol gedachten en die kunnen je afleiden, of aan alle kanten aan je trekken. Zodat je de kern van de dingen over het hoofd ziet.

Er is een remedie: meditatie.

Al vergt dat wel het een en ander aan oefening en mogelijk begeleiding. De natuur ingaan is voor de meeste mensen haalbaar.

Met aandacht alles op ons in laten werken, rustig op een bankje zitten, niets doen, behalve wandelen-misschien. Ik voel verwondering voor de schoonheid van alles. En die verwondering blijft.

Aanwezig zijn, voor me uit zitten staren, of de loop van een beekje volgen. Zodra ik --als stadsmens-- die angst voor het bos heb overwonnen, komt die onbevengheid vanzelf. In die sfeer kan ik me openstellen voor het Koninkrijk van God, dat zich ook manifesteert in mijn innerlijk.



Breng vrede

Door Judyth Hill, September 11, 2001

*Breng vrede met je
ademhaling
Adem brandweerlieden
en puin in,
adem gebouwen die
héél zijn en spreeuwen-
zwermen uit*



Adem slapende kinderen uit

*Adem terroristen in
en adem slapende kinderen en pas gemaaide hooilanden uit
Adem verwarring in en adem fluweelbomen uit
Adem de gevallen in en adem levenslange vriendschappen uit*

*Breng vrede door je luisteren:
hoor je sirenes, doe een schietgebed
Denk aan je gereedschappen: bloemzaden, wasknijpers, schone ri-
vieren.
Maak soep.*

*Maak muziek, leer het woord voor "Dank je wel"
in drie verschillende talen
Leer hoe je moet breien, maak een muts
Zie chaos als dansende frambozen
stel verdriet voor als de uitademing van schoonheid
of bewegingen van vissen
Zwem naar de overkant
Breng vrede*

*Nog nooit zag de wereld er zo jong en mooi uit:
Zet een kopje thee en verblijd je
Doe alsof de grote wapenstilstand er al is
Wacht geen minuut langer*

Adem terroristen in en slapende kinderen uit

Door Marlies Tjallingii, Verslag van 'Quakers en Ik' 16 januari

Breng Vrede werd gebruikt in de internationale vredesmeditatie op oudejaarsdag om 12 uur. Het is ook onze tekst voor 'Quakers en ik' op donderdagavond 16 januari.

We delen met korte stiltes tussen de bijdrage.

Inademen van negatieve dingen dat wil ik niet. Ik sluit me er liever voor af en adem liefde in en liefde uit.

Het gedicht is geschreven naar aanleiding van het neerhalen van de Twin Towers in New York. Oorlog voeren wordt omgezet in vrede voeren. Het negatieve komt binnen, maar ik wil het positieve.

De uitdaging is om ondanks al het negatieve toch positief te blijven. Positief uitademen vind ik best, maar oorlog, puin, geweld inademen, dat is letterlijk stof, rook inademen. Dat is ongezond. Ik heb wel een klik met het erkennen dat het er is. Er zijn zoveel mensen die ontkennen dat het negatieve er is. Het is belangrijk om een positieve insteek te houden. En daardoor een mooiere wereld te creëren.

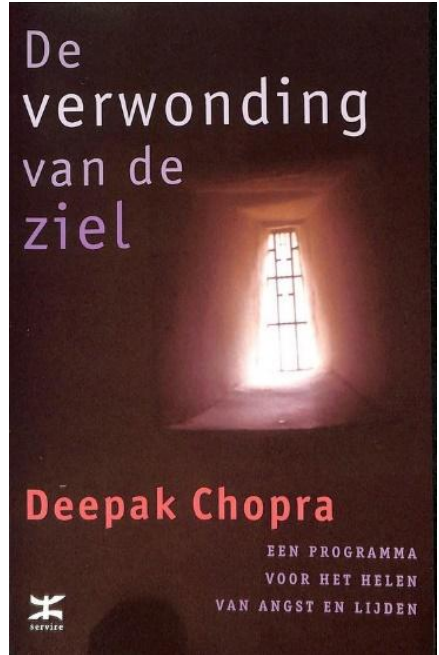
Hoe actueel is dit gedicht of deze meditatie, het is de dag dat er een wapenstilstand wordt voorgesteld in Gaza. Hoe zou het zijn als al het puin in Gaza opgeruimd is en dat er weer huizen gebouwd kunnen worden: uitademen van gebouwen die heel zijn.

Er is in Zagreb iemand die dit soort oefeningen doet: Daniel Dubicanek. Het helpen van mensen om over hun trauma's heen te komen is wat ik iedere dag doe. Dat is waar de tekst toe uitnodigt.

Bij het werken met mensen die dak en thuisloos zijn, is het ook oog en oor hebben voor hen uitdagend bestaan.

Als je aan het negatieve, aandacht geeft, groeit het en wordt het groter, als je aan het positieve, aandacht geeft, wordt het ook groter.

Het lied dat bij mij opkomt heeft alles te maken met duister inademen, licht uitademen:



*Between darkness and light I will always walk.
And in every place where I go
I will open a window of light and will plant a seed of love.*

Ik was aan de TV gekluisterd op 11 september 2001. Alles wat ik las was diepe afschuw voor de terroristen en betrokkenheid bij de slachtoffers. Deepak Chopra schreef een boek: *The deeper wound*, vertaald (?) als *De verwonding van de ziel*.

Het gedicht is zo actueel, als we kijken naar Gaza en het grote aantal doden en de verwonding door de actie van Hamas op 7 oktober 2023. Het gedicht geeft ook de moed om ons niet naar beneden te laten trekken, waar we niemand mee helpen. Het geeft moed om te geloven dat vrede mogelijk is.

Rutger Bregman schrijft in zijn boek “De meeste mensen deugen” dat soldaten die in het veld staan bijna niet schieten, maar dat het laten vallen van bommen met drones, minder schuldgevoelens oplevert. Je hoeft alleen maar op een knop te drukken zonder dat je de consequenties ziet. Soldaten in het veld voelen eerder verbondenheid met de mensen.

OP 11 september 2001 werkte ik met een groep getraumatiseerde mensen die als soldaat gediend hadden. Hoe komen we tot liefde? Het belangrijk om te erkennen wat er gebeurt. Soms zijn we te veel optimistisch. Het gaat om praktische vrede te brengen!

In Leiden hebben we op 1 januari een opruimactie gedaan. Daarbij gaat het niet om te denken: waarom ruimen die mensen niet op, met boosheid. Ik doe

DEEPAK CHOPRA

De verwonding van de ziel

*Sommige levenservaringen slaan een wond in de ziel.
Het verlies van een dierbare, een scheiding, tegenslag: hoe je daarmee omgaat is bepalend voor de rest van je leven.*

Deepak Chopra leert ons dat een gewonde ziel altijd te genezen is. Ons ware zelf bevat immers het licht dat door geen duisternis verdreven kan worden. In dit boek geeft hij hiervoor een programma van honderd stappen, dat in honderd dagen doorlopen kan worden. Het is een weg omhoog uit wat wel ‘de donkere nacht van de ziel’ wordt genoemd. Een weg naar evenwicht, vrede en nieuw geluk



Deepak Chopra is arts en een pionier in het onderzoek naar de wisselwerking tussen lichaam en geest. Zijn boeken over gezondheid, balans, weerstand en meditatie zijn stuk voor stuk wereldbestsellers. Eerder verschenen van hem onder meer *Het boek der geheimen* en *Leven zonder grenzen*.

mee omdat ik bang ben dat vogels en andere dieren stikken in het achtergebleven vuurwerk. En ook de hoeveelheid gif die in de aarde komt. Zo hebben we ook grachten opgeruimd en gezien hoeveel plastic bekens in de gracht terecht komen. Daarna heeft de gemeente Leiden statiegeld bekens ingevoerd. We ruimen op en voorkomen dat het nog eens gebeurt. Ik adem het niet in.

In Rotterdam zijn we ook bezig geweest met schone rivieren. Er zaten veel wattenstaafjes in met plastic. Nu zijn er wattenstaafjes zonder plastic! Het mooie is, als we bezig zijn komen er voorbijgangers die vragen: wat ben je aan het doen? Dan kunnen we delen van het nut van onze acties.

Pema Chödrön een boeddhistische non onderwijst een ademtechniek “Tonglen”, waarbij je negatieve inademt en het positieve uitademt. Dat lijkt dus wat er in het gedicht staat. Je kunt het gebruiken als de dingen uit elkaar dreigen te vallen. Het is zoiets als: dit hoort erbij, ik kan op mijn eigen voeten staan en ben open naar de ander.

Dat ik bij iedere ademhaling liefde in de wereld kan sturen. Woede in en liefde uit, het mag er allebei zijn.

Tonglen

(Bron: Wikipedia)

Tonglen is Tibetaans voor 'geven en nemen' (of 'verzenden en ontvangen'), en verwijst naar een meditatie die beoefend wordt in het Tibetaans boeddhisme.

In de meditatie, visualiseert de beoefenaar het lijden van anderen om deze vervolgens in te ademen. Bij de uitademing wordt geluk of liefde gevisualiseerd en teruggegeven aan die anderen.

De functie van de meditatie is:

vermindere zelfzuchtige gehechtheid

verhoging van een gevoel van afstand

zorgen voor positief karma door te geven en te helpen

liefdevolle vriendelijkheid en bodhicitta te ontwikkelen en uit te breiden

De praktijk van Tonglen omvat alle zes perfecties, wat tevens de beoefening van een Bodhisattva is.

1. *geven*
2. *ethiek*
3. *geduld*
4. *vreugdevolle inspanning*
5. *concentratie en meditatie*
6. *inzicht*



We bidden voor kinderen die we nooit hebben ontmoet

Door Ellen June Wright Hackensack, Friends Journal 10-2024

die leven onder vallende bommen kinderen
dichtbij die meer hebben verloren dan wie dan ook

zouden ooit verliezen in een heel leven
levend in tenten, tussen modder

en voor moeders die hun kinderen
elke ochtend naar buiten sturen om in de rij te staan

voor een dagrantsoen soep om te voorkomen
dat het gezin kinderen laat verhongeren kinderen

die wijs zijn geworden
in de wreedheid van de wereld kinderen

die witte lijfzakken hebben gezien
volwassenen hebben horen rouwen om verliezen kinderen

die met open mond staan, ogen
wijd als schoteltjes terwijl ze leren

wat de wereld is, hoe haat eruitziet
onze gebeden zijn onze enige wapens

politici spuien politieke dogma's, allianties
en verdragen terwijl ze oproepen tot vrede

maar er is geen vrede ter-
wijl kinderen op blote voe-
ten

voorzichtig potten soep
terugdragen naar hun ten-
ten

Atmeh Vluchtelingenkamp,
Idlib, Syrië, 17 juni 2013. Foto
door John Wreford.



Kinderen meenemen naar de stiltdienst?

Vertrouwen dat God het vanaf daar overneemt

Door Kathleen Karhnak-Glasby, in Friends Journal, samenvatting redactie

Tekeningen door Jean Price Norman

Hoe helpen wij als Vrienden onze kinderen, in onze stille wijdingssamenkomsten en hoe leren wij ze hieraan kunnen meedoen? Voor gezinnen met jonge kinderen kan het moeilijk zijn om de verwachtingen van kinderen in Quaker-samenkomsten te begrijpen. En dan, als we ook nog eens hopen dat onze kinderen hun eigen ervaring van Gods aanwezigheid zullen hebben, worden de zaken ingewikkeld.

Mijn meeting heeft de afgelopen paar jaar actief met dit onderwerp geworsteld en ik heb deze worsteling acht jaar lang (de leeftijd van mijn oudste kind) zelf ervaren. Er zijn veel concrete stappen die we kunnen zetten om kinderen te helpen stilzitten tijdens de eredienst, maar ik heb ontdekt dat de beste manier om de kinderen stilte te laten ervaren, is om volledig bij hen aanwezig te zijn en hen lief te hebben. Gecentreerd zijn in de stilte is het beste wat we voor onze kinderen kunnen "doen".

Iedereen in de bijeenkomst is een onderdeel van het creëren van een gezamenlijk gebed, en we brengen allemaal ons onvolmaakte zelf mee naar die taak. Volwassenen die in gebed zijn, kunnen zich onderbroken en afgeleid voelen door het lawaai dat gepaard gaat met de aanwezigheid van kinderen, en ouders kunnen zich beschaamd, angstig of onzeker voelen over de vraag of ze wel of niet welkom zijn om te blijven. Ondertussen kunnen de kinderen opwinding, nieuwsgierigheid, overtollige energie of verveling uiten.

We willen graag de kinderen, adolescenten en volwassenen integreren in ons samen zijn:

- We nodigen de kinderen bij de meeting uit in een liefdevolle, gecentreerde sfeer, zodat ze omringd worden door een tastbaar gevoel van Gods levende aanwezigheid. Bij ons komen ze alleen de laatste 15 minuten naar de meeting.)
- We sturen liefde naar een ouder en kind die moeite lijken te hebben met het wennen aan de stilte. Ik spreek vaak met zulke ouders na afloop om ze



de kans te geven om over hun ervaring te praten.

- Na de meeting is het prettig om het kind te vragen hoe hij/zij het vond om stilte te ervaren en hen te prijzen als het hen gelukt is om wat langer stil te zijn.
- We kunnen elkaar, inclusief de kinderen, vragen wat ons de laatste tijd vreugde heeft gebracht. Als we elkaar beter kennen, komen we in de meeting meer tot eenheid.

Zoals iedereen die nieuw is in een stille samenkomst, hebben ook onze jongste leden begeleiding nodig over wat er gebeurt in de meeting en wat de verwachtingen zijn. In mijn gezin lezen we samen boeken die expliciet over Quakerbijeenkomsten gaan, zoals *Thy Friend*, *Obadiah* en *Benjamin, the Meetinghouse Mouse*. We lezen ook boeken die beschrijvingen geven van het luisteren naar God, van stilte momenten in het dagelijks leven en van manieren om die momenten te verwoorden.

Meditatie is een andere manier om te oefenen om jezelf te centreren. *Planting Seeds* van Thich Nhat Hanh biedt een praktisch advies over mediteren met kinderen.

Gecentreerd en volledig aanwezig zijn bij de kinderen is de sleutel bij het 'leren' van gebed. We kunnen een verhaal vertellen, een boek lezen of een knutselwerkje maken dat dit illustreert, maar kinderen hebben, net als wij allemaal, anderen nodig die naar hen luisteren. Ze willen dat we respecteren wat ze te zeggen hebben en dat we laten zien dat we van ze houden. Ik nodig ook een paar volwassenen uit die zelf geen jonge kinderen hebben om zich bij ons aan te sluiten als ouderlingen, wiens enige taak het is om de hele groep in gebed te houden.

Voor sommige kinderen wordt de uitdaging om stil en rustig te zitten nog groter door ontwikkelingsverschillen. Mijn zoon heeft bijvoorbeeld problemen met zijn gehoor en evenwicht, waardoor stil en rustig zitten ronduit pijnlijk is. Gebed voelde als een wekelijks strijd gedurende een lange, lange tijd, en ik vroeg me vaak af wat we hem leerden door hem te dwingen tot iets wat hij zo haatte - vormde hij een associatie tussen kwelling en Quakerstilte? Toen hij eenmaal boeken begon te lezen, lieten we hem de hele tijd lezen, elk boek dat hij wilde, en de problemen verdwenen. Hij had iets fysieks om vast te houden en iets visueels om mee bezig te zijn. Ik voelde me



in het begin ongemakkelijk bij het idee dat hij Hardy Boys zou lezen tijdens de wijdingssamenkomst, maar toen we het eenmaal toelieten, begon mijn zoon stil te zitten, vaak het hele uur. Dit werd ook een oefening in vertrouwen voor mij - vertrouwen dat God de leiding had, niet ik, en dat mijn kind zou krijgen wat hij nodig had.

Kinderen hebben verschillende vaardigheden om stil en rustig te zijn op verschillende leeftijden en ontwikkelingsstadia. Vaak kunnen baby's veel langer in de samenkomst blijven dan peuters of kleuters, en bijna geen enkel kind vervalst in een rechtlijnige, eenrichtingsverkeer als het gaat om het ontwikkelen van deze vaardigheden.

We kunnen de kinderen eraan herinneren waarom we samen in stilte zitten en hoe we ons lichaam en geest klaar kunnen maken. We kunnen praten over verwachtingen terwijl we op weg zijn naar de samenkomst. We kunnen een paar keer bewust ademen of samen een gebed zeggen voordat we de vergaderruimte binnengaan, maar we hebben nog steeds geen controle over hoe klaar of hoe gecentreerd onze kinderen zijn.

We kunnen onszelf echter wel gecentreerd houden. Ouders en verzorgers voelen zich vaak verscheurd tussen wat lijkt op conflicterende prioriteiten om onze kinderen te ondersteunen en tegelijkertijd de verwachtingen van de aanwezigen te respecteren. Ik vind dat volledig aanwezig blijven bij een kind dat het moeilijk heeft de beste manier is om de



gemeenschap te respecteren en trouw te zijn aan wat God mij op dat moment roept te doen. Soms wint de wens van mijn dochter om haar acrobatische vaardigheden te tonen haar wens om zich aan de groep te conformeren. Dan bid ik: "Zal ik beter in staat zijn om volledig aanwezig te zijn bij mijn kind en haar te helpen op de manier die ze op dit moment nodig heeft, als we de groep verlaten of bij de groep in de kamer blijven?"

Een beetje beweging of gefluister verstoort zelden een bijeenkomst, maar er is een 'omslagpunt' waarop het kind de ouder probeert te betrekken bij een spelletje of een machtsstrijd. Dat is het punt waarop het meestal tijd is om de liefdevolle actie te ondernemen en stevige, veilige grenzen te stellen. Soms betekent dit dat ik mijn kind uit de gebedsruimte moet begeleiden. Ik zoek vaak een plek waar we de stilte kunnen voortzetten, bijvoorbeeld een verder lege ruimte waar de snacktafel uit het zicht is.

“Een nieuwe start”

Door INLIA (Internationaal Netwerk van Lokale Initiatieven met Asielzoekers)

Het is een idyllisch klein straatje, nieuwbouw gepresenteerd als een oud dorpsstraatje. Geen auto's, wel plek voor voetgangers, fietsers en spelende kinderen. In Oosterwolde, Friesland. Een dorp met nog geen 10.000 inwoners. Heel wat anders dan de bijna 6 miljoen zielen tellende hoofdstad van Turkije waar Şeyma, Yasin en hun kinderen vandaan komen.

Nee, in Ankara hadden ze nog nooit van Oosterwolde gehoord, lacht Şeyma. Maar ze zijn dolblij hier te zijn. Een leuk huisje, leuke burens. Eigenlijk is het een straatje voor alleen ouderen. De Güneşjes zijn het enige gezin. “Alleen onze kinderen maken hier lawaai”, lachen ze. De burens storen zich er niet aan. “Heel vriendelijke mensen.”



De familie Güneş in het huis in Oosterwolde KBA

“Toen we hier kwamen, hebben we taartjes gekocht en de burens uitgenodigd op de koffie. Ze kwamen met bloemen en zelfs een kinderfietsje. Wat een ontvangst”, zegt Yasin. “Wij hebben nu een tweede leven, een nieuwe start. In een nieuw land, een nieuwe woonplaats, een nieuw huis, met een nieuwe taal, een nieuw rijbewijs, alles nieuw.” Twee jaar zijn ze nu in Nederland. Zij was in Turkije advocaat, hij officier in de marine.

Urenlang in de bus

Een aantal jaren geleden begonnen de problemen. Niet dat ze er graag over praten. Ze hebben twee kinderen, ze willen vooruit. Maar het is bekend: wie in Turkije anders denkt over politiek of religie, kan maar beter zwijgen. Kritische geesten worden sinds 2016 niet meer geduld in het leger. Advocaten kunnen beter geen mensen verdedigen die opkomen voor vrijheid van meningsuiting of andere mensenrechten. “Maar nu zijn we veilig”, zegt Yasin.

In september 2022 stappen ze op het vliegtuig en vragen ze na de landing op Schiphol asiël. Oudste zoon Musa is dan 3 jaar, zijn jongere broertje Yusa 6 maanden oud. Van Schiphol gaat het naar Ter Apel. “Er waren heel veel mensen daar. Te veel”, vertelt Yasin, “Er was geen plek om te slapen.” Een bus brengt hen naar een slaapplek, urenlang rijden ze rond. Geen idee dat Nederland zo groot was, denken ze verwonderd. Maar 3,5 uur na vertrek uit Ter Apel stappen ze uit in ... Roden.

Eén plek, met lieve mensen

40 Dagen verblijven ze daar met 3 gezinnen in het kerkgebouw van de Gereformeerde Kerk Vrijgemaakt 'De Open Hof' in Roden. Ze zijn er welkom en prijzen zich daarmee gelukkig. Dan gaan ze door naar de opvang van INLIA in Hoogkerk. Ze zitten er eerst met een Russisch gezin, daarna nog ruim 10 maanden met een Turks gezin. INLIA zorgt voor tal van activiteiten voor de ouders én de kinderen en Musa gaat naar school zodra hij 4 jaar is geworden.

Op 1 februari van dit jaar krijgt het gezin een verblijfsvergunning; dan is het wachten op een woning. “Het is zo fijn dat we al die tijd bij INLIA konden blijven”, zegt Yasin, “Op één plek, niet van azc naar azc. En met leuke, lieve mensen die allerlei dingen organiseren.” Het sleept hen erdoor. Want thuiszitten is moeilijk, zeker in die onzekere omstandigheden.

“Altijd denken”

Je mist je familie, je maakt je zorgen. “Altijd denken. Een beetje depressief worden.” Maar de activiteiten bieden afleiding. Beeldhouwen, breien, naaien. “We hebben zoveel goede herinneringen aan deze twee jaren.” En de Nederlandse les: wat is die belangrijk geweest voor hen! Daardoor kan Şeyma nu gezellig kletsen op haar wandelingen met de buurvrouw, en communiceren met de mensen van Musa's school en Yusa's peuterspeelzaal.

“Ik moet het nog veel beter leren, dan kan ik beginnen met vrijwilligerswerk”, zegt ze verlangend, “En daarna misschien leren hoe het recht in

Nederland in elkaar zit. Misschien kan ik adviseur worden.” Yasin gaat al 3 dagen in de week naar de taalschool in Drachten, Şeyma hoopt vanaf volgende maand mee te kunnen. Yasin heeft er zelfs al een eerste stage in de ICT opzitten. Hij hoopt snel een nieuwe plek te vinden. Ondertussen doet hij vrijwilligerswerk in de tuin van een zorgcentrum.

Vrijwilligerswerk: zien is doen

Het project DemenTalent koppelt ‘gezonde’ vrijwilligers aan dementerende vrijwilligers. Yasin schoffelt, zijn bejaarde maatje helpt en vertelt hem ondertussen de Latijnse namen van bomen en planten. Want die informatie tovert zijn dementerende brein nog wel tevoorschijn. “Fantastisch voor ons allebei”, zegt Yasin.

Het lijkt wel besmettelijk, vrijwilligerswerk. Wie het meemaakt, gaat het vervolgens zelf ook doen. Zo werkt het in ieder geval voor de Güneşjes.



De familie Güneş in de voordeur van het huis in Oosterwolde KBA

Vrienden in het hele land

Lokale/regio Quaker bijeenkomsten:

Je bent van harte welkom!

Van leden wordt verwacht dat ze financieel bijdragen aan (zie bankrekeningen hieronder):

1. De landelijke (jaarvergadering) Quakers
2. De lokale/regiogroep (maandvergadering)
3. Abonnement op de Vriendenkring

Iedereen kant ook bijdragen aan het Quakerhulpfonds voor giften voor Quakerprojecten (al of niet vermelden welke)



Quaker Secretariaat: Religieus Genootschap der Vrienden (Quakers).

(Marlies Tjallingii) e-mail: secretariaat@quakers.nu. Website: quakers.nu

Penningmeester Nederlandse Jaarvergadering: (Frits Nieuwerth van den Akker)

Bankrek. NL65 TRIO 0212 3772 64 t.n.v. Quakers.

Quaker Bibliotheek: Vossiusstraat 20, 1071 AD Amsterdam, open op afspraak 'Bibliothecaris' Marianne Ijspeert, tel. 020-6125703 (06-12730475).

Quaker Literatuur: e-mail: literatuur@Quakers.nu. Bankrek.: NL65 TRIO 0212 3772 64 t.n.v. Quakers, m.v.v. Quaker Literatuur.

Amsterdamse Maandvergadering: Schrijver: Marianne Ijspeert, W. de Zwijgerlaan 21-III, 1056JD Amsterdam tel. 020-6125703, e-mail: mijquak.1@online.nl Bankrek.: NL81 INGB 0004 9200 51 t.n.v. A'damse MV Quakers.

Driebergen groep: Quakers t.a.v. W. Douma, Villa Xaverius, Rijsenburgselaan 11, 3972 EG Driebergen- Rijsenburg, contact: Quakers@marielke.nl.

Haagse Maandvergadering: Schrijver: Eoin Dubsy, e-mail: haagsevrienden@Quakers.nu, Haagse Maandvergadering, Stadhouderslaan 8, 2517 HW 's-Gravenhage. tel. 070- 3600621, Bankrek.: NL54 TRIO 0320 1956 78. t.n.v. Haagse Vrienden, Quakers.

Midden- en Zuid-Nederlandse Maandvergadering: Schrijver: Els Ramaker, Prinses Marijkelaan 31, 4002AT Tiel, tel. 0344 606818/0636361350, e-mail: els@ramaker.me, Bankrek.: NL67 TRIO 0197 6518 52 t.n.v. MZNMV Quakers.

Deventergroep: Inlichtingen: Frieda Oudakker 0644794366, email: friedaoudakker@gmail.com.

Noord Oost Nederlandse Maandvergadering: Schrijver: Kees Nieuwerth; Hoofdstraat 26; 9514 BE Gasselternijveen; k.nieuwerth@wxs.nl. Bankrek.: NL07 TRIO 0320 1956 51 t.n.v. Quakers NON MV.

Quaker Hulpfonds: Schrijver: Corien van Dorp. Bankrek: NL94 TRIO 0338 4113 64. t.n.v. Quaker Hulpfonds, Quakers. Email: hulpfonds@quakers.nu.

Vrienden voor Brussel (VVQREA): Schrijver: Corien van Dorp, tel: 070-3867309. E-mail: vvqrea@gmail.com. Bankrek. NL93 TRIO 0391 2219 65 - t.n.v.: Vrienden van de Quakerraad.

Vriendenkring: Per 1 jan. 2019 de abonnementsprijs van de Vriendenkring: €30,- voor Nederland en €75,- voor Buitenland (ook Europa). NL65 TRIO 0212 3772 64 t.n.v. Quakers met vermelding van 'Abonnement Vriendenkring'. E-mail: vriendenkringredactie@gmail.com

Waar zijn Quakerbijeenkomsten?



Wijdingssamenkomsten in Nederland en België

'Quakers en ik' do 20 febr. online 20.00-21.00.

Opgeven bij marliestjallingii@home.nl

Amsterdam	Iedere zondag 10.30	Vossiusstraat 20, Amsterdam, info: 020-6125703 email: mijquak.1@online.nl
Antwerpen	Geen vaste tijdstippen	Info: Jan Peeters, tel.: 0032.15.24 75 10 email: boekrijk@hotmail.com
Bennekom	MiZuNe 2e en 4e zondag vd maand, 10.30 neem contact op met Els Ramaker	Commandeursweg 44, 6721 ZM Bennekom, email: els@ramaker.me . De 2e zondag: een gesprek vanuit de stilte en daarna wijdingssamenkomst tot 11.30.
Brussel	Iedere zondag 11.00 https://quakers-belux.org	Quaker House, Square Ambiorix 50, 1000 Brussel, tel.: 00.32.2.230 49 35
Den Haag	Iedere zondag 10.30	Stadhouderslaan 8, Den Haag. Kinderen zijn altijd welkom. Email: haagsevrienden@quakers.nu . Info: tel. 070-3600621
Driebergen	Iedere 1 ^e zondag v.d. maand 10.30.	Onze kinderen verheugen zich op gezelschap! Voor informatie: 0648255846 of per mail: Quakers@marielke.nl
Deventer	10.30 Iedere 3 ^e zondag vd mnd. Gespreksavond: info bij Frieda.	Meester Geertshuis, Assenstraat 20, Meld je aan email: friedaoudakker@gmail.com of tel. 0644794366,
Gent	2 ^e woensdag 20.00-en 4e zondag 10.30. Zie: www.facebook.com/QuakersGent	In Buurthuis Het Hoeveke Patijntjestr. 62. Gent. Info: Quakercirkels@gmail.com .
Groningen	2 ^e en 4 ^e zondag 10.30 in De Poort, Moesstraat 20, 9717JW Groningen,	Kinderen zijn welkom! Graag tevoren doorgeven aan: Kees Nieuwerth e-mail: k.nieuwerth@wxs.nl ; tel. 050-5712624
Zwolle	2 ^e wo van de maand (13 febr.) 17.30-19.00.	Kerk Asiel door Quakers in plaats van Stil-Snap Hap 06-23869715, aanmelden bij marliestjallingii@home.nl .



Iedere Zondag Online Wijdingssamenkomst. Dit is link ernaartoe:

<https://us02web.zoom.us/j/89072800318?pwd=Y3p1bHZjdjR-sYkt6ajJ1RDlLUVvk4OT09#success>

Vluchtelingen



*Meer dan de helft van
alle vluchtelingen uit
Syrië zijn kinderen*



Tekeningen van vluchtelingen door Erik Dries

Vluchtelingenkinderen uit Syrië



Oxfam: Investeer in hun toekomst



One World: Aleppo, Waarom vluchtelingenkinderen niet snel terug kunnen.